

ООО "Аркада"
МАОУ СОШ №79
МЕНЮ
ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!
на 23.03.2026

Пищевые в-ва			Ккал.	№ ТТК	Наименование блюд	Выход, г	Цена, руб.
Бел.	Жир.	Угл.					
Комплекс 5-11 класс 1 смена (род.плата)							
Завтрак							
20,07	12,81	4,41	215,47		Индейка тушеная	70/50	101-09
4,88	4,62	45,7	242,29		Рис по турецки с вермишелью	180	18-00
0,05		14,93	56,11		Чай с сахаром	200	3-03
8,5	8	43	272,48		Блинчик с вишней	80	50-10
1,6	0,2	9,3	46		Хлеб ржаной	20	1-89
2,4	0,3	14,4	72		Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2-83
37,5	25,93	#####	904,35		Итого за Комплекс 5-11 класс 1 смена (род.плата)		176-94
Комплекс суп 1-11 классы							
Обед							
6,16	4,54	9,3	106,69		Щи из свежей капусты на курином бульоне со сметаной	250/10	52-00
6,16	4,54	9,3	106,69		Итого за Комплекс суп 1-11 классы		52-00
Комплекс 1-4 класс 1 смена							
Завтрак							
10,38	15,86	37,92	329,88		Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" на молоке	200/5	46-30
4	3,68	25,8	148,12		Какао с молоком	200	30-57
8,5	8	43	272,48		Блинчик с вишней	80	49-82
0,5		14,13	57,5		Фрукты свежие (яблоко)	125	19-05
3,2	0,4	19,2	96		Хлеб пшеничный витаминизированный	40	3-78
26,58	27,94	#####	903,98		Итого за Комплекс 1-4 класс 1 смена		149-52
Комплекс 1-4 класс 2 смена							
Обед							
0,32	4,99	0,81	49,44		Огурчик пикантный 55/5	55/5	37-37
6,16	4,54	9,3	106,69		Щи из свежей капусты на курином бульоне со сметаной	250/10	32-14
22,41	16,61	2,21	249,74		Индейка тушеная	60/50	87-30
4,06	3,85	38,08	201,91		Рис по турецки с вермишелью	150	15-00
0,32	0,08	26,88	103,51		Напиток вишневый	200	31-92
0,44		12,43	50,6		Фрукты свежие (яблоко)	110	16-76
1,6	0,2	9,3	46		Хлеб ржаной	20	1-89
1,6	0,2	9,6	48		Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1-89
36,91	30,47	#####	855,89		Итого за Комплекс 1-4 класс 2 смена		224-27
Комплекс 5-11 классы 1 смена (субсидия)							
Завтрак							
20,07	12,81	4,41	215,47		Индейка тушеная	70/50	101-09
4,88	4,62	45,7	242,29		Рис по турецки с вермишелью	180	18-00
0,05		14,93	56,11		Чай с сахаром	200	3-03
8,5	8	43	272,48		Блинчик с вишней	80	50-10
1,6	0,2	9,3	46		Хлеб ржаной	20	1-89
2,4	0,3	14,4	72		Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2-83
37,5	25,93	#####	904,35		Итого за Комплекс 5-11 классы 1 смена (субсидия)		176-94
Комплекс 5-11 классы 2 смена (субсидия)							
Обед							
0,67		2,39	12,23		Овощи свежие в нарезке с зеленью (огурец, помидор)	100	51-59
6,16	4,54	9,3	106,69		Щи из свежей капусты на курином бульоне со сметаной	250/10	32-14
21,45	13,22	4,41	224,76		Индейка тушеная	75/50	107-69
5,42	5,13	50,78	269,21		Рис по турецки с вермишелью	200	20-00
0,32	0,08	26,88	103,51		Напиток вишневый	200	31-92
0,48		13,56	55,2		Фрукты свежие (яблоко)	120	18-28
1,6	0,2	9,3	46		Хлеб ржаной	20	1-89
1,6	0,2	9,6	48		Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1-89
37,7	23,37	#####	865,6		Итого за Комплекс 5-11 классы 2 смена (субсидия)		265-40
Комплекс 1-4 класс 2-х разовое							
Завтрак							
10,38	15,86	37,92	329,88		Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" на молоке	200/5	46-30
4	3,68	25,8	148,12		Какао с молоком	200	30-57
8,5	8	43	272,48		Блинчик с вишней	80	50-10
0,5		14,13	57,5		Фрукты свежие (яблоко)	125	19-05
3,2	0,4	19,2	96		Хлеб пшеничный витаминизированный	40	3-78
Обед							
0,32	4,99	0,81	49,44		Огурчик пикантный 55/5	55/5	37-37
6,16	4,54	9,3	106,69		Щи из свежей капусты на курином бульоне со сметаной	250/10	32-14
20,07	12,81	4,41	215,47		Индейка тушеная	70/50	100-95
4,06	3,85	38,08	201,91		Рис по турецки с вермишелью	150	15-00
0,32	0,08	26,88	103,51		Напиток вишневый	200	31-92
2,4	0,3	13,95	69		Хлеб ржаной	30	2-83

3,2	0,4	19,2	96		Хлеб пшеничный витаминизированный	40	3-78
63,11	54,91	#####	1 746	Итого за	Комплекс 1-4 класс 2-х разовое		373-79
<u>Комплекс 5-11 классы 2-х разовое</u>							
<u>Завтрак</u>							
13,27	18,25	48,55	403,73		Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" на молоке	250/10	65-70
4	3,68	25,8	148,12		Какао с молоком	200	30-57
8,5	8	43	272,48		Блинчик с вишней	80	50-10
0,4		11,3	46		Фрукты свежие (яблоко)	100	15-24
1,6	0,2	9,3	46		Хлеб ржаной	20	1-89
1,6	0,2	9,6	48		Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1-89
<u>Обед</u>							
0,67		2,39	12,23		Овощи свежие в нарезке с зеленью (огурец, помидор)	100	51-59
6,16	4,54	9,3	106,69		Щи из свежей капусты на курином бульоне со сметаной	250/10	32-14
28,32	15,28	4,41	271,16		Индейка тушеная	100/50	139-52
4,88	4,62	45,7	242,29		Рис по турецки с вермишелью	180	18-00
0,32	0,08	26,88	103,51		Напиток вишневый	200	31-92
1,6	0,2	9,3	46		Хлеб ржаной	20	1-89
1,6	0,2	9,6	48		Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1-89
72,92	55,25	#####	1 794,21	Итого за	Комплекс 5-11 классы 2-х разовое		442-34
<u>Комплекс продленка (обед)</u>							
<u>Обед</u>							
0,32	4,99	0,81	49,44		Огурчик пикантный 55/5	55/5	37-37
6,16	4,54	9,3	106,69		Щи из свежей капусты на курином бульоне со сметаной	250/10	32-14
14,57	11,16	4,41	178,34		Индейка тушеная	50/50	74-44
4,88	4,62	45,7	242,29		Рис по турецки с вермишелью	180	18-00
0,32	0,08	26,88	103,51		Напиток вишневый	200	31-92
2,4	0,3	13,95	69		Хлеб ржаной	30	2-83
2,8	0,35	16,8	84		Хлеб пшеничный витаминизированный	35	3-30
31,45	26,04	#####	833,27	Итого за	Комплекс продленка (обед)		200-00
<u>Комплекс продленка (полдник)</u>							
<u>Полдник</u>							
1,1	0,06	20,92	121,2		Компот из смеси сухофруктов	200	5-91
13,6	7,05	27,98	229,24		Пицца с курицей	100	54-09
14,7	7,11	48,9	350,44	Итого за	Комплекс продленка (полдник)		60-00
<u>Комплекс 5-11 класс 2 смена (род.плата)</u>							
<u>Обед</u>							
0,67		2,39	12,23		Овощи свежие в нарезке с зеленью (огурец, помидор)	100	51-59
6,16	4,54	9,3	106,69		Щи из свежей капусты на курином бульоне со сметаной	250/10	32-14
21,45	13,22	4,41	224,76		Индейка тушеная	75/50	107-69
5,42	5,13	50,78	269,21		Рис по турецки с вермишелью	200	20-00
0,32	0,08	26,88	103,51		Напиток вишневый	200	31-92
0,48		13,56	55,2		Фрукты свежие (яблоко)	120	18-28
1,6	0,2	9,3	46		Хлеб ржаной	20	1-89
1,6	0,2	9,6	48		Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1-89
37,7	23,37	#####	865,6	Итого за	Комплекс 5-11 класс 2 смена (род.плата)		265-40
<u>Комплекс 5-11 класс 2 смена род.плата (доп)</u>							
<u>Обед</u>							
0,67		2,39	12,23		Овощи свежие в нарезке с зеленью (огурец, помидор)	100	51-59
20,07	12,81	4,41	215,47		Индейка тушеная	70/50	92-87
4,88	4,62	45,7	242,29		Рис по турецки с вермишелью	180	18-00
0,32	0,08	26,88	103,51		Напиток вишневый	200	31-92
0,4		11,3	46		Фрукты свежие (яблоко)	100	15-24
1,6	0,2	9,3	46		Хлеб ржаной	20	1-89
1,6	0,2	9,6	48		Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1-89
29,54	17,91	#####	713,5	Итого за	Комплекс 5-11 класс 2 смена род.плата (доп)		213-40

Данное меню подписано электронно-цифровой подписью сторонами с использованием программы АИС "Питание".