24.09.2026 (четверг)

1-4 классы Сов.63

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Завтрак (1 смена)		
25	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	Калорийность-90, Белки-6, Жиры-7	20-82
200	Каша вязкая молочная пшенная бпл	Калорийность-275, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-38	28-35
180	Какао с молоком сгущенным бпл	Калорийность-120, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-20	18-39
25	Батон нарезной бпл	Калорийность-65, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13	2-84
150	Яблоко бпл	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	21-00
	Итого за Завтрак (1 смена)	Калорийность-617, Белки-20, Жиры-22, Углеводы-86	91-40
	Обед (2 смена)		
60	Яйцо вареное бпл	Калорийность-85, Белки-7, Жиры-6	12-09
200	Щи из свежей капусты со сметаной бпл пф	Калорийность-72, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-5	8-68
100	Биточки (особые) бпл пф	Калорийность-321, Белки-16, Жиры-23, Углеводы-14	47-52
25	Соус белый основной бпл пф	Калорийность-12, Жиры-1, Углеводы-1	3-71
150	Каша гречневая рассыпчатая бпл	Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36	12-35
200	Компот из кураги бпл	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	4-82
20	Батон нарезной бпл	Калорийность-52, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-10	2-23
	Итого за Обед (2 смена)	Калорийность-843, Белки-35, Жиры-42, Углеводы-82	91-40
	Итого за день	Калорийность-1 460, Белки-55, Жиры-64, Углеводы-168	182-80

Директор _____ Потеряева Л.В. Шеф-повар _____ Котомчина Т.А. Калькулятор _____ Брованова Н.В.

24.09.2026 (четверг)

Многодетные, СВО 1-11 классы Сов.63

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Завтрак (1 смена)		
30	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	24-99
250	Каша вязкая молочная пшенная бпл	Калорийность-344, Белки-10, Жиры-13, Углеводы-47	35-44
200	Какао с молоком сгущенным бпл	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	20-43
28	Батон нарезной бпл	Калорийность-73, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-14	3-14
150	Яблоко бпл	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	21-00
	Итого за Завтрак (1 смена)	Калорийность-724, Белки-23, Жиры-27, Углеводы-98	105-00
	Обед (2 смена)		
60	Яйцо вареное бпл	Калорийность-85, Белки-7, Жиры-6	12-09
250	Щи из свежей капусты со сметаной бпл пф	Калорийность-90, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-7	10-85
100	Биточки (особые) бпл пф	Калорийность-321, Белки-16, Жиры-23, Углеводы-14	47-52
50	Соус белый основной бпл пф	Калорийность-24, Жиры-2, Углеводы-2	7-43
230	Каша гречневая рассыпчатая бпл	Калорийность-358, Белки-13, Жиры-10, Углеводы-55	18-94
200	Компот из кураги бпл	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	4-82
30	Батон нарезной бпл	Калорийность-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	3-35
	Итого за Обед (2 смена)	Калорийность-1 024, Белки-41, Жиры-48, Углеводы-109	105-00
	Итого за день	Калорийность-1 748, Белки-64, Жиры-75, Углеводы-207	210-00

Директор _____ Потеряева Л.В. Шеф-повар _____ Котомчина Т.А. Калькулятор _____ Брованова Н.В.

24.09.2026 (четверг)

Многодетные 2 класс / аллергия Сов.63

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Обед (2 смена)		
60	Яйцо вареное бпл	Калорийность-85, Белки-7, Жиры-6	12-09
250	Щи из свежей капусты вегетарианские бпл пф	Калорийность-71, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-7	9-49
100	Биточки (особые) бпл пф	Калорийность-321, Белки-16, Жиры-23, Углеводы-14	47-52
180	Каша гречневая с овощами бпл пф	Калорийность-268, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-39	9-85
200	Сок абрикосовый бпл	Калорийность-106, Белки-1, Углеводы-25	24-00
18,5	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-38, Белки-1, Углеводы-8	2-05
	Итого за Обед (2 смена)	Калорийность-889, Белки-36, Жиры-41, Углеводы-93	105-00
	Итого за день	Калорийность-889, Белки-36, Жиры-41, Углеводы-93	105-00

Директор _____ Потеряева Л.В. Шеф-повар _____ Котомчина Т.А. Калькулятор _____ Брованова Н.В.

24.09.2026 (четверг)

ОВЗ и инв. 1-4 класс 7-11 лет Сов.63

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Комплекс (1 и 2 смена)		
60	Салат из свежих помидоров и огурцов бпл пф	Калорийность-39, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2	10-72
200	Щи из свежей капусты со сметаной бпл пф	Калорийность-72, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-5	8-68
120	Биточки (особые) бпл пф	Калорийность-385, Белки-19, Жиры-27, Углеводы-16	57-03
25	Соус белый основной бпл пф	Калорийность-12, Жиры-1, Углеводы-1	3-71
180	Каша гречневая рассыпчатая бпл	Калорийность-280, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-43	14-82
180	Компот из кураги бпл	Калорийность-60, Белки-1, Углеводы-14	4-34
17,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-47, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-9	1-97
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-22
	Итого за Комплекс (1 и 2 смена)	Калорийность-935, Белки-35, Жиры-45, Углеводы-98	103-49
	Полдник (1 и 2 смена)		
120	Сырники бпл	Калорийность-255, Белки-24, Жиры-7, Углеводы-25	56-66
200	Чай с сахаром бпл	Калорийность-12, Углеводы-3	1-24
40	Молоко сгущенное с сахаром бпл	Калорийность-131, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	13-68
150	Яблоко бпл	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	21-00
	Итого за Полдник (1 и 2 смена)	Калорийность-465, Белки-28, Жиры-11, Углеводы-65	92-58
	Итого за день	Калорийность-1 400, Белки-63, Жиры-56, Углеводы-163	196-07

Директор _____ Потеряева Л.В. Шеф-повар _____ Котомчина Т.А. Калькулятор _____ Брованова Н.В.

24.09.2026 (четверг)

ОВЗ и инв. 5-11 классы 7-11 лет Сов.63

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Комплекс (1 и 2 смена)		
60	Салат из свежих помидоров и огурцов бпл пф	Калорийность-39, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2	10-72
200	Щи из свежей капусты со сметаной бпл пф	Калорийность-72, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-5	8-68
120	Биточки (особые) бпл пф	Калорийность-385, Белки-19, Жиры-27, Углеводы-16	57-03
25	Соус белый основной бпл пф	Калорийность-12, Жиры-1, Углеводы-1	3-71
150	Каша гречневая рассыпчатая бпл	Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36	12-35
200	Компот из кураги бпл	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	4-82
25	Батон нарезной бпл	Калорийность-65, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13	2-81
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-22
	Итого за Комплекс (1 и 2 смена)	Калорийность-914, Белки-34, Жиры-43, Углеводы-97	102-34
	Полдник (1 и 2 смена)		
120	Сырники бпл	Калорийность-255, Белки-24, Жиры-7, Углеводы-25	56-66
200	Чай с сахаром бпл	Калорийность-12, Углеводы-3	1-24
30	Молоко сгущенное с сахаром бпл	Калорийность-98, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-17	10-26
150	Яблоко бпл	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	21-00
	Итого за Полдник (1 и 2 смена)	Калорийность-432, Белки-27, Жиры-11, Углеводы-60	89-16
	Итого за день	Калорийность-1 346, Белки-61, Жиры-54, Углеводы-157	191-50

Директор _____ Потеряева Л.В. Шеф-повар _____ Котомчина Т.А. Калькулятор _____ Брованова Н.В.

МАОУ "Лицей №22 "Надежда Сибири"

24.09.2026 (четверг)

ОВЗ и инв. 5-11 классы от 12 лет Сов.63

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Комплекс (1 и 2 смена)		
100	Салат из свежих помидоров и огурцов бпл пф	Калорийность-65, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4	17-87
250	Щи из свежей капусты со сметаной бпл пф	Калорийность-90, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-7	10-85
120	Биточки (особые) бпл пф	Калорийность-385, Белки-19, Жиры-27, Углеводы-16	57-03
50	Соус белый основной бпл пф	Калорийность-24, Жиры-2, Углеводы-2	7-43
230	Каша гречневая рассыпчатая бпл	Калорийность-358, Белки-13, Жиры-10, Углеводы-55	18-94
200	Компот из кураги бпл	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	4-82
29	Батон нарезной бпл	Калорийность-76, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	3-24
40	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	4-44
	Итого за Комплекс (1 и 2 смена)	Калорийность-1 144, Белки-41, Жиры-52, Углеводы-131	124-62
	Полдник (1 и 2 смена)		
120	Сырники бпл	Калорийность-255, Белки-24, Жиры-7, Углеводы-25	56-66
200	Чай с сахаром бпл	Калорийность-12, Углеводы-3	1-24
40	Молоко сгущенное с сахаром бпл	Калорийность-131, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	13-68
150	Яблоко бпл	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	21-00
	Итого за Полдник (1 и 2 смена)	Калорийность-465, Белки-28, Жиры-11, Углеводы-65	92-58
	Итого за день	Калорийность-1 609, Белки-69, Жиры-63, Углеводы-196	217-20

Директор _____ Потеряева Л.В. Шеф-повар _____ Котомчина Т.А. Калькулятор _____ Бровановa Н.В.

24.09.2026 (четверг)

1-4 классы Чапл.59

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Завтрак (1 смена)		
25	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	Калорийность-90, Белки-6, Жиры-7	20-82
200	Каша вязкая молочная пшенная бпл	Калорийность-275, Белки-8, Жиры-10, Углеводы-38	28-35
180	Какао с молоком сгущенным бпл	Калорийность-120, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-20	18-39
25	Батон нарезной бпл	Калорийность-65, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13	2-84
150	Яблоко бпл	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	21-00
	Итого за Завтрак (1 смена)	Калорийность-617, Белки-20, Жиры-22, Углеводы-86	91-40
	Обед (2 смена)		
60	Яйцо вареное бпл	Калорийность-85, Белки-7, Жиры-6	12-09
200	Щи из свежей капусты со сметаной бпл пф	Калорийность-72, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-5	8-68
100	Биточки (особые) бпл пф	Калорийность-321, Белки-16, Жиры-23, Углеводы-14	47-52
25	Соус белый основной бпл пф	Калорийность-12, Жиры-1, Углеводы-1	3-71
150	Каша гречневая рассыпчатая бпл	Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36	12-35
200	Компот из кураги бпл	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	4-82
20	Батон нарезной бпл	Калорийность-52, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-10	2-23
	Итого за Обед (2 смена)	Калорийность-843, Белки-35, Жиры-42, Углеводы-82	91-40
	Итого за день	Калорийность-1 460, Белки-55, Жиры-64, Углеводы-168	182-80

Директор _____ Потеряева Л.В. Шеф-повар _____ Шаланова Е.Е. Калькулятор _____ Брованова Н.В.

24.09.2026 (четверг)

Многодетные, СВО 1-11 классы Чапл.59

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Завтрак (1 смена)		
30	Сыр твердых сортов в нарезке бпл	Калорийность-107, Белки-7, Жиры-9	24-99
250	Каша вязкая молочная пшенная бпл	Калорийность-344, Белки-10, Жиры-13, Углеводы-47	35-44
200	Какао с молоком сгущенным бпл	Калорийность-133, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	20-43
28	Батон нарезной бпл	Калорийность-73, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-14	3-14
150	Яблоко бпл	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	21-00
	Итого за Завтрак (1 смена)	Калорийность-724, Белки-23, Жиры-27, Углеводы-98	105-00
	Обед (2 смена)		
60	Яйцо вареное бпл	Калорийность-85, Белки-7, Жиры-6	12-09
250	Щи из свежей капусты со сметаной бпл пф	Калорийность-90, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-7	10-85
100	Биточки (особые) бпл пф	Калорийность-321, Белки-16, Жиры-23, Углеводы-14	47-52
50	Соус белый основной бпл пф	Калорийность-24, Жиры-2, Углеводы-2	7-43
230	Каша гречневая рассыпчатая бпл	Калорийность-358, Белки-13, Жиры-10, Углеводы-55	18-94
200	Компот из кураги бпл	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	4-82
30	Батон нарезной бпл	Калорийность-79, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	3-35
	Итого за Обед (2 смена)	Калорийность-1 024, Белки-41, Жиры-48, Углеводы-109	105-00
	Итого за день	Калорийность-1 748, Белки-64, Жиры-75, Углеводы-207	210-00

Директор _____ Потеряева Л.В. Шеф-повар _____ Шаланова Е.Е. Калькулятор _____ Брованова Н.В.

24.09.2026 (четверг)

ОВЗ и инв. 1-4 классы 7-11 лет Чапл.59

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Комплекс (1 и 2 смена)		
60	Салат из свежих помидоров и огурцов бпл пф	Калорийность-39, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2	10-72
200	Щи из свежей капусты со сметаной бпл пф	Калорийность-72, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-5	8-68
120	Биточки (особые) бпл пф	Калорийность-385, Белки-19, Жиры-27, Углеводы-16	57-03
25	Соус белый основной бпл пф	Калорийность-12, Жиры-1, Углеводы-1	3-71
180	Каша гречневая рассыпчатая бпл	Калорийность-280, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-43	14-82
180	Компот из кураги бпл	Калорийность-60, Белки-1, Углеводы-14	4-34
17,5	Батон нарезной бпл	Калорийность-47, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-9	1-97
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-22
	Итого за Комплекс (1 и 2 смена)	Калорийность-935, Белки-35, Жиры-45, Углеводы-98	103-49
	Полдник (1 и 2 смена)		
120	Сырники бпл	Калорийность-255, Белки-24, Жиры-7, Углеводы-25	56-66
200	Чай с сахаром бпл	Калорийность-12, Углеводы-3	1-24
40	Молоко сгущенное с сахаром бпл	Калорийность-131, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	13-68
150	Яблоко бпл	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	21-00
	Итого за Полдник (1 и 2 смена)	Калорийность-465, Белки-28, Жиры-11, Углеводы-65	92-58
	Итого за день	Калорийность-1 400, Белки-63, Жиры-56, Углеводы-163	196-07

Директор _____ Потеряева Л.В. Шеф-повар _____ Шаланова Е.Е. Калькулятор _____ Брованова Н.В.

24.09.2026 (четверг)

ОВЗ и инв. 5-11 классы 7-11 лет Чапл.59

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Комплекс (1 и 2 смена)		
60	Салат из свежих помидоров и огурцов бпл пф	Калорийность-39, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-2	10-72
200	Щи из свежей капусты со сметаной бпл пф	Калорийность-72, Белки-2, Жиры-5, Углеводы-5	8-68
120	Биточки (особые) бпл пф	Калорийность-385, Белки-19, Жиры-27, Углеводы-16	57-03
25	Соус белый основной бпл пф	Калорийность-12, Жиры-1, Углеводы-1	3-71
150	Каша гречневая рассыпчатая бпл	Калорийность-234, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-36	12-35
200	Компот из кураги бпл	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	4-82
25	Батон нарезной бпл	Калорийность-65, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-13	2-81
20	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-40, Белки-1, Углеводы-8	2-22
	Итого за Комплекс (1 и 2 смена)	Калорийность-914, Белки-34, Жиры-43, Углеводы-97	102-34
	Полдник (1 и 2 смена)		
120	Сырники бпл	Калорийность-255, Белки-24, Жиры-7, Углеводы-25	56-66
200	Чай с сахаром бпл	Калорийность-12, Углеводы-3	1-24
30	Молоко сгущенное с сахаром бпл	Калорийность-98, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-17	10-26
150	Яблоко бпл	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	21-00
	Итого за Полдник (1 и 2 смена)	Калорийность-432, Белки-27, Жиры-11, Углеводы-60	89-16
	Итого за день	Калорийность-1 346, Белки-61, Жиры-54, Углеводы-157	191-50

Директор _____ Потеряева Л.В. Шеф-повар _____ Шаланова Е.Е. Калькулятор _____ Брованова Н.В.

24.09.2026 (четверг)

ОВЗ и инв. 5-11 классы от 12 лет Чапл.59

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Комплекс (1 и 2 смена)		
100	Салат из свежих помидоров и огурцов бпл пф	Калорийность-65, Белки-1, Жиры-5, Углеводы-4	17-87
250	Щи из свежей капусты со сметаной бпл пф	Калорийность-90, Белки-2, Жиры-6, Углеводы-7	10-85
120	Биточки (особые) бпл пф	Калорийность-385, Белки-19, Жиры-27, Углеводы-16	57-03
50	Соус белый основной бпл пф	Калорийность-24, Жиры-2, Углеводы-2	7-43
230	Каша гречневая рассыпчатая бпл	Калорийность-358, Белки-13, Жиры-10, Углеводы-55	18-94
200	Компот из кураги бпл	Калорийность-67, Белки-1, Углеводы-16	4-82
29	Батон нарезной бпл	Калорийность-76, Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15	3-24
40	Хлеб бородинский бпл	Калорийность-79, Белки-3, Жиры-1, Углеводы-16	4-44
	Итого за Комплекс (1 и 2 смена)	Калорийность-1 144, Белки-41, Жиры-52, Углеводы-131	124-62
	Полдник (1 и 2 смена)		
120	Сырники бпл	Калорийность-255, Белки-24, Жиры-7, Углеводы-25	56-66
200	Чай с сахаром бпл	Калорийность-12, Углеводы-3	1-24
40	Молоко сгущенное с сахаром бпл	Калорийность-131, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-22	13-68
150	Яблоко бпл	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	21-00
	Итого за Полдник (1 и 2 смена)	Калорийность-465, Белки-28, Жиры-11, Углеводы-65	92-58
	Итого за день	Калорийность-1 609, Белки-69, Жиры-63, Углеводы-196	217-20

Директор _____ Потеряева Л.В. Шеф-повар _____ Шаланова Е.Е. Калькулятор _____ Бровановa Н.В.