ГБОУ НСО "ОЦО"

13.11.2026 (1-4 класс , 1пт)

1-4 классы льгота 2/5 (1-4 класс)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
	Завтрак		
150	омлет натуральный, кукуруза сахарная	кКал-189, Бел-12, Жир-15, Угл-3	23-23
50	бутерброд с сыром и маслом	кКал-271, Бел-9, Жир-17, Угл-19	20-53
200	чай с сахаром	кКал-14, Угл-3	1-51
20	хлеб ржаной украинский	кКал-59, Бел-2, Угл-12	3-14
100	мандарины	кКал-46, Бел-1, Угл-9	38-22
	Итого за Завтрак	кКал-595, Бел-25, Жир-32, Угл-49	86-63
	Обед 2 смена		
200	суп картофельный с бобовыми	кКал-203, Бел-9, Жир-6, Угл-28	9-56
120	голубцы ленивые, соус томатный с овощами	кКал-188, Бел-12, Жир-10, Угл-12	63-09
150	каша перловая рассыпчатая	кКал-193, Бел-4, Жир-7, Угл-28	5-36
20	хлеб пшеничный (нарезка)	кКал-59, Бел-2, Угл-12	3-14
20	хлеб ржаной украинский	кКал-39, Бел-1, Угл-8	1-77
200	чай с лимоном	кКал-14, Угл-3	3-71
	Итого за Обед 2 смена	кКал-748, Бел-29, Жир-25, Угл-98	86-63
	Итого за день	кКал-1 343, Бел-54, Жир-57, Угл-147	173-26

Директор Бондаренко Ю.А. _____

Заведующая столовой Сапельникова И.В. _____

Диет. сестра Пешева Л.Л. _____

13.11.2026 (пятница)

5-11 классы льгота 2/5 (5-11классы)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Обед		
60	салат из квашеной капусты с луком	кКал-19, Бел-1, Угл-3	13-08
250	суп картофельный с бобовыми	кКал-254, Бел-12, Жир-8, Угл-35	8-89
100	голубцы ленивые	кКал-188, Бел-12, Жир-10, Угл-12	52-56
20	соус сметанный с томатом и луком	кКал-23, Жир-2, Угл-1	3-35
160	каша перловая рассыпчатая	кКал-209, Бел-5, Жир-6, Угл-33	5-25
20	хлеб пшеничный (нарезка)	кКал-59, Бел-2, Угл-12	2-73
40	хлеб ржаной украинский	кКал-78, Бел-3, Жир-1, Угл-16	3-54
200	чай с сахаром	кКал-14, Угл-3	1-39
	Итого за Обед	кКал-844, Бел-35, Жир-27, Угл-115	90-79
	Обед 2 смена		
60	салат из квашеной капусты с луком	кКал-19, Бел-1, Угл-3	13-08
250	суп картофельный с бобовыми	кКал-254, Бел-12, Жир-8, Угл-35	8-89
100	голубцы ленивые	кКал-188, Бел-12, Жир-10, Угл-12	52-56
20	соус сметанный с томатом и луком	кКал-23, Жир-2, Угл-1	3-35
160	каша перловая рассыпчатая	кКал-209, Бел-5, Жир-6, Угл-33	5-25
20	хлеб пшеничный (нарезка)	кКал-59, Бел-2, Угл-12	2-73
40	хлеб ржаной украинский	кКал-78, Бел-3, Жир-1, Угл-16	3-54
200	чай с сахаром	кКал-14, Угл-3	1-39
	Итого за Обед 2 смена	кКал-844, Бел-35, Жир-27, Угл-115	90-79
	Итого за день	кКал-1 688, Бел-70, Жир-54, Угл-230	181-58

Директор Бондаренко Ю.А.

Диет. сестра Пешева Л.Л.

ГБОУ НСО "ОЦО"

13.11.2026 (пятница)

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

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Обед		
60	салат из квашеной капусты с луком	кКал-19, Бел-1, Угл-3	13-08
250	суп картофельный с бобовыми	кКал-254, Бел-12, Жир-8, Угл-35	8-89
100	голубцы ленивые	кКал-188, Бел-12, Жир-10, Угл-12	52-56
20	соус сметанный с томатом и луком	кКал-23, Жир-2, Угл-1	3-35
160	каша перловая рассыпчатая	кКал-209, Бел-5, Жир-6, Угл-33	5-25
20	хлеб пшеничный (нарезка)	кКал-59, Бел-2, Угл-12	2-73
40	хлеб ржаной украинский	кКал-78, Бел-3, Жир-1, Угл-16	3-54
200	чай с сахаром	кКал-14, Угл-3	1-39
	Итого за Обед	кКал-844, Бел-35, Жир-27, Угл-115	90-79
	Обед 2 смена		
60	салат из квашеной капусты с луком	кКал-19, Бел-1, Угл-3	13-08
250	суп картофельный с бобовыми	кКал-254, Бел-12, Жир-8, Угл-35	8-89
20	соус сметанный с томатом и луком	кКал-23, Жир-2, Угл-1	3-35
100	голубцы ленивые	кКал-188, Бел-12, Жир-10, Угл-12	52-56
160	каша перловая рассыпчатая	кКал-209, Бел-5, Жир-6, Угл-33	5-25
20	хлеб пшеничный (нарезка)	кКал-59, Бел-2, Угл-12	2-73
40	хлеб ржаной украинский	кКал-78, Бел-3, Жир-1, Угл-16	3-54
200	чай с сахаром	кКал-14, Угл-3	1-39
	Итого за Обед 2 смена	кКал-844, Бел-35, Жир-27, Угл-115	90-79
	Итого за день	кКал-1 688, Бел-70, Жир-54, Угл-230	181-58

Директор Бондаренко Ю.А.

Диет. сестра Пешева Л.Л.

13.11.2026 (пятница)

Питание ОВЗ 2/5 (5-11классы)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Завтрак		
100	салат из свежих огурцов с луком	кКал-16, Бел-1, Угл-3	13-40
90	омлет натуральный	кКал-142, Бел-9, Жир-11, Угл-2	16-48
50	бутерброд с сыром и маслом	кКал-208, Бел-7, Жир-13, Угл-15	22-13
200	чай с сахаром	кКал-14, Угл-3	1-64
20	хлеб пшеничный (нарезка)	кКал-59, Бел-2, Угл-12	3-14
300	апельсины	кКал-170, Бел-4, Жир-1, Угл-36	58-27
	Итого за Завтрак	кКал-609, Бел-23, Жир-25, Угл-71	115-06
	Обед		
100	салат из помидоров с растительным маслом	кКал-113, Бел-1, Жир-10, Угл-4	13-05
200	суп картофельный с бобовыми	кКал-203, Бел-9, Жир-6, Угл-28	8-11
100	голубцы ленивые	кКал-188, Бел-12, Жир-10, Угл-12	52-56
160	каша перловая рассыпчатая	кКал-209, Бел-5, Жир-6, Угл-33	5-25
20	хлеб пшеничный (нарезка)	кКал-59, Бел-2, Угл-12	3-14
200	чай с сахаром	кКал-14, Угл-3	1-39
140	яблоко	кКал-66, Бел-1, Жир-1, Угл-14	19-15
	Итого за Обед	кКал-852, Бел-30, Жир-33, Угл-106	102-65
	Обед 2 смена		
80	салат из свежих огурцов с луком	кКал-13, Бел-1, Угл-2	10-72
200	суп картофельный с бобовыми	кКал-203, Бел-9, Жир-6, Угл-28	8-11
100	голубцы ленивые	кКал-188, Бел-12, Жир-10, Угл-12	52-56
180	каша перловая рассыпчатая	кКал-235, Бел-5, Жир-7, Угл-37	5-90
200	чай с сахаром	кКал-14, Угл-3	1-39
20	хлеб пшеничный (нарезка)	кКал-59, Бел-2, Угл-12	2-73
200	мандарины	кКал-76, Бел-2, Угл-15	46-20
	Итого за Обед 2 смена	кКал-788, Бел-31, Жир-23, Угл-109	127-61
	Полдник		
110	пирог с повидлом	кКал-120, Бел-4, Жир-3, Угл-20	10-86
200	чай с сахаром	кКал-14, Угл-3	1-39
130	яблоко	кКал-61, Бел-1, Жир-1, Угл-13	18-75
280	йогурт фруктовый	кКал-67, Бел-4, Жир-3, Угл-6	59-20
	Итого за Полдник	кКал-262, Бел-9, Жир-7, Угл-42	90-20
	Итого за день	кКал-2 511, Бел-93, Жир-88, Угл-328	435-52

Директор Бондаренко Ю.А. _____

Диет. сестра Пешева Л.Л. _____

ГБОУ НСО "ОЦО"

13.11.2026 (1-4 класс , 1пт)

Питание ОВЗ 2/5 (1-4 класс)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Завтрак		
100	салат из свежих огурцов с луком	кКал-16, Бел-1, Угл-3	13-40
90	омлет натуральный	кКал-142, Бел-9, Жир-11, Угл-2	16-48
50	бутерброд с сыром и маслом	кКал-208, Бел-7, Жир-13, Угл-15	22-13
200	чай с сахаром	кКал-14, Угл-3	1-64
20	хлеб пшеничный (нарезка)	кКал-59, Бел-2, Угл-12	3-14
160	мандарины	кКал-61, Бел-1, Угл-12	36-96
	Итого за Завтрак	кКал-500, Бел-20, Жир-24, Угл-47	93-75
	Обед		
100	салат из помидоров с растительным маслом	кКал-113, Бел-1, Жир-10, Угл-4	13-05
200	суп картофельный с бобовыми	кКал-203, Бел-9, Жир-6, Угл-28	8-11
100	голубцы ленивые	кКал-188, Бел-12, Жир-10, Угл-12	52-56
160	каша перловая рассыпчатая	кКал-209, Бел-5, Жир-6, Угл-33	5-25
200	чай с сахаром	кКал-14, Угл-3	1-39
140	яблоко	кКал-66, Бел-1, Жир-1, Угл-14	19-15
	Итого за Обед	кКал-793, Бел-28, Жир-33, Угл-94	99-51
	Итого за день	кКал-1 293, Бел-48, Жир-57, Угл-141	193-26

Директор _____ Бондаренко Ю.А.

Для документов

Диет. сестра _____ Пешева Л.Л.

13.11.2026 (ФКУ, 1пт)

Питание ФКУ 2/5 (ФКУ)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Обед		
100	салат из капусты пекинской и свежих овощей	кКал-73, Бел-1, Жир-7, Угл-2	18-66
200	щи из квашенной капусты с картофелем	кКал-115, Бел-3, Жир-7, Угл-11	4-37
160	картофель запеченный	кКал-193, Бел-4, Жир-7, Угл-28	8-84
30	хлеб ФКУ		27-00
200/10	чай с лимоном	кКал-14, Угл-3	3-08
50	печенье безглютеновое		108-34
130	мандарины	кКал-49, Бел-1, Угл-10	30-10
130	яблоко	кКал-61, Бел-1, Жир-1, Угл-13	17-78
	Итого за Обед	кКал-505, Бел-10, Жир-22, Угл-67	218-17
	Итого за день	кКал-505, Бел-10, Жир-22, Угл-67	218-17

Директор Бондаренко Ю.А. _____

Диет. сестра Пешева Л.Л. _____

ГБОУ НСО "ОЦО"

13.11.2026 (пятница)

1-11 классы 2/5 (5-11классы)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
	Завтрак		
80	омлет натуральный	кКал-126, Бел-8, Жир-10, Угл-2	21-00
200	чай с сахаром	кКал-14, Угл-3	2-00
20	хлеб пшеничный (нарезка)	кКал-59, Бел-2, Угл-12	4-00
50	бутерброд с сыром и маслом	кКал-208, Бел-7, Жир-13, Угл-15	23-00
	Итого за Завтрак	кКал-407, Бел-17, Жир-23, Угл-32	50-00
	Обед		
100	салат из квашеной капусты с луком	кКал-32, Бел-2, Угл-5	25-00
100	салат из свежих огурцов с луком	кКал-16, Бел-1, Угл-3	14-00
100	салат из помидоров с растительным маслом	кКал-113, Бел-1, Жир-10, Угл-4	16-00
200	суп картофельный с бобовыми	кКал-203, Бел-9, Жир-6, Угл-28	10-00
100	голубцы ленивые	кКал-188, Бел-12, Жир-10, Угл-12	60-00
200	запеченная куриная печень		92-00
160	каша гречневая рассыпчатая	кКал-254, Бел-9, Жир-6, Угл-42	6-00
180	рис припущенный с овощами	кКал-252, Бел-5, Жир-9, Угл-39	16-00
200	вареники с картофелем (полуфабрикат)	кКал-515, Бел-37, Жир-40	46-00
80	колбаски для жарки		48-00
180	макароны отварные	кКал-218, Бел-4, Жир-10, Угл-27	13-00
200/10	чай с лимоном	кКал-14, Угл-3	4-00
20	хлеб пшеничный (нарезка)	кКал-59, Бел-2, Угл-12	4-00
30	хлеб ржаной украинский	кКал-59, Бел-2, Угл-12	3-00
200	компот из плодов и ягод сушеных (курага)	кКал-69, Бел-1, Угл-16	12-00
200	чай с сахаром	кКал-14, Угл-3	2-00
	Итого за Обед	кКал-2 006, Бел-85, Жир-91, Угл-206	371-00
	Обед 2 смена		
120	салат из жареных баклажанов с помидорами		33-00
200	суп картофельный с фрикадельками	кКал-13, Жир-1, Угл-1	28-00
100	салат зеленый с огурцами и помидорами с растительным маслом	кКал-92, Бел-1, Жир-9, Угл-2	20-00
180	макароны отварные	кКал-218, Бел-4, Жир-10, Угл-27	13-00
20	хлеб пшеничный (нарезка)	кКал-59, Бел-2, Угл-12	4-00
30	хлеб ржаной украинский	кКал-59, Бел-2, Угл-12	3-00
200/10	чай с лимоном	кКал-14, Угл-3	4-00
280	йогурт фруктовый	кКал-67, Бел-4, Жир-3, Угл-6	71-00
	Итого за Обед 2 смена	кКал-522, Бел-13, Жир-23, Угл-63	176-00
	Итого за день	кКал-2 935, Бел-115, Жир-137, Угл-301	597-00

Директор Бондаренко Ю.А.

Диет. сестра Пешева Л.Л.