Согласовано:
Директор МБОУ лицей №82
им.А.Н.Знаменского
О.Н.Кобец _____

Утверждаю:

Председатель совета
ПТПО «Октябрьское»
Авдеева С.Н. _____

Меню МБОУ лицей № 82 на 26 октября 2026г.

Прием пищи, наименование блюда	Цена, руб.	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
			белки	жиры	углеводы	
ЗАВТРАК						
Каша рисовая молочная	51,30	200	6,12	7,84	34,74	234,92
Масло сливочное	15,00	10	1,22	3,77	7,31	68,05
Сыр	15,00	10	2,33	2,95	0,0	35,87
Хлеб пшеничный	3,50	50	3,82	0,32	24,16	114,87
Чай с сахаром	3,90	200	0,20	0,0	15,00	60,80
Кондитерское изделие	35,00	50	6,02	3,15	8,44	83,00
Итого за завтрак:	**123,70**	**520**	**19,71**	**18,03**	**89,65**	**597,51**
ОБЕД						
Рассольник ленинградский	24,18	200	2,63	5,31	6,17	82,99
Котлета рыбная с соусом	66,32	70/30	11,30	8,15	9,80	157,75
Картофель отварной с маслом	42,20	150/5	9,23	5,32	17,27	247,30
Салат «Степной»	31,17	100	1,17	2,32	4,15	80,17
Хлеб пшеничный	3,00	40	3,06	0,26	19,33	91,90
Хлеб ржаной	3,50	30	2,64	0,48	13,36	68,32
Компот из свежих фруктов	6,03	200	0,22	0,22	11,00	46,88
Фрукты свежие (сезонные)	25,00	100	0,40	0,40	9,80	44,40
Итого за обед:	**201,40**	**925**	**30,65**	**22,46**	**90,88**	**819,71**
Итого за день	**325,10**	**1445,00**	**50,36**	**40,49**	**180,53**	**1417,22**

Повар Л.Г.Татевосян

Согласовано:
Директор МБОУ лицей №82
Им.А.Н.Знаменского
О.Н.Кобец _____

Утверждаю:

Председатель совета
ПТПО «Октябрьское»
Авдеева С.Н. _____

Меню МБОУ лицей № 82 на 27 октября 2026г.

Прием пищи, наименование блюда	Цена, руб.	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
			белки	жиры	углеводы	
ЗАВТРАК						
Запеканка творожная с рисом, с сметанным соусом	77,45	160/10	5,6	8,8	28,2	260,80
Сыр твердый порциями	15,00	10	2,33	2,95	0,00	35,87
Какао с молоком	22,40	200	3,08	3,50	17,80	115,02
Хлеб пшеничный	3,50	50	3,82	0,32	24,16	114,87
Фрукты свежие (сезонные)	25,00	100	0,40	0,40	9,80	44,40
Итого за завтрак:	**143,35**	**530,00**	**15,23**	**15,97**	**79,96**	**570,96**
ОБЕД						
Суп гороховый с курицей	19,15	200/20	5,51	10,02	13,40	165,82
Тефтели мясные с соусом	68,71	70/30	14,10	5,70	4,40	126,00
Макароны отварные	18,12	150	6,62	7,37	32,83	224,13
Хлеб пшеничный	3,00	40	3,06	0,26	19,33	91,90
Хлеб ржаной	3,50	30	2,64	0,48	13,36	68,32
Кисель фруктовый	6,10	200	1,55	0,05	20,66	89,28
Салат из свеклы с сыром	28,17	90/10	3,08	1,94	7,64	60,17
Сок фруктовый	35,00	200	0,30	0,20	11,60	50,00
Итого за обед:	**181,75**	**1040,00**	**36,86**	**26,02**	**123,22**	**875,62**
Итого за день	**325,10**	**1570,00**	**52,09**	**41,99**	**203,18**	**1446,58**

Повар Л.Г.Татевосян

Согласовано:
Директор МБОУ лицей № 82
им.А.Н.Знаменского
О.Н.Кобец _____

Утверждаю:

Председатель совета
ПТПО «Октябрьское»
Авдеева С.Н. _____

Меню МБОУ лицей № 82 на 28 октября 2026г.

Прием пищи, наименование блюда	Цена, руб.	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
			белки	жиры	углеводы	
ЗАВТРАК						
Котлета мясная с соусом	68,20	70/30	8,34	12,32	8,32	177,52
Пюре картофельное	28,00	150	4,16	6,49	27,16	183,72
Соленья в ассортименте	15,00	60	0,48	0,06	1,02	6,54
Хлеб пшеничный	3,50	50	3,82	0,32	24,16	114,87
Чай с сахаром	3,90	200	0,20	0,00	15,00	60,80
Итого за завтрак:	**118,60**	**560,00**	**17,00**	**19,19**	**75,66**	**543,45**
ОБЕД						
Суп лапша по-домашнему	25,20	200	2,70	4,63	17,40	122,07
Плов из отварного мяса	88,27	200	17,28	14,12	27,20	305,00
Капуста квашеная	20,50	60	0,96	6,00	2,14	70,00
Хлеб пшеничный	3,00	40	3,06	0,26	19,33	91,90
Хлеб ржаной	3,50	30	2,64	0,48	13,36	68,32
Компот из свежих фруктов	6,03	200	0,22	0,22	11,00	46,88
Кондитерское изделие	35,00	50	6,02	3,15	8,44	83,00
Фрукты свежие	25,00	100	0,40	0,40	9,80	44,40
Итого за обед:	**206,50**	**880,00**	**33,28**	**29,26**	**108,67**	**831,57**
Итого за день	**325,10**	**1440,00**	**50,28**	**48,45**	**184,33**	**1375,02**

Повар Л.Г.Татевосян

Согласовано:
Директор МБОУ лицей №82
им.А.Н.Знаменского
О.Н.Кобец_____

Утверждаю:

Председатель совета
ПТПО «Октябрьское»
Авдеева С.Н. _____

Меню МБОУ лицей № 82 на 29 октября 2026г.

Прием пищи, наименование блюда	Цена, руб.	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
			белки	жиры	углеводы	
ЗАВТРАК						
Каша молочная манная	49,60	200	4,94	6,06	18,62	148,54
Масло сливочное	15,00	10	1,22	3,77	7,31	68,05
Сыр	15,00	10	2,33	2,95	0,00	35,87
Хлеб пшеничный	3,50	50	3,82	0,32	24,16	114,87
Кофейный напиток с молоком	25,90	200	3,60	2,70	29,20	155,50
Фрукты свежие (сезонные)	25,00	100	0,40	0,40	9,80	44,40
Итого за завтрак:	**134,00**	**570,00**	**16,31**	**16,20**	**89,09**	**567,23**
ОБЕД						
Суп крестьянский с курицей	23,70	200/10	1,90	10,92	12,35	155,28
Голубцы ленивые(котлета)	71,80	90	8,10	10,62	14,66	186,62
Пюре картофельное	28,00	150	3,12	4,87	20,37	137,79
Овощи сезонные	20,00	60	0,48	0,06	1,02	6,54
Хлеб пшеничный	3,00	40	3,06	0,26	19,33	91,90
Хлеб ржаной	3,50	30	2,64	0,48	13,36	68,32
Кисель фруктовый	6,10	200	1,55	0,05	20,66	89,28
Сок фруктовый	35,00	200	0,30	0,20	11,60	50,00
Итого за обед:	**191,10**	**980,00**	**21,15**	**27,46**	**113,35**	**785,73**
Итого за день	**325,10**	**1550,00**	**37,46**	**43,66**	**202,44**	**1352,95**

Повар Л.Г.Татевосян

Согласовано:
Директор МБОУ лицей №82
им.А.Н.Знаменского
О.Н.Кобец_____

Утверждаю:

Председатель совета
ПТПО «Октябрьское»
Авдеева С.Н. _____

Меню МБОУ лицей №82 на 30 октября 2026г.

Прием пищи, наименование блюда	Цена, руб.	масса порции, г.	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
			белки	жиры	углеводы	
ЗАВТРАК						
Омлет с морковью, запеченный	69,55	160	7,58	13,41	3,55	165,21
Горошек зелёный консервированный	18,05	60	2,52	0,17	5,10	32,01
Хлеб пшеничный	3,50	50	3,82	0,32	24,16	114,87
Какао с молоком	22,40	200	3,08	3,50	17,80	115,02
Кондитерское изделие	35,00	50	6,02	3,15	8,44	83,00
Итого за завтрак:	**148,50**	**520,00**	**23,02**	**20,55**	**59,05**	**510,11**
ОБЕД						
Борщ с фасолью на мясном бульоне	25,05	200	5,80	3,80	15,60	129,00
Каша гречневая	20,20	150	6,48	5,78	25,62	180,42
Гуляш из отварной говядины	74,45	70/30	8,56	15,42	18,47	246,90
Хлеб пшеничный	3,00	40	3,06	0,26	19,33	91,90
Хлеб ржаной	3,50	30	2,64	0,48	13,36	68,32
Винегрет овощной	20,70	80	1,25	10,14	8,32	129,54
Компот из сухофруктов	4,70	200	0,66	0,02	17,55	73,08
Фрукты свежие (сезонные)	25,00	100	0,40	0,40	9,80	44,40
Итого за обед:	**176,60**	**900,00**	**28,85**	**36,30**	**128,05**	**963,56**
Итого за день	**325,10**	**1420,00**	**51,87**	**56,85**	**187,10**	**1473,67**

Повар Л.Г.Татевосян