

МЕНЮ
на "16" октября 2026г.

	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена (руб.)
1	2	3	16
	<u>Холодные блюда</u>		
	Салат "Традиционный"	100	26
	<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>		
	Манты	74	25
	Печень запеченная	100	93,5
	Биточки с соусом	50/50	67
	Макаронник с куриным филе	240	81
	<u>Гарниры</u>		
	Каша гречневая рассыпчатая	200	20
	Макаронные изделия отварные	200	18,5
	<u>Соусы</u>		
	Соус томатный	50	9
	<u>Хлебобулочные изделия</u>		
	Вафли	19	7,5
	Кекс шоколадный	90	60
	Корж молочный	75	51
	Печенье	12	4
	Печенье	22	7
	Булочка "Крученик"	100	30
	Сочень с творогом	100	42
	Расстегаи закусочные	100	29
	Пряник	31	9
	Слойка в ассортименте	60	56
	Сосиска в тесте	58/50	42
	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 черной смородины	200	25
	Напиток из плодов шиповника	200	10
	Сок "Сады Придонья" (200мл)	1	43
	Сокосодержащий "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 "16" 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	250/20	29
	Рыба тушенная в сметанном соусе	160	57
	Каша гречневая рассыпчатая	200	20
	Хлеб пшеничный	50	5,5
	Напиток из плодов шиповника	200	10
	Итого:		121,50
	<u>ГПД (1 смена)</u>		
	Омлет с колбасой	150	70
	Бутерброд с маслом	15/15	24
	Конфета "Сласть"	10	12
	Чай с сахаром	200/15	3
	Итого:		109,00
	<u>ГПД (2 смена)</u>		
	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	26,5
	Котлета рубленый из птицы	100	61,50
	Рис отварной	150	17,5
	Чай с сахаром	200/15	3
	Хлеб пшеничный	50	5,5
	Булочка "Крученик"	100	30
	Итого:		144,00

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

МЕНЮ
на "16" 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	250/20	29
	Рыба тушеная в сметанном соусе	160	57
	Каша гречневая рассыпчатая	200	20
	Хлеб пшеничный	50	5,5
	Напиток из плодов шиповника	200	10
	Итого:		121,50
	<u>ГПД (1 смена)</u>		
	Омлет с колбасой	150	70
	Бутерброд с маслом	15/15	24
	Конфета "Сласть"	10	12
	Чай с сахаром	200/15	3
	Итого:		109,00
	<u>ГПД (2 смена)</u>		
	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	26,5
	Котлета рубленый из птицы	100	61,50
	Рис отварной	150	17,5
	Чай с сахаром	200/15	3
	Хлеб пшеничный	50	5,5
	Булочка "Крученик"	100	30
	Итого:		144,00

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

Меню
на "16" октября 2026г.

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

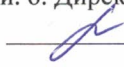
Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимость блюда
белки	жиры	углеводы				
				2	3	
				<u>Завтрак 1-4 класс</u>		
14	22	4	265	Омлет с колбасой	155	54,21
3	3	13	87	Чай с молоком (2 вариант)	200	12,64
1	0	7	35	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,97
1	11	7	134	Бутерброд с маслом	30	18,57
1	0	20	85	Печенье	12	3,01
19	36	31	521	Итого:		91,40
				<u>Обед 1-4 класс</u>		
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	18	74	Компот из черной смородины	200	18,57
4	0	21	110	Хлеб ржано-пшеничный	25	2,33
22	22	107	736	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 "16" октября 2026г.

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

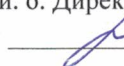
Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Стоимость блюда
белки	жиры	углеводы				
				2	3	
				<u>Завтрак 1-4 класс</u>		
1	0	20	85	Огурец	50	6,12
1	0	20	85	Итого:		6,12
				<u>Обед 1-4 класс</u>		
1	0	20	85	Огурец	50	6,12
1	0	20	85	Итого:		6,12

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

Меню
на "16" 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>		
14	22	4	265	Омлет с колбасой	155	54,21
3	3	13	87	Чай с молоком (2 вариант)	200	12,64
1	0	7	35	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,97
1	11	7	134	Бутерброд с маслом	30	18,57
1	0	20	85	Печенье	12	3,01
1	0	9	42	Фрукт (яблоко)***	86	13,60
21	36	60	648	Итого:		105,00
				<u>Обед 1-4 класс</u>		
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	18	74	Компот из черной смородины	200	18,57
4	0	21	110	Хлеб ржано-пшеничный	25	2,33
1	0	9	42	Фрукт (яблоко)***	86	13,60
23	22	116	778	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 "16" 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	Огурец	50	6,12
1	0	20	85	Итого:		6,12
				<u>Обед 1-4 класс</u>		
1	0	20	85	Огурец	50	6,12
1	0	20	85	Итого:		6,12

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

Меню
на "16" 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
				<u>Завтрак 1-4 класс</u>		
14	22	4	265	Омлет с колбасой	155	54,21
3	3	13	87	Чай с молоком (2 вариант)	200	12,64
1	0	7	35	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,97
1	11	7	134	Бутерброд с маслом	30	18,57
1	0	20	85	Печенье	12	3,01
19	36	31	521	Итого:		91,40
				<u>Обед 1-4 класс</u>		
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	18	74	Компот из черной смородины	200	18,57
1	0	7	35	Хлеб ржано-пшеничный	25	2,33
1	0	20	85	Печенье	53	13,27
19	22	93	661	Итого:		104,67
38	58	124	1182	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 "16" 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	Огурец	50	6,12
1	0	20	85	Итого:		6,12

Меню
на "16" 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
				<u>Завтрак 5-11класс</u>		
19	29	5	353	Омлет с колбасой	205	70,00
3	3	13	87	Чай с молоком (2 вариант)	200	12,17
1	0	7	35	Хлеб ржано-пшеничный	35	3,35
1	11	7	134	Бутерброд с маслом	30	18,57
1	0	9	42	Фрукт (яблоко)	103	16,25
24	43	32	609	Итого:		120,34
				<u>Завтрак 5-11класс</u>		
2	6	11	108	Щи из свежей капусты с картофелем (со сметаной)	250	21,5
17	14	6	220	Рыба тушеная в сметанном соусе	180	47,40
12	7	60	352	Каша гречневая рассыпчатая	200	15,38
5	0	30	142	Хлеб пшеничный	60	4,97
1	0	21	47	Напиток из плодов шиповника	200	7,61
36	27	128	869	Итого:		96,86
60	70	160	1478	Всего завтрак+обед		217,20

Меню
на "16" 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>		
2	6	11	108	Щи из свежей капусты с картофелем (со сметаной)	250	21,5
17	14	6	220	Рыба тушеная в сметанном соусе	180	47,40
12	7	60	352	Каша гречневая рассыпчатая	200	15,38
5	0	30	142	Хлеб пшеничный	50	4,14
1	0	20	85	Печенье	36	8,97
1	0	21	47	Напиток из плодов шиповника	200	7,61
37	27	148	954	Итого:		105,00

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

Меню
на "16" 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
				Обед 5-11 класс		
2	6	11	108	Щи из свежей капусты с картофелем (со сметаной)	250	21,5
17	14	6	220	Рыба тушеная в сметанном соусе	180	47,40
12	7	60	352	Каша гречневая рассыпчатая	200	15,38
5	0	30	142	Хлеб пшеничный	60	4,14
1	0	20	85	Печенье	36	8,97
1	0	21	47	Напиток из плодов шиповника	200	7,61
37,20	27,43	148,02	954,00	Итого:		105,00

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

Меню
на "16" 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
				<u>Обед 5-11 класс</u>		
2	6	11	108	Щи из свежей капусты с картофелем (со сметаной)	250	21,5
17	14	6	220	Рыба тушеная в сметанном соусе	180	47,40
12	7	60	352	Каша гречневая рассыпчатая	200	15,38
5	0	30	142	Хлеб пшеничный	60	4,14
1	0	20	85	Печенье	36	8,97
1	0	21	47	Напиток из плодов шиповника	200	7,61
37,20	27,43	148,02	954,00	Итого:		105,00