

МЕНЮ
на "13" октября 2026г.

	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена (руб.)
1	2	3	16
	<u>Холодные блюда</u>		
	Салат "Нежный"	100	26
	Салат овощной со сладким перцем	100	25
	<u>Первые блюда</u>		
	Рассольник домашний	250	38,5
	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/20	29
	<u>Вторые блюда</u>		
	Запеканка из творога с молоком сгущенным	100	72
	Рыба (кета) по-русски	200	132
	Курица запеченная	100	66,5
	Биточки с соусом	50/50	67
	Макаронник с куриным филе	240	81
	Плов из говядины	140	89,5
	<u>Гарниры</u>		
	Пюре картофельное	200	41,5
	Каша перловая рассыпчатая	200	18,50
	<u>Соусы</u>		
	Соус сметанный с томатом	50	7
	<u>Хлебобулочные изделия</u>		
	Вафли	19	7,5
	Кекс шоколадный	90	60
	Булочка Косичка фруктовая с кунжутом	100	45
	Корж молочный	75	51
	Печенье	12	4
	Печенье	22	7
	Пирог с мясом и картофелем	75	40
	Пряник	31	9
	Пицца "Школьная"	100	52
	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 изюма	200	7
	Компот из свежих плодов (яблок)	200	12
	Сок "Сады Придонья" (200мл)	1	43
	Сокодержатель "Фруктово" в ассортименте 0,5л	1	73
	Чай с сахаром	200/15	3

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

МЕНЮ
на "13" 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>		
	Рассольник домашний	250	38,5
	Котлета рыбная	50/5	48
	Пюре Розовое	150	26
	Хлеб пшеничный	50	5,5
	Компот из свежих плодов (яблок)	200	12
	Итого:		130,00
	<u>ГПД (1 смена)</u>		
	Макаронные изделия отварные	200	18,5
	Биточки с соусом	50/50	67
	Хлеб пшеничный	50	5,5
	Пирог с мясом и картофелем	50	27
	Чай с сахаром	200/15	3
	Итого:		121,00
	<u>ГПД (2 смена)</u>		
	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/20	24
	Плов из говядины	140	87
	Чай с сахаром	200	3
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3
	Пирог с мясом и картофелем	50	27
	Итого:		144,00

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

Меню
на "13" 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		
29	12	29	342	Запеканка из творога с с/молоком	130	48,28
3	3	14	93	Кофейный напиток	200	22,22
4	0	21	110	Хлеб ржано-пшеничный	25	2,33
1	11	7	134	Бутерброд с маслом	30	18,57
37	26	71	679	Итого:		91,40
				Обед 1-4 класс		
2	5	9	86	Щи из свежей капусты с картофелем (со сметаной)	210	18,14
21	24	41	410	Плов из говядины	130	64,61
0	0	23	92	Компот из изюма	200	5,34
5	0	30	142	Хлеб пшеничный	40	3,31
28	29	103	730	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 "13" 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
1	0	20	85	Итого:		24,40
				Обед 1-4 класс		
1	0	20	85	Сок в ассортименте	200	24,40
1	0	20	85	Итого:		24,40

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

Меню
на "13" 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	
				<u>Завтрак 1-4 класс</u>		
29	12	29	342	Запеканка из творога с с/молоком	130	48,28
3	3	14	93	Кофейный напиток	200	22,22
4	0	21	110	Хлеб ржано-пшеничный	25	2,33
1	11	7	134	Бутерброд с маслом	30	18,57
0	0	12	49	Пряник	60	13,6
37	26	83	728	Итого:		105,00
				<u>Обед 1-4 класс</u>		
2	5	9	86	Щи из свежей капусты с картофелем (со сметаной)	210	18,14
21	24	41	410	Плов из говядины	130	64,61
0	0	23	92	Компот из изюма	200	5,34
5	0	30	142	Хлеб пшеничный	40	3,31
0	0	12	49	Пряник	60	13,6
28	29	115	779	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 "13" 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	
				<u>Завтрак 1-4 класс</u>		
1	0	20	85	Сок в ассортименте	200	24,40
1	0	20	85	Итого:		24,40
				<u>Обед 1-4 класс</u>		
1	0	20	85	Сок в ассортименте	200	24,40
1	0	20	85	Итого:		24,40

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

Меню
на "13" 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	
				<u>Завтрак 1-4 класс</u>		
29	12	29	342	Запеканка из творога с с/молоком	130	✓ 48,28
3	3	14	93	Кофейный напиток	200	✓ 22,22
4	0	21	110	Хлеб ржано-пшеничный	25	✓ 2,33
1	11	7	134	Бутерброд с маслом	30	✓ 18,57
37	26	71	679	Итого:		91,40
				<u>Обед 1-4 класс</u>		
				Щи из свежей капусты с картофелем (со сметаной)	210	✓ 18,14
2	5	9	86			
21	24	41	410	Плов из говядины	130	✓ 64,61
0	0	23	92	Компот из изюма	200	✓ 5,34
5	0	30	142	Хлеб пшеничный	40	✓ 3,31
1	0	9	42	Печенье	53	13,27 ✓
29	29	112	772	Итого:		104,67
66	55	183	1451	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 "13" 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	
				<u>Завтрак 1-4 класс</u>		
1	0	20	85	Сок в ассортименте	200	24,40
1	0	20	85	Итого:		24,40

Меню
на "13" октября 2026г.г.

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		
29	12	29	342	Запеканка из творога с с/молоком	140	✓ 55,30
3	3	14	93	Кофейный напиток	200	✓ 22,22
1	11	7	134	Бутерброд с маслом	30	✓ 18,57
5	0	30	142	Хлеб пшеничный	60	✓ 4,97
0	0	12	49	Пряник	37	✓ 8,33
38	26	92	760	Итого:		109,39
				Обед 5-11 класс		
5	11	32	150	Рассольник домашний (со сметаной)	260	✓ 29,40
10	6	12	146	Котлета рыбная	55	✓ 37,1
4	5	22	152	Пюре Розовое	200	✓ 27,14
5	0	30	142	Хлеб пшеничный	60	✓ 4,97
0	0	21	98	Компот из свежих плодов (яблок)	200	✓ 9,20
24	22	117	688	Итого:		107,81
62	48	209	1448	Всего завтрак+обед		217,20

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

Меню
на "13" 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
				<u>Обед 5-11 класс</u>		
5	11	32	150	Рассольник домашний (со сметаной)	250	28,73
10	6	12	146	Котлета рыбная	55	37,10
4	5	22	152	Пюре Розовое	200	27,14
5	0	30	142	Хлеб пшеничный	30	2,83
0	0	21	98	Компот из свежих плодов (яблок)	200	9,20
24	22	117	688	Итого:		105,00

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

Меню
на "13" 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>		
5	11	32	150	Рассольник домашний (со сметаной)	250	28,73
10	6	12	146	Котлета рыбная	55	37,10
4	5	22	152	Пюре Розовое	200	27,14
5	0	30	142	Хлеб пшеничный	30	2,83
0	0	21	98	Компот из свежих плодов (яблок)	200	9,20
24,00	22,00	117,00	688,00	Итого:		105,00

Меню
на "13" 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		
5	11	32	150	Рассольник домашний (со сметаной)	250	28,73
10	6	12	146	Котлета рыбная	55	37,10
4	5	22	152	Пюре Розовое	200	27,14
5	0	30	142	Хлеб пшеничный	30	2,83
0	0	21	98	Компот из свежих плодов (яблок)	200	9,20
24,00	22,00	117,00	688,00	Итого:		105,00