ГБОУ НСО "ОЦО"

03.11.2026 (вторник)

1-4 классы льгота 1/2 (1-4 класс)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
	Завтрак		
60	помидоры свежие	кКал-14, Бел-1, Угл-2	6-57
100	птица отварная	кКал-210, Бел-15, Жир-17	48-54
20	соус томатный с овощами	кКал-91, Бел-2, Жир-6, Угл-9	1-18
160	макароны отварные	кКал-194, Бел-4, Жир-9, Угл-24	8-97
20	хлеб ржаной украинский	кКал-39, Бел-1, Угл-8	1-47
200	чай с лимоном	кКал-14, Угл-3	1-55
100	яблоко	кКал-47, Угл-10	17-78
	Итого за Завтрак	кКал-575, Бел-23, Жир-32, Угл-43	86-06
	Обед 2 смена		
200	щи из свежей капусты с картофелем	кКал-131, Бел-2, Жир-10, Угл-9	14-39
100	гречаники с мясом, соус томатный	кКал-281, Бел-15, Жир-17, Угл-17	56-06
160	рис отварной	кКал-206, Бел-4, Жир-4, Угл-40	6-78
20	хлеб пшеничный (нарезка)	кКал-59, Бел-2, Угл-12	3-14
20	хлеб ржаной украинский	кКал-78, Бел-3, Жир-1, Угл-16	1-77
200	компот из смеси сухофруктов	кКал-118, Бел-2, Угл-27	4-37
	Итого за Обед 2 смена	кКал-776, Бел-24, Жир-31, Угл-101	86-51
	Итого за день	кКал-1 331, Бел-47, Жир-63, Угл-144	172-57

Директор _____ Бондаренко Ю.А.

Заведующая столовой _____ Сапельникова И.В.

Диет. сестра _____ Пешева Л.Л.

03.11.2026 (вторник)

5-11 классы льгота 1/2 (5-11классы)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Обед		
100	салат зеленый с огурцами и помидорами с растительным маслом	кКал-92, Бел-1, Жир-9, Угл-2	19-81
250	щи из свежей капусты с картофелем	кКал-164, Бел-3, Жир-12, Угл-11	13-46
80	гречаники с мясом	кКал-227, Бел-14, Жир-14, Угл-12	35-96
40	соус томатный с овощами	кКал-122, Бел-2, Жир-8, Угл-12	2-47
180	рис отварной	кКал-247, Бел-5, Жир-4, Угл-47	8-51
20	хлеб пшеничный (нарезка)	кКал-59, Бел-2, Угл-12	2-73
20	хлеб ржаной украинский	кКал-39, Бел-1, Угл-8	1-77
200	компот из смеси сухофруктов	кКал-118, Бел-2, Угл-27	5-49
	Итого за Обед	кКал-1 068, Бел-30, Жир-47, Угл-131	90-20
	Обед 2 смена		
100	салат зеленый с огурцами и помидорами с растительным маслом	кКал-92, Бел-1, Жир-9, Угл-2	19-81
250	щи из свежей капусты с картофелем	кКал-164, Бел-3, Жир-12, Угл-11	13-46
80	гречаники с мясом	кКал-227, Бел-14, Жир-14, Угл-12	35-96
40	соус томатный с овощами	кКал-122, Бел-2, Жир-8, Угл-12	2-47
180	рис отварной	кКал-247, Бел-5, Жир-4, Угл-47	8-51
20	хлеб пшеничный (нарезка)	кКал-59, Бел-2, Угл-12	2-73
20	хлеб ржаной украинский	кКал-39, Бел-1, Угл-8	1-77
200	компот из смеси сухофруктов	кКал-118, Бел-2, Угл-27	5-49
	Итого за Обед 2 смена	кКал-1 068, Бел-30, Жир-47, Угл-131	90-20
	Итого за день	кКал-2 136, Бел-60, Жир-94, Угл-262	180-40

Директор _____ Бондаренко Ю.А.

Заведующая столовой _____ Салельникова И.В.

Диет. сестра _____ Пешева Л.Л.

03.11.2026 (вторник)

5-11 кл.дети мобилизованных 1/2 (5-11классы)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Обед 2 смена		
100	салат зеленый с огурцами и помидорами с растительным маслом	кКал-92, Бел-1, Жир-9, Угл-2	19-81
250	щи из свежей капусты с картофелем	кКал-164, Бел-3, Жир-12, Угл-11	13-46
80	гречаники с мясом	кКал-227, Бел-14, Жир-14, Угл-12	35-96
40	соус томатный с овощами	кКал-122, Бел-2, Жир-8, Угл-12	2-47
180	рис отварной	кКал-247, Бел-5, Жир-4, Угл-47	8-51
20	хлеб пшеничный (нарезка)	кКал-59, Бел-2, Угл-12	2-73
20	хлеб ржаной украинский	кКал-39, Бел-1, Угл-8	1-77
200	компот из смеси сухофруктов	кКал-118, Бел-2, Угл-27	5-49
	Итого за Обед 2 смена	кКал-1 068, Бел-30, Жир-47, Угл-131	90-20
	Итого за день	кКал-1 068, Бел-30, Жир-47, Угл-131	90-20

Директор _____ Бондаренко Ю.А.

Заведующая столовой _____ Сапельникова И.В.

Диет. сестра _____ Пешева Л.Л.

03.11.2026 (вторник)

Питание ОВЗ 1/2 (5-11классы)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Завтрак		
50	помидоры свежие	кКал-12, Бел-1, Угл-2	6-31
90	птица отварная	кКал-210, Бел-15, Жир-17	53-25
180	макароны отварные	кКал-218, Бел-4, Жир-10, Угл-27	8-96
20	хлеб ржаной украинский	кКал-39, Бел-1, Угл-8	1-77
200	чай с сахаром	кКал-14, Угл-3	1-55
120	яблоко	кКал-56, Угл-12	16-42
	Итого за Завтрак	кКал-549, Бел-21, Жир-27, Угл-52	88-26
	Обед		
60	огурцы свежие	кКал-9, Бел-1, Угл-2	7-56
200	щи из свежей капусты с картофелем	кКал-131, Бел-2, Жир-10, Угл-9	11-47
80	гречаники с мясом	кКал-227, Бел-14, Жир-14, Угл-12	35-96
30	соус томатный с овощами	кКал-91, Бел-2, Жир-6, Угл-9	1-85
160	рис отварной	кКал-220, Бел-4, Жир-4, Угл-42	7-56
20	хлеб пшеничный (нарезка)	кКал-59, Бел-2, Угл-12	3-14
200	чай с сахаром	кКал-14, Угл-3	1-55
280	йогурт фруктовый	кКал-67, Бел-4, Жир-3, Угл-6	59-20
	Итого за Обед	кКал-818, Бел-29, Жир-37, Угл-95	128-29
	Обед 2 смена		
100	салат зеленый с огурцами и помидорами с растительным маслом	кКал-92, Бел-1, Жир-9, Угл-2	19-81
200	щи из свежей капусты с картофелем	кКал-131, Бел-2, Жир-10, Угл-9	11-47
80	гречаники с мясом	кКал-227, Бел-14, Жир-14, Угл-12	35-96
30	соус томатный с овощами	кКал-91, Бел-2, Жир-6, Угл-9	1-85
180	рис отварной	кКал-247, Бел-5, Жир-4, Угл-47	11-18
200/10	чай с лимоном	кКал-14, Угл-3	3-57
20	хлеб пшеничный (нарезка)	кКал-59, Бел-2, Угл-12	2-73
20	хлеб ржаной украинский	кКал-39, Бел-1, Угл-8	1-77
160	яблоко	кКал-75, Бел-1, Жир-1, Угл-16	23-08
	Итого за Обед 2 смена	кКал-975, Бел-28, Жир-44, Угл-118	111-42
	Полдник		
200	чай с сахаром	кКал-14, Угл-3	1-55
280	йогурт фруктовый	кКал-67, Бел-4, Жир-3, Угл-6	59-20
100	слойка с ветчиной и сыром		46-00
	Итого за Полдник	кКал-81, Бел-4, Жир-3, Угл-9	106-75
	Итого за день	кКал-2 423, Бел-82, Жир-111, Угл-274	434-72

Директор _____ Бондаренко Ю.А.

Заведующая столовой _____ Салельникова И.В.

Диет. сестра _____ Пешева Л.Л.

ГБОУ НСО "ОЦО"

03.11.2026 (вторник)

Питание ОВЗ 1/2 (1-4 класс)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Завтрак		
50	помидоры свежие	кКал-12, Бел-1, Угл-2	6-31
90	птица отварная	кКал-210, Бел-15, Жир-17	53-25
180	макароны отварные	кКал-218, Бел-4, Жир-10, Угл-27	8-96
20	хлеб ржаной украинский	кКал-39, Бел-1, Угл-8	1-77
200	чай с сахаром	кКал-14, Угл-3	1-55
120	яблоко	кКал-56, Угл-12	16-42
	Итого за Завтрак	кКал-549, Бел-21, Жир-27, Угл-52	88-26
	Обед		
60	огурцы свежие	кКал-9, Бел-1, Угл-2	7-56
200	щи из свежей капусты с картофелем	кКал-131, Бел-2, Жир-10, Угл-9	11-47
80	гречаники с мясом	кКал-227, Бел-14, Жир-14, Угл-12	35-96
30	соус томатный с овощами	кКал-91, Бел-2, Жир-6, Угл-9	1-85
160	рис отварной	кКал-220, Бел-4, Жир-4, Угл-42	7-56
20	хлеб пшеничный (нарезка)	кКал-59, Бел-2, Угл-12	3-14
200	чай с сахаром	кКал-14, Угл-3	1-55
150	мандарины	кКал-57, Бел-1, Угл-11	34-65
	Итого за Обед	кКал-808, Бел-26, Жир-34, Угл-100	103-74
	Итого за день	кКал-1 357, Бел-47, Жир-61, Угл-152	192-00

Директор _____ Бондаренко Ю.А. Заведующая столовой _____ Сапельникова И.В. Диет. сестра _____ Пешева Л.Л.

03.11.2026 (вторник)

Питание ФКУ 1/2 (ФКУ)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Обед		
100	салат картофельный с зеленым луком	кКал-59, Бел-2, Угл-12	10-59
200	щи из свежей капусты с картофелем	кКал-131, Бел-2, Жир-10, Угл-9	8-22
200	гречка отварная ФКУ	кКал-227, Бел-3, Жир-1, Угл-51	32-19
30	хлеб ФКУ		27-00
200	чай с сахаром	кКал-14, Угл-3	1-51
180	яблоко	кКал-85, Бел-1, Жир-1, Угл-18	23-39
50	печенье безглютеновое		76-66
160	мандарины	кКал-61, Бел-1, Угл-12	36-96
	Итого за Обед	кКал-577, Бел-9, Жир-12, Угл-105	216-52
	Итого за день	кКал-577, Бел-9, Жир-12, Угл-105	216-52

Директор _____ Бондаренко Ю.А.

Заведующая столовой _____ Сапельникова И.В.

Диет. сестра _____ Пешева Л.Л.

03.11.2026 (вторник)

1-11 классы 1/2 (5-11классы)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Завтрак		
90	курица отварная	ккал-262, Бел-18, Жир-21	58-00
180	макароны отварные	ккал-218, Бел-4, Жир-10, Угл-27	11-00
30	соус томатный с овощами	ккал-91, Бел-2, Жир-6, Угл-9	2-00
200	чай с сахаром	ккал-14, Угл-3	2-00
	Итого за Завтрак	ккал-585, Бел-24, Жир-37, Угл-39	73-00
	Обед		
100	салат из квашеной капусты с луком	ккал-32, Бел-2, Угл-5	26-00
80/5	сельдь с луком	ккал-142, Жир-15, Угл-1	43-00
100	салат из свежих огурцов с луком	ккал-16, Бел-1, Угл-3	17-00
100	салат из помидоров с растительным маслом	ккал-113, Бел-1, Жир-10, Угл-4	17-00
200	щи из свежей капусты с картофелем	ккал-131, Бел-2, Жир-10, Угл-9	15-00
80	гречаники с мясом	ккал-227, Бел-14, Жир-14, Угл-12	44-00
100	курица запеченная	ккал-287, Бел-27, Жир-20	49-00
100	бифштекс с сыром	ккал-240, Бел-9, Жир-14, Угл-24	75-00
160	курица с овощами	ккал-202, Бел-23, Жир-9, Угл-7	81-00
180	рис припущенный с овощами	ккал-252, Бел-5, Жир-9, Угл-39	14-00
180	картофель запеченный	ккал-218, Бел-4, Жир-8, Угл-32	18-00
200	напиток плодово-ягодный	ккал-26, Бел-2, Угл-6	15-00
200	компот из плодов и ягод сушеных (курага)	ккал-69, Бел-1, Угл-16	10-00
20	хлеб пшеничный (нарезка)	ккал-59, Бел-2, Угл-12	4-00
30	хлеб ржаной украинский	ккал-59, Бел-2, Угл-12	3-00
	Итого за Обед	ккал-2 073, Бел-95, Жир-109, Угл-182	431-00
	Обед 2 смена		
150	салат из моркови по-корейски		26-00
200	щи из квашенной капусты с картофелем на мясном бульоне	ккал-115, Бел-3, Жир-7, Угл-11	29-00
160	каша гречневая рассыпчатая	ккал-254, Бел-9, Жир-6, Угл-42	6-00
160	рис отварной	ккал-220, Бел-4, Жир-4, Угл-42	9-00
200/10	чай с лимоном	ккал-14, Угл-3	5-00
20	хлеб пшеничный (нарезка)	ккал-59, Бел-2, Угл-12	4-00
30	хлеб ржаной украинский	ккал-59, Бел-2, Угл-12	3-00
280	йогурт фруктовый	ккал-67, Бел-4, Жир-3, Угл-6	71-00
	Итого за Обед 2 смена	ккал-788, Бел-24, Жир-20, Угл-128	153-00
	Итого за день	ккал-3 446, Бел-143, Жир-166, Угл-349	657-00

Директор _____ Бондаренко Ю.А.

Заведующая столовой _____ Сапельникова И.В.

Диет. сестра _____ Пешева Л.Л.