

**МЕНЮ**  
**на "06" октября 2026г.**

|   | Прием пищи,<br>наименование блюда                               | Масса<br>порции | Цена<br>(руб.) |
|---|-----------------------------------------------------------------|-----------------|----------------|
| 1 | 2                                                               | 3               | 16             |
|   | <b><u>Холодные блюда</u></b>                                    |                 |                |
|   | Салат из красной фасоли                                         | 100             | 56             |
|   | Салат овощной со сладким перцем                                 | 100             | 25             |
|   | <b><u>Первые блюда</u></b>                                      |                 |                |
|   | Рассольник ленинградский со сметаной                            | 250/10          | 31             |
|   | Суп из овощей                                                   | 250             | 34,5           |
|   | <b><u>Вторые блюда</u></b>                                      |                 |                |
|   | Манты                                                           | 74              | 25             |
|   | Рыба жареная (минтай)                                           | 100             | 58             |
|   | Курица запеченная                                               | 100             | 66,5           |
|   | Перец, фаршированные мясом и рисом                              | 97/40           | 89,5           |
|   | Сосиска отварная с соусом                                       | 50/50           | 32             |
|   | <b><u>Гарниры</u></b>                                           |                 |                |
|   | Каша гречневая рассыпчатая                                      | 200             | 20             |
|   | Капуста тушеная                                                 | 200             | 34,5           |
|   | <b><u>Соусы</u></b>                                             |                 |                |
|   | Соус томатный                                                   | 50              | 9              |
|   | <b><u>Каши</u></b>                                              |                 |                |
|   | Каша "Дружба"                                                   | 250/5           | 37             |
|   | <b><u>Хлебобулочные изделия</u></b>                             |                 |                |
|   | Булочка "Дорожная"                                              | 100             | 32             |
|   | Пирог с творогом                                                | 100             | 33             |
|   | Бутерброд с п/к колбасой "Сервелат"                             | 50/50/10        | 49             |
|   | Вафли                                                           | 19              | 7,5            |
|   | Кекс шоколадный                                                 | 90              | 60             |
|   | Корж молочный                                                   | 75              | 51             |
|   | Печенье                                                         | 12              | 4              |
|   | Печенье                                                         | 22              | 7              |
|   | Пицца "Школьная"                                                | 100             | 52             |
|   | Пряник                                                          | 31              | 9              |
|   | Слойка в ассортименте                                           | 60              | 56             |
|   | Хлеб пшеничный                                                  | 50              | 5,5            |
|   | Хлеб ржано-пшеничный                                            | 50              | 7              |
|   | <b><u>Третьи блюда</u></b>                                      |                 |                |
|   | 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           |
|   | Напиток клюквенный                                              | 200             | 19             |
|   | Напиток из плодов шиповника                                     | 200             | 10             |
|   | Сок "Сады Придонья" (200мл)                                     | 1               | 43             |
|   | Сокодержательный "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 "06" октября 2026г.  
(организованное питание)

|   | Прием пищи,                              | Масса порции | Цена (руб.) |
|---|------------------------------------------|--------------|-------------|
| 1 | 2                                        | 3            | 16          |
|   |                                          |              |             |
|   | <b><u>Обед 5,6,7,8 кл. (1 смена)</u></b> |              |             |
|   | Суп из овощей                            | 200          | 29          |
|   | Мясо тушеное                             | 30/50        | 59,50       |
|   | Каша гречневая рассыпчатая               | 200          | 20          |
|   | Хлеб пшеничный                           | 50           | 5,5         |
|   | Напиток клюквенный                       | 200          | 19          |
|   | Итого:                                   |              | 133,00      |
|   |                                          |              |             |
|   |                                          |              |             |
|   | <b><u>ГПД (1 смена)</u></b>              |              |             |
|   | Каша "Дружба"                            | 250/5        | 37          |
|   | Бутерброд с п/к колбасой "Сервелат"      | 50/50/10     | 49          |
|   | Чай с лимоном                            | 200          | 4           |
|   | Хлеб пшеничный                           | 50           | 5,5         |
|   | Пирожное "ЧокоПай"                       | 30           | 23          |
|   | Итого:                                   |              | 118,50      |
|   |                                          |              |             |
|   | <b><u>ГПД (2 смена)</u></b>              |              |             |
|   | Суп из овощей                            | 200          | 29          |
|   | Гуляш из говядины                        | 25/50        | 62          |
|   | Каша гречневая рассыпчатая               | 150          | 15          |
|   | Чай с сахаром                            | 200/15       | 3           |
|   | Хлеб пшеничный                           | 50           | 5,5         |
|   | Пирог с творогом                         | 100          | 33          |
|   | Итого:                                   |              | 147,50      |

**Меню**  
**на "06" 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               |                 |
|                     |      |          |                               | <b><u>Завтрак 1-4 класс</u></b>                                             |                 |                 |
| 12                  | 7    | 34       | 227                           | Каша "Дружба"                                                               | 205             | 20,35           |
| 1                   | 0    | 9        | 42                            | Фрукт (яблоко)                                                              | 245             | 38,75           |
| 4                   | 0    | 21       | 110                           | Хлеб ржано-пшеничный                                                        | 25              | 2,33            |
| 0                   | 0    | 15       | 62                            | Чай с лимоном                                                               | 200             | 4,16            |
| 6                   | 10   | 10       | 45                            | Бутерброд с мясными гастрономическими продуктами (колбасой варено-копченой) | 20/25           | 25,81           |
| 23                  | 17   | 89       | 486                           | Итого:                                                                      |                 | 91,40           |
| 7                   | 9    | 0        | 109                           | Сыр (порциями)                                                              | 35              | 28,35           |
| 40                  | 36   | 135      | 812                           | Итого:                                                                      |                 | 119,75          |
|                     |      |          |                               | <b><u>Обед 1-4 класс</u></b>                                                |                 |                 |
| 4                   | 9    | 26       | 120                           | Рассольник ленинградский (со сметаной)                                      | 210             | 20,59           |
| 12                  | 13   | 7        | 202                           | Шницель из говядины                                                         | 80              | 49,04           |
| 6                   | 5    | 26       | 168                           | Макаронные изделия отварные                                                 | 150             | 10,85           |
| 0,68                | 0,00 | 21,01    | 47                            | Напиток из плодов шиповника                                                 | 200             | 7,61            |
| 5                   | 0    | 30       | 142                           | Хлеб пшеничный                                                              | 40              | 3,31            |
| 12                  | 5    | 77       | 357                           | Итого:                                                                      |                 | 91,40           |
| 7                   | 9    | 0        | 109                           | Сыр (порциями)                                                              | 35              | 28,35           |
| 30                  | 19   | 154      | 823                           | Итого:                                                                      |                 | 119,75          |

**Меню**  
**на "06" 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               |                 |
|                     |      |          |                               | <b><u>Завтрак 1-4 класс</u></b>                                             |                 |                 |
| 12                  | 7    | 34       | 227                           | Каша "Дружба"                                                               | 205             | 20,35           |
| 1                   | 0    | 9        | 42                            | Фрукт (яблоко)                                                              | 245             | 38,75           |
| 4                   | 0    | 21       | 110                           | Хлеб ржано-пшеничный                                                        | 25              | 2,33            |
| 6                   | 10   | 10       | 45                            | Бутерброд с мясными гастрономическими продуктами (колбасой варено-копченой) | 20/25           | 25,81           |
| 0                   | 0    | 15       | 62                            | Чай с лимоном                                                               | 200             | 4,16            |
| 1                   | 0    | 9        | 42                            | Фрукт (яблоко)                                                              | 86              | 13,60           |
|                     | 17   | 98       | 528                           | Итого:                                                                      |                 | 105,00          |
| 7                   | 9    | 0        | 109                           | Сыр (порциями)                                                              | 35              | 28,35           |
| 14                  | 37   | 132      | 786                           | Итого:                                                                      |                 | 133,35          |
|                     |      |          |                               |                                                                             |                 |                 |
|                     |      |          |                               | <b><u>Обед 1-4 класс</u></b>                                                |                 |                 |
| 4                   | 9    | 26       | 120                           | Рассольник ленинградский (со сметаной)                                      | 210             | 20,59           |
| 12                  | 13   | 7        | 202                           | Шницель из говядины                                                         | 80              | 49,04           |
| 6                   | 5    | 26       | 168                           | Макаронные изделия отварные                                                 | 150             | 10,85           |
| 0,68                | 0,00 | 21,01    | 47                            | Напиток из плодов шиповника                                                 | 200             | 7,61            |
| 5                   | 0    | 30       | 142                           | Хлеб пшеничный                                                              | 40              | 3,31            |
| 1                   | 0    | 9        | 42                            | Фрукт (яблоко)                                                              | 86              | 13,60           |
|                     | 27   | 119      | 721                           | Итого:                                                                      |                 | 105,00          |
| 7                   | 9    | 0        | 109                           | Сыр (порциями)                                                              | 35              | 28,35           |
| 14                  | 36   | 179      | 1061                          | Итого:                                                                      |                 | 133,35          |

Заведующий столовой

Е. А. Картав

Меню  
на "06" 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              |
|                     |      |          |                               | <b>Завтрак 1-4 класс</b>                                                    |                 |                 |
| 12                  | 7    | 34       | 227                           | Каша "Дружба"                                                               | 205             | 20,35           |
| 1                   | 0    | 9        | 42                            | Фрукт (яблоко)                                                              | 245             | 38,75           |
| 4                   | 0    | 21       | 110                           | Хлеб ржано-пшеничный                                                        | 25              | 2,33            |
| 0                   | 0    | 15       | 62                            | Чай с лимоном                                                               | 200             | 4,16            |
| 6                   | 10   | 10       | 45                            | Бутерброд с мясными гастрономическими продуктами (колбасой варено-копченой) | 20/25           | 25,81           |
| 23                  | 17   | 89       | 486                           | Итого:                                                                      |                 | 91,40           |
| 7                   | 9    | 0        | 109                           | Сыр (порциями)                                                              | 35              | 28,35           |
| 40                  | 36   | 135      | 812                           | Итого:                                                                      |                 | 119,75          |
|                     |      |          |                               | <b>Обед 1-4 класс</b>                                                       |                 |                 |
| 4                   | 9    | 26       | 120                           | Рассольник ленинградский (со сметаной)                                      | 210             | 20,59           |
| 12                  | 13   | 7        | 202                           | Шницель из говядины                                                         | 80              | 49,04           |
| 6                   | 5    | 26       | 168                           | Макаронные изделия отварные                                                 | 150             | 10,85           |
| 0,68                | 0,00 | 21,01    | 47                            | Напиток из плодов шиповника                                                 | 200             | 7,61            |
| 5                   | 0    | 30       | 142                           | Хлеб пшеничный                                                              | 40              | 3,31            |
| 0                   | 0    | 12       | 49                            | Пряник                                                                      | 60              | 13,27           |
| 28                  | 27   | 110      | 679                           | Итого:                                                                      |                 | 104,67          |
| 7                   | 9    | 0        | 109                           | Сыр (порциями)                                                              | 35              | 28,35           |
| 40                  | 36   | 173      | 1026                          | Итого:                                                                      |                 | 133,02          |
| 51                  | 44   | 199      | 1165                          | Всего завтрак+обед                                                          |                 | 252,77          |

Меню  
на "06" 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              |
|                     |      |          |                               |                                                                             |                 |                 |
|                     |      |          |                               | <b><u>Завтрак 5-11 класс</u></b>                                            |                 |                 |
| 12                  | 7    | 34       | 227                           | Каша "Дружба"                                                               | 265             | 28,29           |
| 0                   | 0    | 15       | 62                            | Чай с лимоном                                                               | 200             | 4,16            |
| 1                   | 0    | 7        | 35                            | Хлеб пшеничный                                                              | 60              | 4,97            |
| 1                   | 0    | 9        | 42                            | Фрукт (яблоко)                                                              | 130             | 20,65           |
| 6                   | 10   | 10       | 45                            | Бутерброд с мясными гастрономическими продуктами (колбасой варено-копченой) | 20/25           | 25,81           |
| 20                  | 17   | 75       | 411                           | Итого:                                                                      |                 | 83,88           |
|                     |      |          |                               |                                                                             |                 |                 |
|                     |      |          |                               | <b><u>Обед 5-11 класс</u></b>                                               |                 |                 |
| 2                   | 6    | 13       | 115                           | Суп из овощей                                                               | 250             | 26,51           |
| 18                  | 20   | 7        | 276                           | Мясо тушеное                                                                | 100             | 72,34           |
| 12                  | 7    | 60       | 352                           | Каша гречневая рассыпчатая                                                  | 200             | 15,38           |
| 1                   | 0    | 7        | 35                            | Хлеб ржано-пшеничный                                                        | 50              | 4,66            |
| 0                   | 0    | 21       | 85                            | Напиток клюквенный                                                          | 200             | 14,43           |
| 33                  | 33   | 108      | 863                           | Итого:                                                                      |                 | 133,32          |
| 53                  | 50   | 183      | 1274                          | Всего завтрак+обед                                                          |                 | 217,20          |

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

Меню  
на "06" 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 5-7 класс</u>          |                 |                 |
| 2                   | 5    | 10       | 92                            | Суп из овощей                  | 200             | 22,22           |
| 18                  | 20   | 7        | 276                           | Мясо тушеное                   | 85              | 54,39           |
| 12                  | 7    | 60       | 352                           | Каша гречневая рассыпчатая     | 150             | 11,64           |
| 4                   | 0    | 21       | 110                           | Хлеб ржано-пшеничный           | 25              | 2,32            |
| 0                   | 0    | 21       | 85                            | Напиток клюквенный             | 200             | 14,43           |
| 36                  | 32   | 119      | 915                           | Итого:                         |                 | 105,00          |

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

Меню  
на "06" 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 5-7 класс</u>          |                 |                 |
| 2                   | 5     | 10       | 92                            | Суп из овощей                  | 200             | 22,22           |
| 18                  | 20    | 7        | 276                           | Мясо тушеное                   | 85              | 54,39           |
| 12                  | 7     | 60       | 352                           | Каша гречневая рассыпчатая     | 150             | 11,64           |
| 4                   | 0     | 21       | 110                           | Хлеб ржано-пшеничный           | 25              | 2,32            |
| 0                   | 0     | 21       | 85                            | Напиток клюквенный             | 200             | 14,43           |
| 36,00               | 32,00 | 119,00   | 915,00                        | Итого:                         |                 | 105,00          |

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

Меню  
на "06" 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 5-7 класс</u>          |                 |                 |
| 2                   | 5     | 10       | 92                            | Суп из овощей                  | 200             | 22,22           |
| 18                  | 20    | 7        | 276                           | Мясо тушеное                   | 85              | 54,39           |
| 12                  | 7     | 60       | 352                           | Каша гречневая рассыпчатая     | 150             | 11,64           |
| 4                   | 0     | 21       | 110                           | Хлеб ржано-пшеничный           | 25              | 2,32            |
| 0                   | 0     | 21       | 85                            | Напиток клюквенный             | 200             | 14,43           |
| 36,00               | 32,00 | 119,00   | 915,00                        | Итого:                         |                 | 105,00          |