

08 Октября 2026 г.

**Меню МБОУ СОШ №175 ОВЗ (с7-11 лет)**

| Пищевая ценность |      |         |      | Выход | Наименование блюда | Стоимость питания |
|------------------|------|---------|------|-------|--------------------|-------------------|
| Белки            | Жиры | Углевод | ККал |       |                    |                   |

Завтрак 1 смена(196,07) с7-11лет

|      |      |      |     |            |                                           |       |
|------|------|------|-----|------------|-------------------------------------------|-------|
| 1.07 | 8.8  | 29.8 | 202 | .020/30/10 | Бутерброд с маслом и повидлом             | 32-69 |
| 8.9  | 13.2 | 38.1 | 306 | .200/5     | Каша пшенная молочная с маслом ( вязкая ) | 36-68 |
| 0.09 | 0    | 13.5 | 54  | .180       | Чай с сахаром ( витаминный )              | 3-82  |
| 1.32 | 0.24 | 6.66 | 34  | .020       | Хлеб ржано-пшеничный                      | 2-55  |
| 1.6  | 2    | 10.2 | 50  | .020       | Хлеб пшеничный                            | 1-83  |
| 13   | 24   | 98   | 646 |            |                                           | 77-57 |

Обед 1смена(196,07) с7-11лет

|      |      |       |     |         |                                                    |        |
|------|------|-------|-----|---------|----------------------------------------------------|--------|
| 0.32 | 0.04 | 1     | 6   | .040    | Огурцы свежие порционные                           | 13-06  |
| 2.9  | 3.5  | 19    | 119 | .200/10 | Суп картоф. с бобовыми (горох ) и гренками         | 10-54  |
| 9.2  | 6.8  | 4.7   | 117 | .075/5  | Котлеты рыбные любительские (Филе минтая) с маслом | 60-08  |
| 4.32 | 7.2  | 38.88 | 238 | .180    | Рис припущенный                                    | 19-95  |
| 0.2  | 16.5 | 69    | 138 | .200    | Компот из облепихи                                 | 9-26   |
| 2.3  | 0.24 | 14.8  | 70  | .033.4  | Хлеб пшеничный                                     | 3-06   |
| 1.32 | 0.24 | 6.66  | 34  | .020    | Хлеб ржано-пшеничный                               | 2-55   |
| 21   | 35   | 154   | 722 |         |                                                    | 118-50 |

196,07

Обед 2 смена(196,07) с7-11лет

|      |      |       |     |         |                                                    |        |
|------|------|-------|-----|---------|----------------------------------------------------|--------|
| 0.24 | 0.03 | 0.75  | 4   | .030    | Огурцы свежие порционные                           | 9-79   |
| 2.9  | 3.5  | 19    | 119 | .200/10 | Суп картоф. с бобовыми (горох ) и гренками         | 10-54  |
| 9.2  | 6.8  | 4.7   | 117 | .075/5  | Котлеты рыбные любительские (Филе минтая) с маслом | 60-08  |
| 4.32 | 7.2  | 38.88 | 238 | .180    | Рис припущенный                                    | 19-95  |
| 0.2  | 16.5 | 69    | 138 | .200    | Компот из облепихи                                 | 9-26   |
| 2.3  | 0.24 | 14.8  | 70  | .021.8  | Хлеб пшеничный                                     | 2,00   |
| 1.32 | 0.24 | 6.66  | 34  | .020    | Хлеб ржано-пшеничный                               | 2-55   |
| 20   | 35   | 154   | 720 |         |                                                    | 114-17 |

Полдник 2 смена (196,07) с7-11лет

|      |      |       |     |          |                    |       |
|------|------|-------|-----|----------|--------------------|-------|
| 5.8  | 5    | 8     | 100 | .200     | Варенец 2,5%       | 43-95 |
| 5.76 | 7.04 | 46.24 | 272 | .080г/шт | Булочка с помадкой | 37-95 |
| 12   | 12   | 54    | 372 |          |                    | 81-90 |

196,07

Руководитель

Надежкина Н.А.

Зав.производством

Калькулятор

Дорохова Н.И.

Согласовано:  
 Рецензент МБОУ СОШ №175  
 О. В. Федоркина

08 Октября 2026 г.

**Меню МБОУ СОШ №175 ОВЗ (с 12 лет)**

| Пищевая ценность |      |         |      | Выход | Наименование блюда | Стоимость питания |
|------------------|------|---------|------|-------|--------------------|-------------------|
| Белки            | Жиры | Углевод | ККал |       |                    |                   |

**Завтрак 1 смена(217,20) с 12 лет**

|      |      |      |     |            |                                           |       |
|------|------|------|-----|------------|-------------------------------------------|-------|
| 1.6  | 8.4  | 20   | 176 | .030/40/15 | Бутерброд с маслом и повидлом             | 47-22 |
| 8.9  | 13.2 | 38.1 | 306 | .200/5     | Каша пшеничная молочная с маслом (вязкая) | 36-68 |
| 0.1  | 0    | 15   | 60  | .200       | Чай с сахаром (витаминный)                | 4-23  |
| 2.3  | 0.24 | 14.8 | 70  | .030       | Хлеб пшеничный                            | 2-75  |
| 1.98 | 0.36 | 10   | 52  | .030.      | Хлеб ржано-пшеничный                      | 3-83  |
| 15   | 22   | 98   | 664 |            |                                           | 94-71 |

**Обед 1 смена(217,20) с 12 лет**

|      |      |       |     |         |                                                    |        |
|------|------|-------|-----|---------|----------------------------------------------------|--------|
| 0.32 | 0.04 | 1     | 6   | .040    | Огурцы свежие порционные                           | 13-06  |
| 3.4  | 4.4  | 22.1  | 141 | .250/10 | Суп картоф. с бобовыми (горох) и гренками          | 12-59  |
| 9.2  | 6.8  | 4.7   | 117 | .075/5  | Котлеты рыбные любительские (Филе минтая) с маслом | 60-08  |
| 4.32 | 7.2  | 38.88 | 238 | .180    | Рис припущенный                                    | 19-95  |
| 0.2  | 16.5 | 69    | 138 | .200    | Компот из облепихи                                 | 9-26   |
| 2.4  | 1.5  | 15.5  | 80  | .040.5  | Хлеб пшеничный                                     | 3,71   |
| 1.98 | 0.36 | 10    | 52  | .030    | Хлеб ржано-пшеничный                               | 3-83   |
| 22   | 37   | 161   | 772 |         |                                                    | 122-49 |

217,20

**Обед 2 смена(217,20) с 12 лет**

|      |      |       |     |         |                                                    |        |
|------|------|-------|-----|---------|----------------------------------------------------|--------|
| 0.4  | 0.05 | 1.25  | 7   | .050    | Огурцы свежие порционные                           | 16-32  |
| 3.4  | 4.4  | 22.1  | 141 | .250/10 | Суп картоф. с бобовыми (горох) и гренками          | 12-59  |
| 11   | 7.3  | 5.6   | 132 | .090/5  | Котлеты рыбные любительские (Филе минтая) с маслом | 70-32  |
| 4.32 | 7.2  | 38.88 | 238 | .180    | Рис припущенный                                    | 19-95  |
| 0.2  | 16.5 | 69    | 138 | .200    | Компот из облепихи                                 | 9-26   |
| 1.98 | 0.36 | 10    | 52  | .030    | Хлеб ржано-пшеничный                               | 3-83   |
| 0.27 | 0.03 | 1.7   | 8   | .033    | Хлеб пшеничный                                     | 3-03   |
| 22   | 36   | 149   | 716 |         |                                                    | 135-30 |

**Полдник 2 смена(217,20) с 12 лет**

|      |      |       |     |          |                    |       |
|------|------|-------|-----|----------|--------------------|-------|
| 5.8  | 5    | 8     | 100 | .200     | Варенец 2,5%       | 43-95 |
| 5.76 | 7.04 | 46.24 | 272 | .080г/шт | Булочка с помадкой | 37-95 |
| 12   | 12   | 54    | 372 |          |                    | 81-90 |

217,20

Руководитель \_\_\_\_\_ Надежкина Н.А.  
 Зав.производством \_\_\_\_\_  
 Калькулятор \_\_\_\_\_ Дорохова Н.И.

Согласовано:  
 Директор МБОУ СОШ №175  
 О.В. Федерина

08 Октября 2026 г.

**Меню МБОУ СОШ №175**

| Пищевая ценность |      |         |      | Выход | Наименование блюда | Стоимость питания |
|------------------|------|---------|------|-------|--------------------|-------------------|
| Белки            | Жиры | Углевод | ККал |       |                    |                   |

**Комплекс льготного питания Завтрак ( 105,00**

|      |      |       |     |            |                                                    |        |
|------|------|-------|-----|------------|----------------------------------------------------|--------|
| 0.5  | 0.06 | 1.6   | 9   | .065       | Огурцы свежие порционные                           | 19-89  |
| 9.2  | 6.8  | 4.7   | 117 | .075/5     | Котлеты рыбные любительские (Филе минтая) с маслом | 56-33  |
| 4.32 | 7.2  | 38.88 | 238 | .180       | Рис припущенный                                    | 18-71  |
| 0.1  | 0    | 15    | 60  | .200       | Чай с сахаром ( витаминный )                       | 3-53   |
| 1.98 | 0.36 | 10    | 52  | .029.7 гр. | Хлеб ржано-пшеничный                               | 3-79   |
| 2.3  | 0.24 | 14.8  | 70  | .030       | Хлеб пшеничный                                     | 2-75   |
| 18   | 15   | 85    | 546 |            |                                                    | 105,00 |

**Комплекс льготного питания Обед(с7-11лет)(105,00 )**

|      |      |      |     |         |                                                    |        |
|------|------|------|-----|---------|----------------------------------------------------|--------|
| 0.24 | 0.03 | 0.75 | 4   | .030    | Огурцы свежие порционные                           | 9-18   |
| 2.9  | 3.5  | 19   | 119 | .200/10 | Суп картоф. с бобовыми (горох ) и гренками         | 9-89   |
| 9.2  | 6.8  | 4.7  | 117 | .075/5  | Котлеты рыбные любительские (Филе минтая) с маслом | 56-33  |
| 1.57 | 2.69 | 14.4 | 88  | .150    | Рис припущенный                                    | 15-59  |
| 0.2  | 16.5 | 69   | 138 | .200    | Компот из облепихи                                 | 8-69   |
| 2.3  | 0.24 | 14.8 | 70  | .030.2  | Хлеб пшеничный                                     | 2-77   |
| 1.32 | 0.24 | 6.66 | 34  | .020    | Хлеб ржано-пшеничный                               | 2-55   |
| 18   | 30   | 129  | 570 |         |                                                    | 105,00 |

**Комплекс льготного питания Обед( с12лет) ( 105,00 )**

|      |      |      |     |         |                                                    |        |
|------|------|------|-----|---------|----------------------------------------------------|--------|
| 0.24 | 0.03 | 0.75 | 4   | .030    | Огурцы свежие порционные                           | 9-18   |
| 2.9  | 3.5  | 19   | 119 | .200/10 | Суп картоф. с бобовыми (горох ) и гренками         | 9-89   |
| 9.2  | 6.8  | 4.7  | 117 | .075/5  | Котлеты рыбные любительские (Филе минтая) с маслом | 56-33  |
| 1.57 | 2.69 | 14.4 | 88  | .150    | Рис припущенный                                    | 15-59  |
| 0.2  | 16.5 | 69   | 138 | .200    | Компот из облепихи                                 | 8-69   |
| 1.98 | 0.36 | 10   | 52  | .020    | Хлеб ржано-пшеничный                               | 2-55   |
| 2.3  | 0.24 | 14.8 | 70  | .030.2  | Хлеб пшеничный                                     | 2-77   |
| 18   | 30   | 133  | 588 |         |                                                    | 105,00 |

Руководитель

Надежкина Н.А.

Зав.производством

Калькулятор

Дорохова Н.И.

Согласовано:  
 Директор МБОУ СОШ №175  
 О.В. Федерчук

08 Октября 2026 г.

**Меню МБОУ СОШ №175**

| Пищевая ценность |      |         |      | Выход | Наименование блюда | Стоимость питания |
|------------------|------|---------|------|-------|--------------------|-------------------|
| Белки            | Жиры | Углевод | ККал |       |                    |                   |

**Комплекс бесплатного питания (с7-11лет) Завтрак(91,40).**

|      |      |      |     |          |                                                    |       |
|------|------|------|-----|----------|----------------------------------------------------|-------|
| 0.28 | 0.35 | 0.88 | 5   | .035     | Огурцы свежие порционные                           | 10-71 |
| 9.2  | 6.8  | 4.7  | 117 | .075/5   | Котлеты рыбные любительские (Филе минтая) с маслом | 56-33 |
| 1.57 | 2.69 | 14.4 | 88  | .150     | Рис припущенный                                    | 15-59 |
| 0.1  | 0    | 15   | 60  | .200     | Чай с сахаром (витаминный)                         | 3-53  |
| 2.3  | 0.24 | 14.8 | 70  | .029.3   | Хлеб пшеничный                                     | 2-69  |
| 1.32 | 0.24 | 6.66 | 34  | .020 гр. | Хлеб ржано-пшеничный                               | 2-55  |
| 15   | 10   | 56   | 374 |          |                                                    | 91-40 |

**Комплекс бесплатного питания(с 7-11лет) Обед(91,40.)**

|      |       |      |     |        |                                                    |       |
|------|-------|------|-----|--------|----------------------------------------------------|-------|
| 0.18 | 0.02  | 0.5  | 2   | .020   | Огурцы свежие порционные                           | 6-12  |
| 9.2  | 6.8   | 4.7  | 117 | .075/5 | Котлеты рыбные любительские (Филе минтая) с маслом | 56-33 |
| 1.57 | 2.69  | 14.4 | 88  | .150   | Рис припущенный                                    | 15-59 |
| 0.18 | 14.85 | 62.1 | 124 | .180   | Компот из облепихи                                 | 7-82  |
| 2.3  | 0.24  | 14.8 | 70  | .032.6 | Хлеб пшеничный                                     | 2-99  |
| 1.32 | 0.24  | 6.66 | 34  | .020   | Хлеб ржано-пшеничный                               | 2-55  |
| 15   | 25    | 103  | 435 |        |                                                    | 91-40 |

Руководитель  
Зав.производством  
Калькулятор

Николаева Н.А.  
Дорохова Н.И.

Сопоставлено  
Директор МБОУ СОШ №175  
В.В. Федоркина

08 Октября 2026 г.

**Меню МБОУ СОШ №175**

| Пищевая ценность |      |         |      | Выход | Наименование блюда | Стоимость питания |
|------------------|------|---------|------|-------|--------------------|-------------------|
| Белки            | Жиры | Углевод | ККал |       |                    |                   |

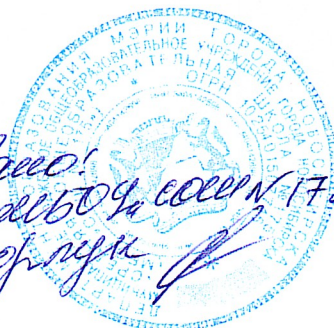
Обед(Дети военнослужащих.СВО) (105,00)

|      |      |       |     |          |                                                    |        |
|------|------|-------|-----|----------|----------------------------------------------------|--------|
| 0.4  | 0.06 | 1.4   | 8   | .055     | Огурцы свежие порционные                           | 11-22  |
| 3.4  | 4.4  | 22.1  | 141 | .250/10  | Суп картоф. с бобовыми (горох) и гренками          | 7-87   |
| 9.2  | 6.8  | 4.7   | 117 | .075/5   | Котлеты рыбные любительские (Филе минтая) с маслом | 37-55  |
| 4.32 | 7.2  | 38.88 | 238 | .180     | Рис припущенный                                    | 12-47  |
| 0.2  | 16.5 | 69    | 138 | .200     | Компот из облепихи                                 | 5-79   |
| 1.98 | 0.36 | 10    | 52  | .033.4   | Хлеб ржано-пшеничный                               | 3-71   |
| 2.3  | 0.24 | 14.8  | 70  | .030     | Хлеб пшеничный                                     | 2-39   |
| 0.8  | 0.2  | 7.5   | 38  | .100 гр. | Мандарины свежие                                   | 24=    |
| 23   | 36   | 168   | 802 |          |                                                    | 105,00 |

Руководитель \_\_\_\_\_ Надежкина Н.А.  
 Зав.производством \_\_\_\_\_  
 Калькулятор \_\_\_\_\_ Перехова Н.И.



Сотвасовано:  
 Директор МБОУ СОШ №175  
 В.В. Федорук



## Меню МБОУ СОШ №175

| Пищевая ценность                |      |        |      | Выход      | Наименование блюда                          | Стоимость питания |
|---------------------------------|------|--------|------|------------|---------------------------------------------|-------------------|
| Белки                           | Жиры | Углеб. | Ккал |            |                                             |                   |
| <u>Завтрак платного питания</u> |      |        |      |            |                                             |                   |
| 1.6                             | 8.4  | 20     | 176  | .030/40/10 | Бутерброд с маслом и повидлом               | 38-34             |
| 6.2                             | 7.5  | 37     | 240  | .200/10    | Каша пшенинная молочная с маслом ( вязкая ) | 41-49             |
| 0.1                             | 0    | 15     | 60   | .200       | Чай с сахаром ( витаминный )                | 4-23              |
| 2.3                             | 0.24 | 14.8   | 70   | .030       | Хлеб пшеничный                              | 2-75              |
| 1.98                            | 0.36 | 10     | 52   | .030       | Хлеб ржано-пшеничный                        | 3-83              |
| 1.04                            | 0    | 10.53  | 49   | .130 гр.   | Мандарины свежие                            | 49-92             |
| 13                              | 16   | 107    | 647  |            |                                             | 140-56            |

Комплекс платного питания (1 перемена)

|      |      |       |     |        |                                                    |        |  |
|------|------|-------|-----|--------|----------------------------------------------------|--------|--|
| 0.6  | 0.8  | 2     | 11  | .080   | Огурцы свежие порционные                           | 26-11  |  |
| 9.2  | 6.8  | 4.7   | 117 | .075/5 | Котлеты рыбные любительские (Филе минтая) с маслом | 60-08  |  |
| 4.32 | 7.2  | 38.88 | 238 | .180   | Рис припущенный                                    | 19-95  |  |
| 0.1  | 0    | 15    | 60  | .200   | Чай с сахаром (витаминный)                         | 4-23   |  |
| 1.98 | 0.36 | 10    | 52  | .030   | Хлеб ржано-пшеничный                               | 3-83   |  |
| 2.3  | 0.24 | 14.8  | 70  | .030   | Хлеб пшеничный                                     | 2-75   |  |
| 18   | 15   | 85    | 548 |        |                                                    | 116-95 |  |

Комплекс платного питания

|      |      |       |     |         |                                                    |        |  |
|------|------|-------|-----|---------|----------------------------------------------------|--------|--|
| 0.6  | 0.8  | 2     | 11  | .080    | Огурцы свежие порционные                           | 26-11  |  |
| 3.4  | 4.4  | 22.1  | 141 | .250/10 | Суп картоф. с бобовыми (горох) и гренками          | 12-59  |  |
| 9.2  | 6.8  | 4.7   | 117 | .075/5  | Котлеты рыбные любительские (Филе минтая) с маслом | 60-08  |  |
| 4.32 | 7.2  | 38.88 | 238 | .180    | Рис припущенный                                    | 19-95  |  |
| 0.2  | 16.5 | 69    | 138 | .200    | Компот из облепихи                                 | 9-26   |  |
| 1.32 | 0.24 | 6.66  | 34  | .030    | Хлеб ржано-пшеничный                               | 3-83   |  |
| 2.3  | 0.24 | 14.8  | 70  | .030    | Хлеб пшеничный                                     | 2-75   |  |
| 21   | 36   | 158   | 749 |         |                                                    | 134-57 |  |

Полдник

|      |      |       |     |          |                    |       |  |
|------|------|-------|-----|----------|--------------------|-------|--|
| 5.8  | 5    | 8     | 100 | .200     | Варенец 2,5%       | 43-95 |  |
| 5.76 | 7.04 | 46.24 | 272 | .080г/шт | Булочка с помадкой | 37-95 |  |
| 12   | 12   | 54    | 372 |          |                    | 81-90 |  |

ПРЕДЛАГАЕМ ДОПОЛНИТЕЛЬНО (для преподавателей)

|      |      |       |      |         |                                                            |        |  |
|------|------|-------|------|---------|------------------------------------------------------------|--------|--|
| 5.2  | 13.3 | 7     | 167  | .100    | Салат "Влажский" (колб.п/к,ябл, карт,морк,огур,лайцо,соус) | 32-32  |  |
| 1.2  | 10   | 2.9   | 106  | .100    | Салат "Обской" (помид,огур,лук,заправка)                   | 32-48  |  |
| 4.5  | 7.8  | 8.2   | 125  | .100    | Салат "Карусель" (сельдь,картоф,свек,морк,яйцц,соус)       | 31-02  |  |
| 3.4  | 4.4  | 22.1  | 141  | .250/10 | Суп картоф. с бобовыми (горох) и гренками                  | 12-59  |  |
| 6.3  | 7.95 | 17.85 | 2175 | .50/50  | Говядина тушенная с черносливом                            | 116-93 |  |
| 15.9 | 3.9  | 2.3   | 108  | .070    | Филе куриное "Праздничное"                                 | 69-82  |  |
| 27.8 | 15.4 | 5.4   | 272  | .150    | Печень жареная с помидорами                                | 133-58 |  |
| 3.42 | 8.82 | 22.86 | 184  | .180    | Картофель отварной                                         | 28-54  |  |
| 8.9  | 13.2 | 38.1  | 306  | .200/5  | Каша пшеничная молочная с маслом (вязкая)                  | 36-68  |  |
| 5.8  | 5    | 8     | 100  | .200    | Варенец 2,5%                                               | 43-95  |  |
| 0.2  | 16.5 | 69    | 138  | .200    | Компот из облепихи                                         | 9-26   |  |
| 0.1  | 0    | 15    | 60   | .200    | Чай с сахаром (витаминный)                                 | 4-23   |  |
| 2.3  | 0.24 | 14.8  | 70   | .030    | Хлеб пшеничный                                             | 2-75   |  |
| 1.98 | 0.36 | 10    | 52   | .030    | Хлеб ржано-пшеничный                                       | 3-83   |  |
| 87   | 107  | 244   | 4004 |         |                                                            |        |  |

Руководитель  
Зав.производством  
Калькулятор

Надежкина Н.А.  
Дорохова Н.И.

Сопоставлено!  
Директор МБОУ СОШ №175  
О.В. Федоркина