

15 октября 2025 г.

Меню

Горячее питание
Завтрак 1-4 классыУТВЕРЖАЮ:
Директор МКОУ «Оптимист»
В.С.Т. аполкин

Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Овощи по сезону (сол. огурец)	55	0,5	0,04	1,6	8,8
Птица тушеная в соусе	90	14,0	11,3	3,1	170,1
Каша вязкая пшеничная	150	4,2	5,0	24,0	157,8
Сок фруктовый	200	1	0	20,2	84,8
Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	19,5	94,4
Кондитерские изделия	30	3,0	8,6	28,3	202,4
Стоимость (руб.)	108-10	565			718,3

Обед 1-4 классы (льготная категория)

Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Овощи по сезону (сол. помидор)	50	0,56	0,05	1,75	9,7
Суп из овощей	200	1,3	3,4	7,3	65,0
Жаркое по-домашнему	200	18,7	44,8	25,2	578,8
Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,2	61,5
Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	14,7	71,1
Хлеб ржаной	20	2,1	0,8	10,6	58,0
Стоимость (руб.)	110-05	700			844,1

Полдник ППД 1-4 классы (льготная категория)

Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Кондитерские изделия	15	1,4	4,3	14,1	100,7
Компот из сухофруктов	180	0,6	0,01	10,8	45,7
Лимонад с начинкой (повидло)	80	3,8	4,2	40,7	215,8
Фрукты свежие	100	0,6	0,6	13,6	62,2
Стоимость (руб.)	50-00	375			424,3

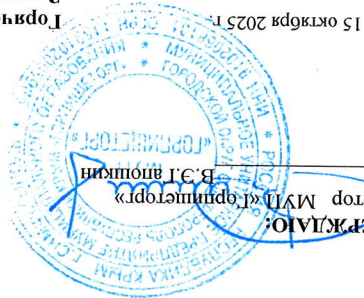
Зав. производством:

Мед. работник:

Ответственный за питание:

УТВЕРЖАЮ:

Директор МЛП «Горпишторг»



Меню

Горячее питание

Завтрак 5-11 классы

Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
		г	Б	Ж	У
Овощи по сезону (сол. огурец)	50	0,4	0,04	1,4	7,6
Птица тушеная в соусе	100	15,6	12,5	3,5	188,9
Каша вязкая пшеничная	180	5,0	6,0	28,7	188,8
Сок фруктовый	200	1	0	20,2	84,8
Хлеб пшеничный	30	2,4	2,9	8,6	202,2
Кондитерские изделия	30				743,4
Стоимость (руб.)	108-10	590			

Обед 5-11 классы (льготная категория)

Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
		г	Б	Ж	У
Овощи по сезону (сол. помидор)	50	0,56	0,05	1,75	9,7
Суп из овощей	250	1,6	4,2	9,1	80,6
Жаркое по-домашнему	210	19,7	47	26,4	607
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60,5
Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	14,7	71,1
Хлеб ржаной	20	2,1	0,8	10,6	58,0
Стоимость (руб.)	110-05	760			886,9

Полдник ППД 5-11 классы (льготная категория)

Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
		г	Б	Ж	У
Кондитерские изделия	15	1,4	4,3	14,1	100,7
Компот из сухофруктов	180	0,6	0,01	10,8	45,7
Пирожок с начинкой (повидло)	80	3,8	4,2	40,7	215,8
Фрукты свежие	100	0,6		13,6	62,2
Стоимость (руб.)	50-00	375			424,3

Зав. производством:

Мед. Работник:

Ответственный за питание:

Меню

Сироты 5-11 классы 1л-4-42-44-22(6)-50 Халывь+Пл/Ха

15 октября 2025 г.

Завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Б	Ж	У	
Овощи по сезону (сол. огурец)	50	0,4	0,04	1,4	7,6
Птица тушеная в соусе	100	15,6	12,5	3,5	188,9
Каша вязкая пшеничная	180	5	6	28,7	188,8
Сок фруктовый	200	1	0	20,2	84,8
Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	14,7	71,1
Кондитерские изделия	30	2,4	0,3	14,7	202,4
Стоимость (руб) 108-10	590	3	8,6	28,3	743,4

Обед

Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Б	Ж	У	
Овощи по сезону (сол. помидор)	35	0,3	0,03	1,2	6,3
Суп из овощей	250	1,6	4,2	9,1	80,6
Рис из пшеницы (курица)	260	21,3	50,9	28,6	648,7
Чай с лимоном	200	0,07	0,02	15	60,5
Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	14,7	71,1
Хлеб ржаной	20	2,1	0,8	10,6	58,0
Сок фруктовый 0,2 л шт. нкз	1 шт/200	1	0,60	20,2	84,8
Фрукты свежие	100	0,60	0,60	13,60	62,2
Стоимость (руб) 153-05	1115				1072,2

Полдник ППД 1-4 классы (льготная категория)

Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Б	Ж	У	
Компот из сухофруктов	180	0,6	0,01	10,8	45,7
Лимонад с начинкой (повидло)	80	3,8	4,2	40,7	215,8
Кондитерские изделия	15	1,4	4,3	14	100,7
Фрукты свежие	100	0,6	0,6	13,6	62,2
Стоимость (руб) 50-00	375				424,3

Заг. производитель:

Мед. работник:

Отметить за питание:



Меню Сироты 1-4 классы 1л-4-42-44-22(6)-50 Халыль + Пил/Ха

15 октября 2025 г.

Порядок питания

Завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Овощи по сезону (сол. огурец)	55	0,5	0,04	1,6	8,8
Птица тушеная в соусе	90	14	11,3	3,1	170,1
Каша вязкая пшеничная	150	4,2	5,0	24,0	157,8
Сок фруктовый	200	1	0	20,2	84,8
Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	19,5	94,4
Кондитерские изделия	30	3	8,6	28,3	202,4
Стоимость (руб.)	565				718,3

Обед

Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Овощи по сезону (сол. помидор)	55	0,6	0,05	1,9	10,5
Суп из овощей	200	1,3	3,4	7,3	65,0
Раци из птицы (курица)	250	23,04	56,0	31,4	721,7
Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,2	61,5
Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	14,7	71,1
Хлеб ржаной	20	2,1	0,8	10,6	58
Сок фруктовый 0,2л 1 шт	шт/200	1	0	20,2	84,8
Фрукты свежие	100	0,60	0,60	13,60	62,2
Стоимость(руб.)	1055				1134,8

Полдник ПП 1-4 классы (лыжная категория)

Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Компот из сухофруктов	180	0,6	0,01	10,8	45,7
Лимонад с повидлом	80	3,8	4,2	40,7	215,8
Кондитерские изделия	15	1,4	4,3	14,1	100,7
Фрукты свежие	100	0,6	0,6	13,6	62,2
Стоимость (руб.)	50-00	375			424,4

Заг. производство:

Мед. работник:

Отметки о приеме пищи:



Меню 5-11 классы 2 смена 1л-4-42-44-22(6)-50 Халить+Пл/Ха

15 октября 2025 г.

Подлинник ПЛ/5-11 классы (льготная категория)

Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Компот из сухофруктов	180	0,6	0,01	10,8	45,7
Пирожок с начинкой (повидло)	80	3,8	4,2	40,7	215,8
Кондитерские изделия	15	1,4	4,3	14,1	100,7
Фрукты свежие	100	0,6	0,6	13,6	62,2
Стоимость (руб.)	50-00	375			424,3

Обед 5-11 классы (льготная категория)

Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Овощи по сезону (сол. помидор)	50	0,4	0,04	1,4	7,5
Суп из овощей	250	1,6	4,2	9,1	80,6
Рис из пшеницы (курица)	245	23,0	54,8	30,7	708,0
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60,5
Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	14,7	71,1
Хлеб ржаной	20	2,1	0,8	10,6	58,0
Стоимость (руб.)	108-10	795			985,7

Подлинник 5-11 классы (льготная категория)

Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Б	Ж	У	
Овощи по сезону (сол. огурец)	50	0,4	0,04	1,4	7,5
Птица тушеная в соусе	110	16,1	13	3,7	196,2
Каша вязкая пшеничная	180	5,0	6,0	28,7	188,8
Сок фруктовый	200	1		20,2	84,8
Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	19,6	94,8
Кондитерские изделия	30			28,3	202,4
Стоимость (руб.)	110-05	610			774,5

Далее производится:

Мед. работник:

Отчетность за питание:

Меню 1-4 классы 2 смена 1л-4-42-44-22(6)-50 Халыль - +Пл/Ха
15 октября 2025 г.

Подлинник ГИД 1-4 классы (льготная категория)

Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Компот из сухофруктов	180	0,6	0,01	10,8	45,7
Пирожок с начинкой (абрикос, вишня)	80	3,8	4,2	40,7	215,8
Кондитерские изделия	15	1,4	4,3	14,1	100,7
Фрукты свежие	100	0,6	0,6	13,6	62,2
Стоимость (руб.) 50-00	375				424,3

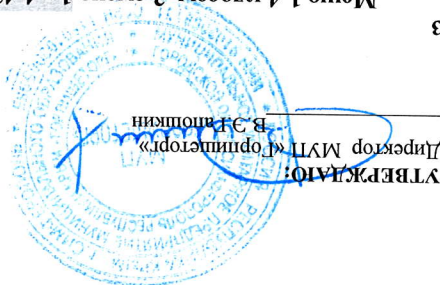
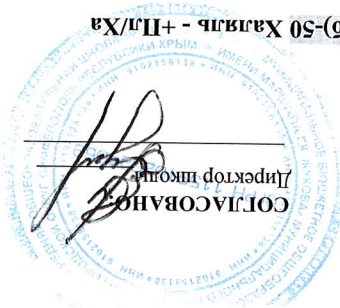
Обед 1-4 классы

Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Овощи по сезону (сол. помидор)	60	0,56	0,05	1,75	9,7
Суп из овощей	200	1,3	3,4	7,3	65,0
Ратун из птицы (курица)	235	22,0	52,6	29,5	679,4
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60,5
Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	14,7	71,1
Хлеб ржаной	20	2,1	0,8	10,6	58,0
Стоимость (руб.) 108-10	745				943,7

Подлинник 1-4 классы (льготная категория)

Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Овощи по сезону (сол. огурец)	55	0,44	0,04	1,5	8,2
Птица тушеная в соусе	100	15,5	12,5	3,4	189
Каша вязкая пшеница	160	4,5	5,3	25,6	168,1
Сок фруктовый	200	1	0	20,2	84,8
Хлеб пшеничный	50	4,0	0,49	24,4	118,01
Кондитерские изделия	30	3,0	8,6	28,3	202,4
Стоимость (руб.) 110-05	595				770,5

Заг. производством:
Med.рабодник:
Омскстатистический за питанием:



УТВЕРЖАЮ: _____
 Директор МУП «Орбита»
 В.Э.Аношкин



Меню 1-й-4-й-22(6)-50 Халить - + Пил/Ха

Горячее питание

Завтрак 5-11классы

Наименование блюд	Выход, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
		г	Б	Ж	У
Овощи по сезону (сол.отвар)	50	0,4	0,04	1,4	7,6
Птица тушеная в соусе	100	15,6	12,5	3,5	188,9
Каша вязкая пшениная	180	5,0	6,0	28,7	188,8
Сок фруктовый	200	1	0	20,2	84,8
Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	14,7	71,1
Кондитерские изделия	30	2,9	8,6	28,3	202,2
Стоимость (руб.) 108-10	590				743,4

Обед 5-11 классы (льготная категория)

Наименование блюд	Выход, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
		г	Б	Ж	У
Овощи по сезону (сол. помидор)	50	0,56	0,05	1,75	9,7
Суп из овощей	250	1,6	4,2	9,1	80,6
Рату из птицы (курица)	240	22,5	53,7	30,1	693,7
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60,5
Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	14,7	71,1
Хлеб ржаной	20	2,1	0,8	10,6	58,0
Стоимость (руб.) 110-05	790				973,6

Полдник ПД 5-11 классы (льготная категория)

Наименование блюд	Выход, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
		г	Б	Ж	У
Кондитерские изделия	15	1,4	4,3	14,1	100,7
Компот из сухофруктов	180	0,6	0,01	10,8	45,7
Пирожок с начинкой (повидло)	80	3,8	4,2	40,7	215,8
Фрукты свежие	100	0,6	0,6	13,6	62,2
Стоимость (руб.) 50-00	375				424,3

Зав. производством:

Мед. Работник:

Ответственный за питание:

15 октября 2025 г.
Горячее питание

Меню

Сироты 5-11 классы

СОТЛАСОВАНО:
Директор школы

УТВЕРЖАЮ:
Директор МУП «Оптимистор»
В.В. Голубкин

Наименование блюда		Выход, г		Пищевые вещества		Энергетическая ценность
				Б	Ж	
Овощи по сезону (сол. огурец)		50	0,4	0,04	1,4	ценность
Капша вязкая пшениная		100	15,6	12,5	3,5	
Сок фруктовый		180	5	6	28,7	ценность
Хлеб пшеничный		200	1	0	20,2	
Кондитерские изделия		30	2,4	0,3	14,7	ценность
Стомимость (руб)		30	3	8,6	28,3	
108-10		590				
Наименование блюда		Обед				
		743,4				

Завтрак

Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Б	Ж	У	
Овощи по сезону (сол. помидор)	35	0,3	0,03	1,2	6,3
Жаркое по-домашнему	250	1,6	4,2	9,1	
Чай с лимоном	215	20,1	48,2	27,0	622,2
Хлеб пшеничный	200	0,07	0,02	15	
Хлеб ржаной	30	2,4	0,3	14,7	60,5
Сок фруктовый 0,2 нкл шт	20	2,1	0,8	10,6	
Фрукты свежие	1шт/200	1	0	20,2	84,8
Стомимость (153-05)	100	0,60	0,60	13,60	
Подлик ППД 1-4 классы (льготная категория)	1050				1045,7

Наименование блюда	Выход г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Б	Ж	У	
Компот из сухофруктов	180	0,6	0,01	10,8	45,7
Пирожок с начинкой (повидло)	80	3,8	4,2	40,7	
Кондитерские изделия	15	1,4	4,3	14	215,8
Фрукты свежие	100	0,6		13,6	
Стоимость (руб) 50-00	375				62,2
					100,7
					424,3

Заг. производством:

Мед. работник:

Отметьте галочкой за питание:

15 октября 2025 г.

Меню 1-4 классы 2 смена

Подлник ТПД 1-4 классы (лыжная категория)

Наименование блюда		Выход, г				Пищевые вещества		Энергетическая ценность (ккал)
						Б	Ж	
						г	г	
Компот из сухофруктов		180	0,6	0,01	10,8			45,7
Пирожок с начинкой (абрикос, вишня)		80	3,8	4,2	40,7			215,8
Кондитерские изделия		15	1,4	4,3	14,1			100,7
Фрукты свежие		100	0,6	0,6	13,6			62,2
Стоимость (руб.) 50-00		375						424,3

Обед 1-4 классы

Наименование блюда		Выход, г				Пищевые вещества		Энергетическая ценность (ккал)
						Б	Ж	
						г	г	
Овощи по сезону (сол. помидор)		50	0,56	0,05	1,75			9,7
Суп из овощей		200	1,3	3,4	7,3			65,0
Жаркое по-домашнему		200	18,7	44,8	25,2			578,8
Чай с сахаром		200	0,07	0,02	15			60,5
Хлеб пшеничный		30	2,4	0,3	14,7			71,1
Хлеб ржаной		20	2,1	0,8	10,6			58,0
Стоимость (руб.) 108-10		700						843,1

Подлник 1-4 классы (лыжная категория)

Наименование блюда		Выход, г				Пищевые вещества		Энергетическая ценность (ккал)
						Б	Ж	
						г	г	
Овощи по сезону (сол. огурец)		55	0,44	0,04	1,5			8,2
Птица тушеная в соусе		100	15,5	12,5	3,4			189
Капша вязкая пшениная		160	4,5	5,3	25,6			168,1
Сок фруктовый		200	1	0	20,2			84,8
Хлеб пшеничный		50	4,0	0,49	24,4			118,01
Кондитерские изделия		30	3,0	8,6	28,3			202,4
Стоимость (руб.) 110-05		595						770,5

Зав. производством:

Мед. работник:

Ответственный за питание:

УТВЕРЖАЮ:
Директор МУП «Орнитероп»
В.О. Попов

СОГЛАСОВАНО:
Директор школы

15 октября 2025 г.

Меню 5-11 классы 2 смена

Подлинник ГИД 5-11 классы (лыжная категория)

Наименование блюда		Выход, г.		Пищевые вещества		Энергетическая ценность (ккал)	
		Б	Ж	У		ценность	
Компот из сухофруктов		180	0,6	0,01	10,8	45,7	
Пирожок с начинкой (повидло)		80	3,8	4,2	40,7	215,8	
Кондитерские изделия		15	1,4	4,3	14,1	100,7	
Фрукты свежие		100	0,6	0,6	13,6	62,2	
Стоимость (руб.)		50-00				424,3	

Обед 5-11 классы (лыжная категория)

Наименование блюда		Выход, г.		Пищевые вещества		Энергетическая ценность (ккал)	
		Б	Ж	У		ценность	
Овощи по сезону (сол. помидор)		50	0,4	0,04	1,4	7,5	
Суп из овощей		250	1,6	4,2	9,1	80,6	
Жаркое по-домашнему		220	20,6	49,3	27,6	636,5	
Чай с сахаром		200	0,07	0,02	15	60,5	
Хлеб пшеничный		30	2,4	0,3	14,7	71,1	
Хлеб ржаной		20	2,1	0,8	10,6	58,0	
Стоимость (руб.)		108-10				914,2	

Подлинник 5-11 классы (лыжная категория)

Наименование блюда		Выход, г.		Пищевые вещества		Энергетическая ценность	
		Б	Ж	У		ценность	
Овощи по сезону (сол. огурец)		50	0,4	0,04	1,4	7,5	
Птица тушеная в соусе		110	16,1	13,0	3,7	196,2	
Каша вязкая пшениная		180	5,0	6,0	28,7	188,8	
Сок фруктовый		200	1		20,2	84,8	
Хлеб пшеничный		40	3,2	0,4	19,6	94,8	
Кондитерские изделия		30	3	8,6	28,3	202,4	
Стоимость (руб.)		110-05				774,5	

Зав. производством:

Мед. работник:

Инженерный состав:



15 октября 2025 г.

Меню

1-4-42-44-22 (6)-50-+-II/Хал

Торговое питание

Завтрак 1-4 классы

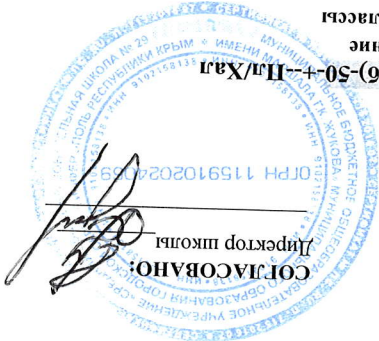
УТВЕРЖАЮ:

Директор МХП «Торгмашторг»



СОТЯСОВАНО:

Директор школы



Наименование блюда		Выход, г		Пищевые вещества		Энергетическая ценность (ккал)	
		г	Б	Ж	У		
Овощи по сезону (сол. огурец)		55	0,5	0,04	1,6	8,8	
Птица тушеная в соусе		90	14,0	11,3	3,1	170,1	
Каша вязкая пшениная		150	4,2	5,0	24,0	157,8	
Сок фруктовый		200	1	0	20,2	84,8	
Хлеб пшеничный		40	3,2	0,4	19,5	94,4	
Кондитерские изделия		30	3,0	8,6	28,3	202,4	
Стоимость (руб.)		565				718,3	

Обед 1-4 классы (лыготная категория)

Наименование блюда		Выход, г		Пищевые вещества		Энергетическая ценность (ккал)	
		г	Б	Ж	У		
Овощи по сезону (сол. помидор)		50	0,56	0,05	1,75	9,7	
Суп из овощей		200	1,3	3,4	7,3	65,0	
Рату из птицы (курица)		235	22,0	52,6	29,5	679,4	
Чай с лимоном		200	0,13	0,02	15,2	61,5	
Хлеб пшеничный		30	2,4	0,3	14,7	71,1	
Хлеб ржаной		20	2,1	0,8	10,6	58,0	
Стоимость (руб.)		735				944,6	

Полдник ПП 1-4 классы (лыготная категория)

Наименование блюда		Выход, г		Пищевые вещества		Энергетическая ценность (ккал)	
		г	Б	Ж	У		
Кондитерские изделия		15	1,4	4,3	14,1	100,7	
Компот из сухофруктов		180	0,6	0,01	10,8	45,7	
Пирожок с начинкой (новилто)		80	3,8	4,2	40,7	215,8	
Фрукты свежие		100	0,6	0,6	13,6	62,2	
Стоимость (руб.)		375				424,3	

Зав. производством:

Мед. работник:

Ответственный за питание:

15 октября 2025 г.
Горячее питание

Меню Сироты 1-4 класс



Наименование блюда		Выход, г		Пищевые вещества		Энергетическая ценность (ккал)
		г	Б	Ж	У	
Овощи по сезону (сольный суп)		55	0,5	0,04	1,6	8,8
Птица тушеная в соусе		90	14	11,2	3,1	170,1
Каша вязкая пшеничная		150	4,2	5,0	24,0	157,8
Сок фруктовый		200	1	0	20,2	84,8
Хлеб пшеничный		40	3,2	0,4	19,5	94,4
Кондитерские изделия		30			28,3	202,4
Стоимость (руб.)		565	3	8,6		718,3

Завтрак

Наименование блюда		Выход, г		Пищевые вещества		Энергетическая ценность (ккал)
		г	Б	Ж	У	
Овощи по сезону (сол. помидор)		55	0,6	0,05	1,9	10,5
Суп из овощей		200	1,3	3,4	7,3	65,0
Жаркое по-домашнему		230	21,5	51,5	29,0	665,5
Чай с лимоном		200	0,13	0,02	15,2	61,5
Хлеб пшеничный		30	2,4	0,3	14,7	71,1
Хлеб ржаной		20	2,1	0,8	10,6	58
Сок фруктовый 0,2 л 1 шт		шт/200	1	0	20,2	84,8
Фрукты свежие		100	0,60	0,60	13,60	62,2
Стоимость (руб.)		1035				1078,6

Обед

Наименование блюда		Выход, г		Пищевые вещества		Энергетическая ценность (ккал)
		г	Б	Ж	У	
Компот из сухофруктов		180	0,6	0,01	10,8	45,7
Пирожок с повидлом		80	3,8	4,2	40,7	215,8
Кондитерские изделия		15	1,4	4,3	14,1	100,7
Фрукты свежие		100	0,6	0,6	13,6	62,2
Стоимость (руб.)		375				424,4

Зав. производством:
Мед. работник:

Отметьте галочкой за питанием: