

11 Сентября 2026 г.

Меню МБОУ СОШ №188

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевыс	ККал			

Обед(Дети военнослужащих.СВО) (105,00)

0.33	0.06	1.14	7	.030	Помидоры порционные	7-63
6	3.1	21	138	.250	Суп картоф. с макарон. изделиями	7-23
16.56	17.28	19.08	298	.210	Рагу из птицы (Филе)	55-21
0.45	0.18	8.2	36	.200	Компот из яблок и брусники	9-67
1.32	0.24	6.66	34	.020	Хлеб ржано-пшеничный	2-22
2.3	0.24	14.8	70	.035	Хлеб пшеничный	2-79
0.6	0.6	14.7	70	.150 гр.	Яблоки свежие	20-25
28	22	86	653			105=

Руководитель _____
 Зав.производством _____
 Калькулятор _____



Надежкина Н.А.

Дорохова Н.И.

11 Сентября 2026 г.

Меню МБОУ СОШ №188

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			

Комплекс льготного питания Завтрак (105,00

6.31	6.31	8.06	100	.025	Сыр порциями	31-80
3.15	0.42	33.6	153	.200/10	Каша манная молочная(вязкая) с маслом	39=
4.77	7.92	30.78	209	.180	Какао с молоком	28-85
1.32	0.24	6.66	34	.020	Хлеб ржано-пшеничный	2-55
2.3	0.24	14.8	70	.030.5	Хлеб пшеничный	2-80
18	15	94	566			105,00

Комплекс льготного питания Обед(с7-11лет)(105,00)

0.1	0.86	0.48	16	.020	Помидоры порционные	7-65
4.8	2.48	16.8	110	.200	Суп картоф. с макарон. изделиями	9-08
13.8	14.4	15.9	248	.175	Рагу из птицы (Филе)	69-02
0.45	0.18	8.2	36	.200	Компот из яблок и брусники	14-51
1.32	0.24	6.66	34	.020	Хлеб ржано-пшеничный	2-55
2.3	0.24	14.8	70	.023.9	Хлеб пшеничный	2-19
23	18	63	514			105,00

Комплекс льготного питания Обед(с12лет) (105,00)

0.1	0.86	0.48	16	.020	Помидоры порционные	7-65
4.8	2.48	16.8	110	.200	Суп картоф. с макарон. изделиями	9-08
13.8	14.4	15.9	248	.175	Рагу из птицы (Филе)	69-02
0.45	0.18	8.2	36	.200	Компот из яблок и брусники	14-51
1.32	0.24	6.66	34	.020	Хлеб ржано-пшеничный	2-55
1.6	2	10.2	50	.023.9	Хлеб пшеничный	2-19
22	20	58	494			105,00

Руководитель _____ Надежкина Н.А.
 Зав.производством _____
 Калькулятор _____ Дорезова Н.И.



11 Сентября 2026 г.

Меню МБОУ СОШ №188 ОВЗ (с12 лет)

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углева	ККал			

Завтрак 1 смена (221,77) с 12 лет

1.9	1.9	2.45	30	.015	Сыр порциями	20-48
3.15	0.42	33.6	153	.200/5	Каша манная молочная(вязкая) с маслом	32-70
4.77	7.92	30.78	209	.180	Какао с молоком	30-77
2.3	0.24	14.8	70	.030	Хлеб пшеничный	2-75
1.98	0.36	10	52	.030	Хлеб ржано-пшеничный	3-83
14	11	92	514			90-53

Обед 1 смена (221,77) с 12 лет

0.28	0.05	0.95	6	.025	Помидоры порционные	10-21
6	3.1	21	138	.250	Суп картоф. с макарон. изделиями	11-57
16.56	17.28	19.08	298	.210	Рагу из птицы (Филе)	88-34
0.4	0.16	7.38	32	.180	Компот из яблок и брусники	13-94
1.98	0.36	10	52	.030	Хлеб ржано-пшеничный	3-83
2.3	0.24	14.8	70	.036.6	Хлеб пшеничный	3-35
28	21	73	596			131-24

221,77

Руководитель _____ Набожкина Н.А.
 Зав.производством _____
 Калькулятор _____ Дорохова Н.И.



11 Сентября 2026 г.

Меню МБОУ СОШ №188 ОВЗ (с12 лет)

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			

Завтрак 1 смена(217,20) с 12 лет

1.9	1.9	2.45	30	.015	Сыр порциями	20-48
3.15	0.42	33.6	153	.200/5	Каша манная молочная(вязкая) с маслом	32-70
4.77	7.92	30.78	209	.180	Какао с молоком	30-77
1.98	0.36	10	52	.030	Хлеб ржано-пшеничный	3-83
2.3	0.24	14.8	70	.030	Хлеб пшеничный	2-75
14	11	92	514			90-53

Обед 1 смена(217,20) с 12 лет

0.08	0.65	0.36	12	.015	Помидоры порционные	6-13
6	3.1	21	138	.250	Суп картоф. с макарон. изделиями	11-57
16.56	17.28	19.08	298	.210	Рагу из птицы (Филе)	88-34
0.4	0.16	7.38	32	.180	Компот из яблок и брусники	13-94
1.98	0.36	10	52	.030	Хлеб ржано-пшеничный	3-83
2.3	0.24	14.8	70	.031.2	Хлеб пшеничный	2-86
27	22	73	602			126-67

217,20

Обед 2 смена(217,20) с 12 лет

0.1	0.86	0.48	16	.020	Помидоры порционные	8-16
6	3.1	21	138	.250	Суп картоф. с макарон. изделиями	11-57
16.56	17.28	19.08	298	.210	Рагу из птицы (Филе)	88-34
0.45	0.18	8.2	36	.200	Компот из яблок и брусники	15-47
1.98	0.36	10	52	.030	Хлеб ржано-пшеничный	3-83
2.3	0.24	14.8	70	.032.2	Хлеб пшеничный	2-95
27	22	74	610			130-32

Полдник 2 смена(217,20) с 12 лет

5.4	5	21.6	158	.200	Снежок 2,5%	43-95
4.3	15.2	43	323	.080/шт	Корж молочный	42-93
10	20	65	481			86-88

217,20

Руководитель  Надежкина Н.А.
 Зав.производством
 Калькулятор Дорохова Н.И.

11 Сентября 2026 г.

Меню МБОУ СОШ №188 ОВЗ (с7-11 лет)

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			

Завтрак 1 смена (191,50) с 7-11лет

2.5	2.5	3.23	40	.010	Сыр порциями	12-80
3.15	0.42	33.6	153	.200/5	Каша манная молочная(вязкая) с маслом	32-70
4.77	7.92	30.78	209	.180	Какао с молоком	30-77
1.32	0.24	6.66	34	.020	Хлеб ржано-пшеничный	2-55
1.6	2	10.2	50	.020	Хлеб пшеничный	1-83
13	13	84	486			80-65

Обед 1 смена (191,50) с 7-11лет

0.1	0.86	0.48	16	.020	Помидоры порционные	8-16
4.8	2.48	16.8	110	.200	Суп картоф. с макарон. изделиями	9-68
13.8	14.4	15.9	248	.175	Рагу из птицы (Филе)	73-62
0.4	0.16	7.38	32	.180	Компот из яблок и брусники	13-94
1.32	0.24	6.66	34	.020	Хлеб ржано-пшеничный	2-55
2.3	0.24	14.8	70	.031.6	Хлеб пшеничный	2-90
23	18	62	510			110,85

191,50

Обед 2 смена (191,50) с 7-11лет

0.08	0.65	0.36	12	.015	Помидоры порционные	6-13
4.8	2.48	16.8	110	.200	Суп картоф. с макарон. изделиями	9-68
13.8	14.4	15.9	248	.175	Рагу из птицы (Филе)	73-62
0.4	0.16	7.38	32	.180	Компот из яблок и брусники	13-94
2.3	0.24	14.8	70	.033.8	Хлеб пшеничный	3-10
1.32	0.24	6.66	34	.020	Хлеб ржано-пшеничный	2-55
23	18	62	506			109,02

Полдник 2 смена (191,50) с 7-11лет

4.9	4.5	19.4	142	.180	Снежок 2,5%	39-55
4.3	15.2	43	323	.080/шт	Корж молочный	42-93
9	20	62	465			82-48

39,55

Руководитель _____
 Зав.производством _____
 Калькулятор _____



11 Сентября 2026 г.

Меню МБОУ СОШ №188 ОВЗ (с7-11 лет)

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			
<u>Завтрак 1 смена(196,07) с7-11лет</u>						
1.9	1.9	2.45	30	.015	Сыр порциями	20-48
3.15	0.42	33.6	153	.200/5	Каша манная молочная(вязкая) с маслом	32-70
4.77	7.92	30.78	209	.180	Какао с молоком	30-77
1.6	2	10.2	50	.020	Хлеб пшеничный	1-83
1.32	0.24	6.66	34	.020	Хлеб ржано-пшеничный	2-55
13	12	84	476			88-33

Обед 1смена(196,07) с7-11лет						
0.08	0.65	0.36	12	.015	Помидоры порционные	6-13
4.8	2.48	16.8	110	.200	Суп картоф. с макарон. изделиями	9-68
13.8	14.4	15.9	248	.175	Рагу из птицы (Филе)	73-62
0.4	0.16	7.38	32	.180	Компот из яблок и брусники	13-94
0	0	0	0	.020	Хлеб пшеничный	1-83
1.32	0.24	6.66	34	.019.9	Хлеб ржано-пшеничный	2,54
20	18	47	436			107,74

196,07

Обед 2 смена(196,07) с7-11лет						
0.28	0.05	0.95	6	.025	Помидоры порционные	10-21
4.8	2.48	16.8	110	.200	Суп картоф. с макарон. изделиями	9-68
13.8	14.4	15.9	248	.175	Рагу из птицы (Филе)	73-62
0.4	0.16	7.38	32	.180	Компот из яблок и брусники	13-94
1.32	0.24	6.66	34	.026.5	Хлеб ржано-пшеничный	3-39
2.3	0.24	14.8	70	.030	Хлеб пшеничный	2-75
23	18	62	500			113-59

Полдник 2 смена (196,07) с7-11лет						
4.9	4.5	19.4	142	.180	Снежок 2,5%	39-55
4.3	15.2	43	323	.080/шт	Корж молочный	42-93
9	20	62	465			82-48

196,07

Руководитель _____ Надежкина Н.А.
 Зав.производством _____
 Калькулятор _____ Дорохова Н.И.



11 Сентября 2026 г.

Меню МБОУ СОШ №188

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углевод	ККал			

Комплекс бесплатного питания (с 7-11 лет) Завтрак(91,40).

5.12	5.2	0	69	.020	Сыр порциями	25-20
3.15	0.42	33.6	153	.200/5	Каша манная молочная(вязкая) с маслом	30-66
4.77	7.92	30.78	209	.180	Какао с молоком	28-85
2.3	0.24	14.8	70	.031.2	Хлеб пшеничный	2-86
1.98	0.36	10	52	.030	Хлеб ржано-пшеничный	3-83
17	14	89	553			91,40

Комплекс бесплатного питания(с 7-11 лет) Обед(91,40.)

0.1	0.86	0.48	16	.020	Помидоры порционные	7-65
13.8	14.4	15.9	248	.175	Рагу из птицы (Филе)	64-41
0.45	0.18	8.2	36	.200	Компот из яблок и брусники	14-51
1.32	0.24	6.66	34	.020	Хлеб ржано-пшеничный	2-55
2.3	0.24	14.8	70	.024.9	Хлеб пшеничный	2-28
18	16	46	404			91-40

Руководитель
Зав.производством
Калькулятор



11 Сентября 2026 г.

Меню МБОУ СОШ №188

Пищевая ценность				Выход	Наименование блюда	Стоимость питания
Белки	Жиры	Углеви	ККал			
<u>Завтрак платного питания</u>						
5.12	5.2	0	69	.020	Сыр порциями	26-88
3.15	0.42	33.6	153	.200/10	Каша манная молочная(вязкая) с маслом	41-60
5.3	8.8	34.2	232	.200	Какао с молоком	34-19
2.3	0.24	14.8	70	.030	Хлеб пшеничный	2-75
1.98	0.36	10	52	.030	Хлеб ржано-пшеничный	3-83
0.6	0.6	14.7	70	.150 гр.	Яблоки свежие	32-40
18	16	107	646			141-65

<u>Комплекс платного питания</u>							
0.33	0.06	1.14	7	.030	Помидоры порционные	12-21	
6	3.1	21	138	.250	Суп картоф. с макарон. изделиями	11-57	
19.32	20.16	22.26	347	.245	Рагу из птицы (Филе)	103-09	
0.45	0.18	8.2	36	.200	Компот из яблок и брусники	15-47	
1.98	0.36	10	52	.030	Хлеб ржано-пшеничный	3-83	
2.3	0.24	14.8	70	.030	Хлеб пшеничный	2-75	
30	24	77	650				148-92

ПРЕДЛАГАЕМ ДОПОЛНИТЕЛЬНО (для преподавателей)

2.1	10.5	9.8	189	.100	Салат "Бабушкин салатик" (картоф, морк, огу р. конс, лук, яйцо, оус)	22-10
0.9	7.1	3.9	85	.100	Салат из свежих огурцов (огурцы, масло подс.)	32-21
11.1	20.3	3.5	240	.100	Салат "Министерский" с курицей (филе, яйцо, лук, огу р. конс, соус)	51-78
6	3.1	21	138	.250	Суп картоф. с макарон. изделиями	11-57
3.62	13.2	29.74	252	.120/5	Драники по-домашнему с маслом	25-94
8.7	6.13	2.6	100	.050/50	Бефстроганов из говядины	114-51
10	7	1.6	109	.100	Рыба (минтай) запечённая с томатом	65-17
10.12	12.22	11.62	199	.075/5	Зразы рубленые с маслом	71-01
17.9	17.14	39.8	372	.100/20	Сырники из творога со сгущенным молоком	84-61
5.59	3.79	24.3	153	.150	Каша гречневая с овощами	12-34
5.5	8.1	37.8	251	.180	Перловка отварная	15-54
2.85	2.7	6.6	57	.150	Капуста цветная припущенная	58-32
3.15	0.42	33.6	153	.200/5	Каша манная молочная (вязкая) с маслом	32-70
5.4	5	21.6	158	.200	Снежок 2,5%	43-95
0.45	0.18	8.2	36	.200	Компот из яблок и брусники	15-47
0.1	0	15	60	.200	Чай с сахаром (витаминный)	4-23
2.3	0.24	14.8	70	.030	Хлеб пшеничный	2-75
1.98	0.36	10	52	.030	Хлеб ржано-пшеничный	3-83
98	117	295	2674			

Руководитель _____ Нарезкина Н.А.
 Зав. производством _____
 Калькулятор _____ Орохова Н.И.