

06 Октября 2026 г.

**Меню МБОУ СОШ №175 ОВЗ(с12 лет)**

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

**Завтрак 1 смена(217,20) с 12 лет**

|      |      |      |     |         |                                        |       |
|------|------|------|-----|---------|----------------------------------------|-------|
| 7.4  | 6.1  | 15.4 | 147 | .030/20 | Бутерброд с сыром                      | 32-77 |
| 6.4  | 11.4 | 35.8 | 271 | .200/5  | Каша ячневая молочная(вязкая) с маслом | 36-49 |
| 0.1  | 0    | 10.2 | 41  | .200    | Чай с сахаром и лимоном                | 5-65  |
| 2.3  | 0.24 | 14.8 | 70  | .030    | Хлеб пшеничный                         | 2-75  |
| 1.98 | 0.36 | 10   | 52  | .030    | Хлеб ржано-пшеничный                   | 3-83  |
| 18   | 18   | 86   | 581 |         |                                        | 81-49 |

**Обед 1 смена(217,20) с 12 лет**

|       |       |      |     |         |                                              |        |
|-------|-------|------|-----|---------|----------------------------------------------|--------|
| 0.2   | 0.03  | 0.6  | 3   | .025    | Огурцы свежие порционные                     | 8-16   |
| 1.76  | 5.31  | 7.59 | 90  | .250/10 | Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной | 14-08  |
| 17.68 | 15.68 | 8    | 247 | .075/50 | Котлеты рубленые из птицы с соусом сметанным | 65-70  |
| 10.08 | 9.4   | 44.5 | 304 | .180    | Гречка отварная (рассыпчатая)                | 18-98  |
| 0.5   | 0.2   | 3.1  | 16  | .200    | Компот из клубники                           | 21-36  |
| 2.4   | 1.5   | 15.5 | 80  | .039.3  | Хлеб пшеничный                               | 3-60   |
| 1.98  | 0.36  | 10   | 52  | .030    | Хлеб ржано-пшеничный                         | 3-83   |
| 35    | 32    | 89   | 792 |         |                                              | 135-71 |

217,20

**Обед 2 смена(217,20) с 12 лет**

|       |       |      |     |         |                                              |        |
|-------|-------|------|-----|---------|----------------------------------------------|--------|
| 0.24  | 0.03  | 0.75 | 4   | .030    | Огурцы свежие порционные                     | 9-79   |
| 1.76  | 5.31  | 7.59 | 90  | .250/10 | Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной | 14-08  |
| 17.68 | 15.68 | 8    | 247 | .075/50 | Котлеты рубленые из птицы с соусом сметанным | 65-70  |
| 10.08 | 9.4   | 44.5 | 304 | .180    | Гречка отварная (рассыпчатая)                | 18-98  |
| 0.5   | 0.2   | 3.1  | 16  | .200    | Компот из клубники                           | 21-36  |
| 2.3   | 0.24  | 14.8 | 70  | .029.6  | Хлеб пшеничный                               | 2,71   |
| 1.98  | 0.36  | 10   | 52  | .030    | Хлеб ржано-пшеничный                         | 3-83   |
| 35    | 31    | 89   | 783 |         |                                              | 136-45 |

**Полдник 2 смена (221,77) с 12 лет**

|     |    |      |     |            |                  |       |
|-----|----|------|-----|------------|------------------|-------|
| 6   | 12 | 8.2  | 169 | .200       | Биокефир 2,5%    | 43-95 |
| 4.4 | 7  | 31.5 | 207 | .080гр/1шт | Плюшка с сахаром | 36-80 |
| 10  | 19 | 40   | 376 |            |                  | 80-75 |

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

Согласовано:

217,20 Директор МБОУ СОШ №175

О.В. Федорчук

06 Октября 2026 г.

**Меню МБОУ СОШ №175 ОВЗ(с7-11 лет)**

| Пищевая ценность                        |      |         |      | Выход   | Наименование блюда                     | Стоимость питания |
|-----------------------------------------|------|---------|------|---------|----------------------------------------|-------------------|
| Белки                                   | Жиры | Углевод | ККал |         |                                        |                   |
| <u>Завтрак 1 смена(196,07) с7-11лет</u> |      |         |      |         |                                        |                   |
| 6.7                                     | 5.8  | 10.3    | 121  | .020/20 | Бутерброд с сыром                      | 30-80             |
| 6.4                                     | 11.4 | 35.8    | 271  | .200/5  | Каша ячневая молочная(вязкая) с маслом | 36-49             |
| 0.1                                     | 0    | 10.2    | 41   | .200    | Чай с сахаром и лимоном                | 5-65              |
| 1.6                                     | 2    | 10.2    | 50   | .020    | Хлеб пшеничный                         | 1-83              |
| 1.32                                    | 0.24 | 6.66    | 34   | .020    | Хлеб ржано-пшеничный                   | 2-55              |
| 16                                      | 19   | 73      | 517  |         |                                        | 77-32             |

**Обед 1 смена(196,07) с7-11лет**

|       |       |      |     |         |                                              |        |
|-------|-------|------|-----|---------|----------------------------------------------|--------|
| 0.2   | 0.03  | 0.6  | 3   | .025    | Огурцы свежие порционные                     | 8-16   |
| 1.41  | 4.25  | 6.07 | 72  | .200/10 | Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной | 12-05  |
| 15.32 | 13.59 | 6.93 | 214 | .065/30 | Котлеты рубленые из птицы с соусом сметанным | 55-47  |
| 8.6   | 7.8   | 37.1 | 253 | .150    | Гречка отварная ( рассыпчатая)               | 15-82  |
| 0.5   | 0.2   | 3.1  | 16  | .200    | Компот из клубники                           | 21-36  |
| 1.98  | 0.36  | 10   | 52  | .024.6  | Хлеб ржано-пшеничный                         | 3-14   |
| 2.3   | 0.24  | 14.8 | 70  | .030    | Хлеб пшеничный                               | 2-75   |
| 30    | 26    | 79   | 680 |         |                                              | 118-75 |

196,07

**Обед 2 смена(196,07) с7-11лет**

|       |       |      |     |         |                                              |        |
|-------|-------|------|-----|---------|----------------------------------------------|--------|
| 0.18  | 0.02  | 0.5  | 2   | .020    | Огурцы свежие порционные                     | 6-53   |
| 1.41  | 4.25  | 6.07 | 72  | .200/10 | Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной | 12-05  |
| 15.32 | 13.59 | 6.93 | 214 | .065/30 | Котлеты рубленые из птицы с соусом сметанным | 55-47  |
| 8.6   | 7.8   | 37.1 | 253 | .150    | Гречка отварная ( рассыпчатая)               | 15-82  |
| 0.4   | 0.2   | 2.8  | 14  | .180    | Компот из клубники                           | 19-23  |
| 2.3   | 0.24  | 14.8 | 70  | .030    | Хлеб пшеничный                               | 2-75   |
| 1.98  | 0.36  | 10   | 52  | .027.1  | Хлеб ржано-пшеничный                         | 3-47   |
| 30    | 26    | 78   | 677 |         |                                              | 115-32 |

**Полдник 2 смена(196,07) с7-11лет**

|     |    |      |     |           |                  |       |
|-----|----|------|-----|-----------|------------------|-------|
| 6   | 12 | 8.2  | 169 | .200      | Бифидокефир 2.5% | 43-95 |
| 4.4 | 7  | 31.5 | 207 | .080гр/шт | Плюшка с сахаром | 36-80 |
| 10  | 19 | 40   | 376 |           |                  | 80-75 |

196,07

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

Согласовано:

Директор МБОУ СОШ №175

О.В. Федорчук

## Меню МБОУ СОШ №175

| Пищевая ценность                |      |        |      |          | Выход                                    | Наименование блюда | Стоимость питания |
|---------------------------------|------|--------|------|----------|------------------------------------------|--------------------|-------------------|
| Белки                           | Жиры | Углеб. | ККал |          |                                          |                    |                   |
| <u>Завтрак платного питания</u> |      |        |      |          |                                          |                    |                   |
| 10                              | 8.7  | 15.4   | 181  | .030/30  | Бутерброд с сыром                        | 46-85              |                   |
| 6.4                             | 11.4 | 35.8   | 271  | .200/5   | Каша ячневая молочная( вязкая ) с маслом | 36-49              |                   |
| 0.1                             | 0    | 10.2   | 41   | .200     | Чай с сахаром и лимоном                  | 5-65               |                   |
| 1.98                            | 0.36 | 10     | 52   | .030     | Хлеб ржано-пшеничный                     | 3-83               |                   |
| 2.3                             | 0.24 | 14.8   | 70   | .030     | Хлеб пшеничный                           | 2-75               |                   |
| 1.04                            | 0    | 10.53  | 49   | .130 гр. | Мандарины свежие                         | 49-92              |                   |
| 22                              | 21   | 97     | 664  |          |                                          | 145-49             |                   |

Комплекс платного питания (1 перемена)

|       |       |      |     |  |         |                                              |        |
|-------|-------|------|-----|--|---------|----------------------------------------------|--------|
| 0.6   | 0.8   | 2    | 11  |  | .080    | Огурцы свежие порционные                     | 26-11  |
| 17.68 | 15.68 | 8    | 247 |  | .075/50 | Котлеты рубленые из птицы с соусом сметанным | 65-70  |
| 10.08 | 9.4   | 44.5 | 304 |  | .180    | Гречка отварная (рассыпчатая)                | 18-98  |
| 0.1   | 0     | 10.2 | 41  |  | .200    | Чай с сахаром и лимоном                      | 5-65   |
| 2.3   | 0.24  | 14.8 | 70  |  | .030    | Хлеб пшеничный                               | 2-75   |
| 1.98  | 0.36  | 10   | 52  |  | .030    | Хлеб ржано-пшеничный                         | 3-83   |
| 33    | 26    | 89   | 725 |  |         |                                              | 123-02 |

Комплекс платного питания

|       |       |      |     |  |         |                                              |        |
|-------|-------|------|-----|--|---------|----------------------------------------------|--------|
| 0.32  | 0.04  | 1    | 6   |  | .040    | Огурцы свежие порционные                     | 13-06  |
| 1.76  | 5.31  | 7.59 | 90  |  | .250/10 | Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной | 14-08  |
| 17.68 | 15.68 | 8    | 247 |  | .075/50 | Котлеты рубленые из птицы с соусом сметанным | 65-70  |
| 10.08 | 9.4   | 44.5 | 304 |  | .180    | Гречка отварная (рассыпчатая)                | 18-98  |
| 0.5   | 0.2   | 3.1  | 16  |  | .200    | Компот из клубники                           | 21-36  |
| 2.3   | 0.24  | 14.8 | 70  |  | .030    | Хлеб пшеничный                               | 2-75   |
| 1.98  | 0.36  | 10   | 52  |  | .030    | Хлеб ржано-пшеничный                         | 3-83   |
| 35    | 31    | 69   | 785 |  |         |                                              | 139-76 |

Полдник

|     |    |      |     |  |            |                  |       |
|-----|----|------|-----|--|------------|------------------|-------|
| 6   | 12 | 8.2  | 169 |  | .200       | Бифидокефир 2,5% | 43-95 |
| 4.4 | 7  | 31.5 | 207 |  | .080 гр/шт | Плюшка с сахаром | 36-80 |
| 10  | 19 | 40   | 376 |  |            |                  | 80-75 |

ПРЕДЛАГАЕМ ДОПОЛНИТЕЛЬНО (для преподавателей)

|       |       |       |      |  |          |                                                                     |        |
|-------|-------|-------|------|--|----------|---------------------------------------------------------------------|--------|
| 7.7   | 17.4  | 11.2  | 253  |  | .100     | Салат "Рыжик" (колб п/к, морк, лук, кукур, соус)                    | 41-02  |
| 4     | 3.9   | 8.4   | 85   |  | .100     | Салат "Цада" (гов, карт, фас, лук, огур, сол, чесноч, масл, раст)   | 33-44  |
| 2     | 10    | 10    | 135  |  | .100     | Винегрет овощной с зел. горош (карт, свек, морк, огур, конс, горош) | 15-41  |
| 1.76  | 5.31  | 7.59  | 90   |  | .250/10  | Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной                        | 14-08  |
| 21.2  | 19    | 13.6  | 310  |  | .060/120 | Жаркое по-домашнему (говядина)                                      | 132-37 |
| 19.1  | 14.65 | 7.5   | 231  |  | .075/5   | Филе курицы по столичному с маслом                                  | 62-90  |
| 13.09 | 9.59  | 11.34 | 186  |  | .135     | Перец фаршированный мясом, рисом и соусом томатным                  | 98-03  |
| 9.1   | 6.15  | 3     | 102  |  | .050/15  | Поджарка из рыбы (филе минтая)                                      | 49-97  |
| 4.6   | 10.5  | 11    | 157  |  | .110/5   | Драники "Любительские" с маслом                                     | 49-01  |
| 9.4   | 5.8   | 85    | 429  |  | .180     | Рис с овощами                                                       | 42-14  |
| 2.76  | 4.2   | 11.76 | 92   |  | .180     | Капуста свежая тушеная                                              | 20-82  |
| 6.4   | 11.4  | 35.8  | 271  |  | .200/5   | Каша ячневая молочная (вязкая) с маслом                             | 36-49  |
| 6     | 12    | 8.2   | 169  |  | .200     | Бифидокефир 2,5%                                                    | 43-95  |
| 0.5   | 0.2   | 3.1   | 16   |  | .200     | Компот из клубники                                                  | 21-36  |
| 2.3   | 0.24  | 14.8  | 70   |  | .030     | Хлеб пшеничный                                                      | 2-75   |
| 1.98  | 0.36  | 10    | 52   |  | .030     | Хлеб ржано-пшеничный                                                | 3-83   |
| 112   | 131   | 252   | 2648 |  |          |                                                                     |        |

Руководитель \_\_\_\_\_  
 Заяв. производством \_\_\_\_\_  
 Калькулятор \_\_\_\_\_

Согласовано:

Директор МБОУ СОШ №175

О.В. Федорчук



06 Октября 2026 г.

**Меню МБОУ СОШ №175**

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

Обед (Дети военнослужащих СВО) (105,00)

|       |       |      |     |          |                                              |        |
|-------|-------|------|-----|----------|----------------------------------------------|--------|
| 0.2   | 0.03  | 0.6  | 3   | .025     | Огурцы свежие порционные                     | 5-10   |
| 1.76  | 5.31  | 7.59 | 90  | .250/10  | Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной | 8-80   |
| 17.68 | 15.68 | 8    | 247 | .075/50  | Котлеты рубленые из птицы с соусом сметанным | 41-06  |
| 10.08 | 9.4   | 44.5 | 304 | .180     | Гречка отварная ( рассыпчатая)               | 11-86  |
| 0.4   | 0.2   | 2.8  | 14  | .180     | Компот из клубники                           | 12-02  |
| 1.32  | 0.24  | 6.66 | 34  | .020     | Хлеб ржано-пшеничный                         | 2-22   |
| 2.3   | 0.24  | 14.8 | 70  | .029.3   | Хлеб пшеничный                               | 2-34   |
| 0.72  | 0.18  | 6.75 | 34  | .090 гр. | Мандарины свежие                             | 21-60  |
| 34    | 31    | 92   | 796 |          |                                              | 105,00 |

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



Согласовано:

Директор МБОУ СОШ №175

О.В. Федорчук



06 Октября 2026 г.

**Меню МБОУ СОШ №175**

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

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

|       |       |      |     |         |                                              |       |
|-------|-------|------|-----|---------|----------------------------------------------|-------|
| 0.36  | 0.5   | 1.13 | 6   | .045    | Огурцы свежие порционные                     | 13-77 |
| 15.32 | 13.59 | 6.93 | 214 | .065/30 | Котлеты рубленые из птицы с соусом сметанным | 52-01 |
| 8.6   | 7.8   | 37.1 | 253 | .150    | Гречка отварная (рассыпчатая)                | 14-84 |
| 0     | 0     | 10   | 0   | .180    | Чай с сахаром и лимоном                      | 4-77  |
| 2.3   | 0.24  | 14.8 | 70  | .030    | Хлеб пшеничный                               | 2-75  |
| 1.32  | 0.24  | 6.66 | 34  | .025.5  | Хлеб ржано-пшеничный                         | 3-26  |
| 28    | 22    | 77   | 577 |         |                                              | 91-40 |

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

|       |       |       |      |         |                                              |       |
|-------|-------|-------|------|---------|----------------------------------------------|-------|
| 0.12  | 0.01  | 0.38  | 2    | .015    | Огурцы свежие порционные                     | 4-59  |
| 15.32 | 13.59 | 6.93  | 214  | .065/30 | Котлеты рубленые из птицы с соусом сметанным | 52-01 |
| 8.02  | 7.28  | 34.62 | 236  | .140    | Гречка отварная (рассыпчатая)                | 13-85 |
| 0.4   | 0.2   | 2.8   | 14   | .180    | Компот из клубники                           | 18-03 |
| 2.5   | 0.2   | 0.57  | 595  | .022.8  | Хлеб ржано-пшеничный                         | 2-92  |
| 26    | 21    | 45    | 1061 |         |                                              | 91-40 |

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



Согласовано:

Директор МБОУ СОШ №175

О.В. Федорчук



06 Октября 2026 г.

**Меню МБОУ СОШ №175**

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

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

|       |       |      |     |         |                                              |        |
|-------|-------|------|-----|---------|----------------------------------------------|--------|
| 0.36  | 0.5   | 1.13 | 6   | .045    | Огурцы свежие порционные                     | 13-77  |
| 17.68 | 15.68 | 8    | 247 | .075/50 | Котлеты рубленые из птицы с соусом сметанным | 61-59  |
| 10.08 | 9.4   | 44.5 | 304 | .180    | Гречка отварная ( рассыпчатая)               | 17-79  |
| 0.1   | 0     | 10.2 | 41  | .200    | Чай с сахаром и лимоном                      | 5-30   |
| 2.3   | 0.24  | 14.8 | 70  | .029.6  | Хлеб пшеничный                               | 2-72   |
| 1.98  | 0.36  | 10   | 52  | .030    | Хлеб ржано-пшеничный                         | 3-83   |
| 32    | 26    | 89   | 720 |         |                                              | 105,00 |

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

|       |       |      |     |         |                                              |        |
|-------|-------|------|-----|---------|----------------------------------------------|--------|
| 0.12  | 0.01  | 0.38 | 2   | .015    | Огурцы свежие порционные                     | 4-59   |
| 1.41  | 4.25  | 6.07 | 72  | .200/10 | Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной | 11-30  |
| 15.32 | 13.59 | 6.93 | 214 | .065/30 | Котлеты рубленые из птицы с соусом сметанным | 52-01  |
| 8.6   | 7.8   | 37.1 | 253 | .150    | Гречка отварная ( рассыпчатая)               | 14-84  |
| 0.4   | 0.2   | 2.8  | 14  | .180    | Компот из клубники                           | 18-03  |
| 1.32  | 0.24  | 6.66 | 34  | .018.8  | Хлеб ржано-пшеничный                         | 2-40   |
| 1.6   | 2     | 10.2 | 50  | .020    | Хлеб пшеничный                               | 1-83   |
| 29    | 28    | 70   | 639 |         |                                              | 105,00 |

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

|       |       |      |     |         |                                              |        |
|-------|-------|------|-----|---------|----------------------------------------------|--------|
| 0.12  | 0.01  | 0.38 | 2   | .015    | Огурцы свежие порционные                     | 4-59   |
| 1.41  | 4.25  | 6.07 | 72  | .200/10 | Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной | 11-30  |
| 15.32 | 13.59 | 6.93 | 214 | .065/30 | Котлеты рубленые из птицы с соусом сметанным | 52-01  |
| 8.6   | 7.8   | 37.1 | 253 | .150    | Гречка отварная ( рассыпчатая)               | 14-84  |
| 0.4   | 0.2   | 2.8  | 14  | .180    | Компот из клубники                           | 18-03  |
| 1.32  | 0.24  | 6.66 | 34  | .018.8  | Хлеб ржано-пшеничный                         | 2-40   |
| 1.6   | 2     | 10.2 | 50  | .020    | Хлеб пшеничный                               | 1-83   |
| 29    | 28    | 70   | 639 |         |                                              | 105,00 |

Руководитель \_\_\_\_\_  
 Зав.производством \_\_\_\_\_  
 Калькулятор \_\_\_\_\_



Согласовано:

Директор МБОУ СОШ №175

1-83

105,00

О.В. Федорчук