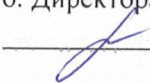


МЕНЮ
на "22" октября 2026г.

	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена (руб.)
1	2	3	16
	<u>Холодные блюда</u>		
	Салат фруктовый	100	40
	<u>Первые блюда</u>		
	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	26,5
	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/20	29
	<u>Вторые блюда</u>		
	Пельмени отварные	120/5	57
	Омлет натуральный с сл/маслом	205	84,5
	Горячая закуска "Гнездо"	100	117
	Котлета из говядины	50	60,5
	Макаронник с куриным филе	240	81
	<u>Гарниры</u>		
	Рагу овощное	200	44
	Рис отварной	200	24
	<u>Соусы</u>		
	Соус томатный	50	9
	<u>Хлебобулочные изделия</u>		
	Вафли	19	7,5
	Булочка сдобная с сыром	100	49
	Рогалик фруктовый	100	32
	Кекс шоколадный	90	60
	Корж молочный	75	51
	Печенье	12	4
	Печенье	22	7
	Пирог с печенью	100	33
	Пряник	31	9
	Слойка в ассортименте	60	56
	Хлеб пшеничный	50	5,5
	Хлеб ржано-пшеничный	50	7
	<u>Третьи блюда</u>		
	Вода ТМ "Сибирский Бор", н/газ 0,5л	1	31
	Вода со вкусом Клубники, Лимона ТМ "Сибирский Бор", н/газ 0,5л	1	57,5
	Компот из клубники	200	19,5
	Компот из свежих плодов (апельсин, яблоко)	200	17
	Сок "Сады Придонья" (200мл)	1	43
	Сокодержатель "Фруктовый" в ассортименте 0,5л	1	73
	Чай с сахаром	200/15	3

Утверждено:
и. о. Директора МАОУ "Лицей № 176"
 Н. В. Швензель

МЕНЮ
на "22" октября 2026г.
(организованное питание)

	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена (руб.)
1	2	3	16
	<u>Обед 5,6,7,8 кл. (1 смена)</u>		
	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/20	24
	Рыба (горбуша) по-русски	210	90
	Хлеб пшеничный	50	5,5
	Компот из свежих плодов (апельсин, яблоко)	200	17
	Итого:		136,50
	<u>ГПД (1 смена)</u>		
	Омлет натуральный с сл/маслом	155	65,5
	Бутерброд с сыром (2-й вариант)	15/15/5	20,5
	Хлеб пшеничный	50	5,5
	Козинак	40	18
	Чай с сахаром	200/15	3
	Итого:		112,50
	<u>ГПД (2 смена)</u>		
	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/20	29
	Сосиска отварная с соусом	50/50	32
	Рис отварной	200	24
	Чай с сахаром	200/15	3
	Хлеб пшеничный	50	5,5
	Пирог с мясом и рисом	100	33
	Итого:		126,50

Меню
на "22" октября 2026г.

Категория: Льготники 1-4
Возрастная категория: 7-11 лет.

Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимость блюда
белки	жиры	углеводы				
				2	3	
				Завтрак 1-4 класс		
14	22	4	265	Омлет натуральный с сл/маслом	155	50,26
3	3	13	87	Чай с молоком (2 вариант)	200	12,64
5	8	8	122	Бутерброд с сыром (2-й вариант)	15/15/5	15,83
4	0	21	110	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,48
1	0	9	42	Печенье	37	9,19
27	33	25	474	Итого:		91,40
				Обед 1-4 класс		
2	2	17	99	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	16,38
12	15	11	228	Фрикадельки из кур	80	40,66
4	5	40	225	Рис отварной	150	13,46
0	0	23	92	Компот из клубники	200	15
5	0	30	142	Хлеб пшеничный	40	3,31
4	0	21	110	Хлеб ржано-пшеничный	28	2,59
23	22	121	786	Итого:		91,40

Утверждено:
и. о. Директора МАОУ "Лицей № 176"
Н. В. Швензель

Меню дополнительного питания,
направленное на повышение качества и наполнение рациона питания обучающихся
на "22" октября 2026г.

Категория: Льготники 1-4
Возрастная категория: 7-11 лет.

Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимость блюда
белки	жиры	углеводы				
				2	3	
				Завтрак 1-4 класс		
1	0	20	85	Сок в ассортименте	200	24,40
0	0	6	28	Фрукт (яблоко)	245	38,69
1	0	20	85	Огурец	49	5,87
1	0	20	85	Итого:		68,96
				Обед 1-4 класс		
1	0	20	85	Сок в ассортименте	200	24,40
0	0	6	28	Фрукт (яблоко)	245	38,69
1	0	20	85	Огурец	49	5,87
1	0	20	85	Итого:		68,96

Меню
на "22" октября 2026г.

Категория: Льготники 1-4 кл. (многодетные и малоимущие)
Возрастная категория: 7-11 лет.

Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимость блюда
белки	жиры	углеводы				
				2	3	
				Завтрак 1-4 класс		
14	22	4	265	Омлет натуральный с сл/маслом	155	50,26
3	3	13	87	Чай с молоком (2 вариант)	200	12,64
5	8	8	122	Бутерброд с сыром (2-й вариант)	15/15/5	15,83
4	0	21	110	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,48
1	0	9	42	Печенье	37	9,19
0	0	6	28	Фрукт (яблоко)	86	13,60
27	33	61	654	Итого:		105,00
				Обед 1-4 класс		
2	2	17	99	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	16,38
12	15	11	228	Фрикадельки из кур	80	40,66
4	5	40	225	Рис отварной	150	13,46
0	0	23	92	Компот из клубники	200	15
5	0	30	142	Хлеб пшеничный	40	3,31
4	0	21	110	Хлеб ржано-пшеничный	28	2,59
0	0	6	28	Фрукт (яблоко)	86	13,60
27	22	148	924	Итого:		105,00

Утверждено:
и. о. Директора МАОУ "Лицей № 176"
Н. В. Швензель

Меню дополнительного питания,
направленное на повышение качества и наполнение рациона питания обучающихся
на "22" октября 2026г.

Категория: Льготники 1-4 кл. (многодетные и малоимущие)
Возрастная категория: 7-11 лет.

Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимость блюда
белки	жиры	углеводы				
				2	3	
				Завтрак 1-4 класс		
1	0	20	85	Сок в ассортименте	200	24,40
0	0	6	28	Фрукт (яблоко)	245	38,69
1	0	20	85	Огурец	49	5,87
1	0	20	85	Итого:		68,96
				Обед 1-4 класс		
1	0	20	85	Сок в ассортименте	200	24,40
0	0	6	28	Фрукт (яблоко)	245	38,69
1	0	20	85	Огурец	49	5,87
1	0	20	85	Итого:		68,96

Меню
на "22" октября 2026г.

Категория: Льготники 1-4 кл. (ОВЗ)
Возрастная категория: 7-11 лет.

Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимость блюда
белки	жиры	углеводы				
				2	3	16
				Завтрак 1-4 класс		
14	22	4	265	Омлет натуральный с сл/маслом	155	50,26
3	3	13	87	Чай с молоком (2 вариант)	200	12,64
5	8	8	122	Бутерброд с сыром (2-й вариант)	15/15/5	15,83
4	0	21	110	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,48
1	0	9	42	Печенье	37	9,19
60	88	681	626	Итого:		91,40
				Обед 1-4 класс		
2	2	17	99	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	16,38
12	15	11	228	Фрикадельки из кур	80	40,66
4	5	40	225	Рис отварной	150	13,46
0	0	23	92	Компот из клубники	200	15
5	0	30	142	Хлеб пшеничный	40	3,31
4	0	21	110	Хлеб ржано-пшеничный	28	2,59
1	0	9	42	Печенье	53	13,27
27	22	142	896	Итого:		104,67
87	110	823	1522	Всего завтрак+обед		196,07

Утверждено:
и. о. Директора МАОУ "Лицей № 176"
Н. В. Швензель

Меню дополнительного питания,
направленное на повышение качества и наполнение рациона питания обучающихся
на "22" октября 2026г.

Категория: Льготники 1-4 кл. (ОВЗ)
Возрастная категория: 7-11 лет.

Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимость блюда
белки	жиры	углеводы				
				2	3	
				Завтрак 1-4 класс		
1	0	20	85	Сок в ассортименте	200	24,40
0	0	6	28	Фрукт (яблоко)	245	38,69
1	0	20	85	Огурец	49	5,87
1	0	20	85	Итого:		68,96

Меню
на "22" октября 2026г.

Категория: Льготники 5-11 кл. (ОВЗ)
Возрастная категория: от 12 лет.

Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимость блюда
белки	жиры	углеводы				
				2	3	16
				Завтрак 5-11 класс		
14	22	4	265	Омлет натуральный с сл/маслом	155	65,08
3	3	13	87	Чай с молоком (2 вариант)	200	12,64
5	8	8	122	Бутерброд с сыром (2-й вариант)	15/15/5	15,83
4	0	21	110	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,48
22	33	25	474	Итого:		97,03
				Обед 5-11 класс		
				Щи из свежей капусты с картофелем (со сметаной)	250	21,5
2	6	11	108	Рыба, запеченная с картофелем по-русски	240	80,65
17	14	6	220	Хлеб пшеничный	60	4,97
5	0	30	142			
0	0	21	98	Компот из свежих плодов (апельсины, яблоко)	200	13,05
24	20	68	568	Итого:		120,17
46	53	93	1042	Всего завтрак+обед		217,20

Меню
на "22" октября 2026г.

Категория: Льготники 5-11 кл. (многодетные и малоимущие)
Возрастная категория: от 12 лет.

Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимость блюда
белки	жиры	углеводы				
				2	3	16
				Обед 5-11 класс		
2	6	11	108	Щи из свежей капусты с картофелем (со сметаной)	210	18,14
17	14	6	220	Рыба, запеченная с картофелем по-русски	210	69,90
5	0	30	142	Хлеб пшеничный	45	3,91
0	0	21	98	Компот из свежих плодов (апельсины, яблоко)	200	13,05
24	20	68	568	Итого:		105,00

Меню
на "22" октября 2026г.

Категория: Льготники 5-11 кл. (СВО)

Возрастная категория: от 12 лет.

Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимость блюда
белки	жиры	углеводы				
				2	3	16
				<u>Обед 5-11 класс</u>		
2	6	11	108	Щи из свежей капусты с картофелем (со сметаной)	210	18,14
17	14	6	220	Рыба, запеченная с картофелем по-русски	210	69,90
5	0	30	142	Хлеб пшеничный	45	3,91
0	0	21	98	Компот из свежих плодов (апельсины, яблоко)	200	13,05
24,00	20,00	68,00	568,00	Итого:		105,00

Меню
на "22" октября 2026г.

Категория: Льготники 5-11 кл. (мобилизованные)
Возрастная категория: от 12 лет.

Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимость блюда
белки	жиры	углеводы				
				2	3	16
				Обед 5-11 класс		
2	6	11	108	Щи из свежей капусты с картофелем (со сметаной)	210	18,14
17	14	6	220	Рыба, запеченная с картофелем по-русски	210	69,90
5	0	30	142	Хлеб пшеничный	45	3,91
0	0	21	98	Компот из свежих плодов (апельсины, яблоко)	200	13,05
24,00	20,00	68,00	568,00	Итого:		105,00