

МЕНЮ
на "14" октября 2026г.

	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена (руб.)
1	2	3	16
	<u>Холодные блюда</u>		
	Салат "Каприз"	100	58
	Салат из морской капусты с яйцом	100	38,5
	Салат из кукурузы с яйцом	100	51,5
	<u>Первые блюда</u>		
	Суп картофельный с крупой	250	24
	Рассольник домашний	250	38,5
	<u>Вторые блюда</u>		
	Филе птицы, запеченное с сыром	100/50	121
	Рыба жареная (минтай)	100	58
	Перец, фаршированные мясом и рисом	97/40	89,5
	Пельмени отварные	120/5	57
	Сосиска отварная с соусом	50/50	32
	<u>Гарниры</u>		
	Капуста тушеная	200	34,5
	Рис отварной	200	24
	<u>Каши</u>		
	Каша жидкая молочная манная	250	40
	<u>Соусы</u>		
	Соус томатный	50	9
	<u>Хлебобулочные изделия</u>		
	Вафли	19	7,5
	Булочка домашняя	100	30
	Сосиска в тесте	58/50	42
	Кекс шоколадный	90	60
	Корж молочный	75	51
	Пирог с печенью	100	33
	Печенье	12	4
	Печенье	22	7
	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
	Кисель из свежих ягод (из черной смородины с/м)	200	21
	Компот из свежей вишни	200	36
	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

на "14" 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>		
	Суп картофельный с крупой	200	20
	Мясо тушеное	30/50	59,50
	Капуста тушеная	150	25
	Хлеб ржано-пшеничный	30	3
	Кисель из свежих ягод (из черной смородины с/м)	200	21
	Итого:		128,50
	<u>ГПД (1 смена)</u>		
	Каша жидкая молочная манная	250	40
	Пицца Школьная	100	52
	Чай с сахаром	200/15	3
	Пирожное "ЧокоПай"	30	23
	Итого:		118,00
	<u>ГПД (2 смена)</u>		
	Рассольник домашний	200	32
	Мясо тушеное	30/50	59,50
	Рис отварной	200	24
	Чай с сахаром	200/15	3
	Хлеб пшеничный	50	5,5
	Булочка домашняя	100	30
	Итого:		154,00

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

Меню
на "14" 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>		
6	8	31	222	Каша манная молочная жидкая с сл/маслом	205	21,12
4	4	26	154	Какао с молоком	200	23,67
1	4	21	123	Бутерброд с повидлом	15/20/5	9,78
1	0	7	35	Хлеб ржано-пшеничный	25	2,33
5	0	30	142	Хлеб пшеничный	50	4,14
4	0	21	110	Фрукт (апельсин)	192	30,36
21	16	136	786	Итого:		91,40
				<u>Обед 1-4 класс</u>		
4	9	26	120	Рассольник домашний	200	24,69
17	14	6	220	Рыба тушеная в томате с овощами	100	31,01
3	7	27	182	Картофель отварной	100	16,52
0	0	15	61	Компот из вишни	200	15,04
5	0	30	142	Хлеб пшеничный	50	4,14
29	30	104	725	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 "14" 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>		
4	0	21	110	Фрукт (апельсин)	251	39,66
4	0	21	110	Итого:		39,66
				<u>Обед 1-4 класс</u>		
4	0	21	110	Фрукт (апельсин)	251	39,66
4	0	21	110	Итого:		39,66

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

Меню
на "14" 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		
6	8	31	222	Каша манная молочная жидкая с сл/маслом	205	21,12
4	4	26	154	Какао с молоком	200	23,67
1	4	21	123	Бутерброд с повидлом	15/20/5	9,78
1	0	7	35	Хлеб ржано-пшеничный	25	2,33
5	0	30	142	Хлеб пшеничный	50	4,14
4	0	21	110	Фрукт (апельсин)	192	30,36
1	0	9	42	Печенье	55	13,60
22	16	145	828	Итого:		105,00
				Обед 1-4 класс		
4	9	26	120	Рассольник домашний	200	24,69
17	14	6	220	Рыба тушеная в томате с овощами	100	31,01
3	7	27	182	Картофель отварной	100	16,52
0	0	15	61	Компот из вишни	200	15,04
5	0	30	142	Хлеб пшеничный	50	4,14
0	0	6	28	Фрукт (яблоко)	86	13,60
5300	5871	19114	147694	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 "14" 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		
4	0	21	110	Фрукт (апельсин)	251	39,66
4	0	21	110	Итого:		39,66
				Обед 1-4 класс		
4	0	21	110	Фрукт (апельсин)	251	39,66
4	0	21	110	Итого:		39,66

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

Меню
на "14" 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>		
6	8	31	222	Каша манная молочная жидкая с сл/маслом	205	21,12
4	4	26	154	Какао с молоком	200	23,67
1	4	21	123	Бутерброд с повидлом	15/20/5	9,78
1	0	7	35	Хлеб ржано-пшеничный	25	2,33
5	0	30	142	Хлеб пшеничный	50	4,14
4	0	21	110	Фрукт (апельсин)	192	30,36
12	16	85	534	Итого:		91,40
				<u>Обед 1-4 класс</u>		
4	9	26	120	Рассольник домашний	200	24,69
17	14	6	220	Рыба тушеная в томате с овощами	100	31,01
3	7	27	182	Картофель отварной	100	16,52
0	0	15	61	Компот из вишни	200	15,04
5	0	30	142	Хлеб пшеничный	50	4,14
1	0	7	35	Вафля	44	13,27
29	30	104	725	Итого:	147	104,67
41	46	189	1259	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 "14" 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>		
4	0	21	110	Фрукт (апельсин)	251	39,66
4	0	21	110	Итого:		39,66

Меню
на "14" 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 5-11 класс</u>		
8	10	39	278	Каша манная молочная жидкая с сл/маслом	260	30,80
4	4	26	154	Какао с молоком	200	23,67
1	4	21	123	Бутерброд с повидлом	15/20/5	9,78
1	0	7	35	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,71
13	18	86	555	Итого:		67,96
				<u>Обед 5-11 класс</u>		
4	5	15	118	Суп картофельный с крупой	250	18,24
18	20	7	276	Мясо тушеное	100	83,36
5	6	27	175	Капуста тушеная	200	26,56
5	0	30	142	Хлеб пшеничный	60	4,96
0	0	26	104	Кисель из свежих ягод (из черной смородины с/м)	200	16,12
32	31	105	815	Итого:		149,24
45	49	191	1370	Всего завтрак+обед		217,20

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

Меню
на "14" 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>		
4	5	15	118	Суп картофельный с крупой	250	18,24
18	20	7	276	Мясо тушеное	85	47,45
5	6	27	175	Капуста тушеная	150	19,48
1	0	7	35	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,71
0	0	26	104	Кисель из свежих ягод (из черной смородины с/м)	200	16,12
28	31	82	708	Итого:		105,00

Меню
на "14" 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		
4	5	15	118	Суп картофельный с крупой	250	18,24
18	20	7	276	Мясо тушеное	85	47,45
5	6	27	175	Капуста тушеная	150	19,48
1	0	7	35	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,71
0	0	26	104	Кисель из свежих ягод (из черной смородины с/м)	200	16,12
28,00	31,00	82,00	708,00	Итого:		105,00

Меню
на "14" 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>		
4	5	15	118	Суп картофельный с крупой	250	18,24
18	20	7	276	Мясо тушеное	85	47,45
5	6	27	175	Капуста тушеная	150	19,48
1	0	7	35	Хлеб ржано-пшеничный	40	3,71
0	0	26	104	Кисель из свежих ягод (из черной смородины с/м)	200	16,12
28,00	31,00	82,00	708,00	Итого:		105,00