



Меню для общеобразовательных школ  
на 22/01 2024 год

УТВЕРЖДАЮ  
Директор ООО «Общепит-2»  
Макешина И. В.



СОГЛАСОВАНО  
Директор MAOY «COIII №30»

**Льготное двухразовое**  
**Рацион: 7-11 лет (1 смена)**

	цена	выход	белки	жиры	углеводы	Ккал
<b>Завтрак</b>						
Каша гречневая с фрикадельками куриными с соусом/ огурец соленый		260	9,8	10,3	28,7	249,4
Чай с лимоном, сахаром		200	0,2	0,04	10,2	41
Хлеб пшеничный с добавлением ВМС «Свежий 2»		40	3,25	0,56	21,2	103,2
<b>Итого:</b>		<b>500</b>	<b>13,25</b>	<b>10,9</b>	<b>60,1</b>	<b>393,6</b>
<b>Обед</b>						
Суп картофельный с вермишелью		200	2,2	2,1	15,1	89
Плов из куриной грудки		150	14,7	11,5	31	301,7
Компот из св.яблок		200	0,09	0,09	12,3	50,6
Фрукты		шт	0,4	0,4	9,8	47
Хлеб пшеничный с добавлением ВМС «Свежий 2»		35	2,8	0,49	18,55	90,3
Хлеб ржаной с добавлением ВМС «Свежий 1»		30	2,4	0,3	14,4	68,1
<b>Итого:</b>	<b>147-59</b>	<b>715</b>	<b>22,59</b>	<b>14,88</b>	<b>101,15</b>	<b>646,7</b>

**Рацион: 7-11 лет (2 смена)**

	цена	выход	белки	жиры	углеводы	Ккал
<b>Обед</b>						
Суп картофельный с вермишелью		200	2,2	2,1	15,1	89
Плов из куриной грудки		150	14,7	11,5	31	301,7
Компот из св.яблок		200	0,09	0,09	12,3	50,6
Фрукты		шт	0,4	0,4	9,8	47
Хлеб пшеничный с добавлением ВМС «Свежий 2»		35	2,8	0,49	18,55	90,3
Хлеб ржаной с добавлением ВМС «Свежий 1»		30	2,4	0,3	14,4	68,1
<b>Итого:</b>		<b>715</b>	<b>22,59</b>	<b>14,88</b>	<b>101,15</b>	<b>646,7</b>
<b>Полдник</b>						
Каша гречневая с фрикадельками куриными с соусом/ огурец соленый		260	9,8	10,3	28,7	249,4
Чай с лимоном, сахаром		200	0,2	0,04	10,2	41
Хлеб пшеничный с добавлением ВМС «Свежий 2»		40	3,25	0,56	21,2	103,2
<b>Итого:</b>	<b>147-59</b>	<b>500</b>	<b>13,25</b>	<b>10,9</b>	<b>60,1</b>	<b>393,6</b>

Бухгалтер :

Повар-бригадир:



УТВЕРЖДАЮ  
Директор ООО «Общепит-2»  
Макешина И. В.

Меню для общеобразовательных школ  
на 22/01 2024 год

СОГЛАСОВАНО  
Директор MAOY «СОЦ» № 30



**Льготное двухразовое (ОВЗ)**  
**Рацион: 12 лет и старше (1 смена)**

	цена	выход	белки	жиры	углеводы	Ккал
<b>Завтрак</b>						
Каша гречневая с фрикадельками куриными с соусом/ огурец соленый		300	10,8	11,8	33,5	285,7
Чай с лимоном, сахаром		200	0,2	0,04	10,2	41
Хлеб пшеничный с добавлением ВМС «Свежий 2»		50	4,1	0,7	26,5	129
<b>Итого:</b>		<b>550</b>	<b>1,1</b>	<b>12,54</b>	<b>70,2</b>	<b>455,7</b>
<b>Обед</b>						
Суп картофельный с вермишелью		250	2,7	2,5	18,8	112
Плов из куриной грудки		180	17,5	15,5	37,8	361,4
Компот из св.яблок		200	0,09	0,09	12,3	50,6
Фрукты		<b>шт</b>	0,4	0,4	9,8	47
Хлеб пшеничный с добавлением ВМС «Свежий 2»		45	3,7	0,6	23,9	116,1
Хлеб ржаной с добавлением ВМС «Свежий 1»		40	3,2	0,4	19,2	90,8
<b>Итого:</b>		<b>815</b>	<b>34,69</b>	<b>17,53</b>	<b>108,9</b>	<b>728,2</b>
<b>Итого за день:</b>	<b>164-46</b>	<b>1365</b>	<b>42,69</b>	<b>32,03</b>	<b>192,1</b>	<b>1233,6</b>

**Рацион: 12 лет и старше (2 смена)**

	цена	выход	белки	жиры	углеводы	Ккал
<b>Обед</b>						
Суп картофельный с вермишелью		250	2,7	2,5	18,8	112
Плов из куриной грудки		180	17,5	15,5	37,8	361,4
Компот из св.яблок		200	0,09	0,09	12,3	50,6
Фрукты		<b>шт</b>	0,4	0,4	9,8	47
Хлеб пшеничный с добавлением ВМС «Свежий 2»		45	3,7	0,6	23,9	116,1
Хлеб ржаной с добавлением ВМС «Свежий 1»		40	3,2	0,4	19,2	90,8
<b>Итого:</b>		<b>815</b>	<b>34,69</b>	<b>17,53</b>	<b>108,9</b>	<b>728,2</b>
<b>Полдник</b>						
Каша гречневая с фрикадельками куриными с соусом/ огурец соленый		300	10,8	11,8	33,5	285,7
Чай с лимоном, сахаром		200	0,2	0,04	10,2	41
Хлеб пшеничный с добавлением ВМС «Свежий 2»		50	4,1	0,7	26,5	129
<b>Итого:</b>		<b>550</b>	<b>1,1</b>	<b>12,54</b>	<b>70,2</b>	<b>455,7</b>
<b>Итого за день:</b>	<b>164-46</b>	<b>1365</b>	<b>42,69</b>	<b>32,03</b>	<b>192,1</b>	<b>1233,6</b>

Бухгалтер :

Повар-бригадир:



**Меню для общеобразовательных школ**  
на 22/01 2024 год

УТВЕРЖДАЮ  
Директор ООО «Общепит-2»  
Макешина И. В.

СОГЛАСОВАНО  
Директор MAOY «СОШ № 30»

**Рацион: 7-11 лет**

	цена	выход	белки	жиры	углеводы	Ккал
<b>Завтрак</b>						
Каша гречневая с фрикадельками куриными с соусом/ огурец соленый		260	9,8	10,3	28,7	249,4
Чай с лимоном, сахаром		200	0,2	0,04	10,2	41
Хлеб пшеничный с добавлением ВМС «Свежий 2»		40	3,25	0,56	21,2	103,2
<b>Итого:</b>	<b>69-57</b>	<b>500</b>	<b>13,25</b>	<b>10,9</b>	<b>60,1</b>	<b>393,6</b>

**Рацион: 12 лет и старше (родительская плата)**

	цена	выход	белки	жиры	углеводы	Ккал
<b>Обед</b>						
Суп картофельный с вермишелью		250	2,7	2,5	18,8	112
Плов из куриной грудки		180	17,5	15,5	37,8	361,4
Компот из св.яблок		200	0,09	0,09	12,3	50,6
Фрукты		шт	0,4	0,4	9,8	47
Хлеб пшеничный с добавлением ВМС «Свежий 2»		45	3,7	0,6	23,9	116,1
Хлеб ржаной с добавлением ВМС «Свежий 1»		40	3,2	0,4	19,2	90,8
<b>Итого:</b>	<b>88-10</b>	<b>815</b>	<b>34,69</b>	<b>17,53</b>	<b>108,9</b>	<b>728,2</b>

**ММС 5-11 класс (1 смена)**

	цена	выход	белки	жиры	углеводы	Ккал
<b>Завтрак</b>						
Каша гречневая с фрикадельками куриными с соусом/ огурец соленый		300	10,8	11,8	33,5	285,7
Чай с лимоном, сахаром		200	0,2	0,04	10,2	41
Хлеб пшеничный с добавлением ВМС «Свежий 2»		50	4,1	0,7	26,5	129
<b>Итого:</b>	<b>76-36</b>	<b>550</b>	<b>1,1</b>	<b>12,54</b>	<b>70,2</b>	<b>455,7</b>

**ММС 5-11 класс (2 смена)**

	цена	выход	белки	жиры	углеводы	Ккал
<b>Обед</b>						
Суп картофельный с вермишелью		250	2,7	2,5	18,8	112
Плов из куриной грудки		180	17,5	15,5	37,8	361,4
Компот из св.яблок		200	0,09	0,09	12,3	50,6
Фрукты		шт	0,4	0,4	9,8	47
Хлеб пшеничный с добавлением ВМС «Свежий 2»		45	3,7	0,6	23,9	116,1
Хлеб ржаной с добавлением ВМС «Свежий 1»		40	3,2	0,4	19,2	90,8
<b>Итого:</b>	<b>88-10</b>	<b>815</b>	<b>34,69</b>	<b>17,53</b>	<b>108,9</b>	<b>728,2</b>

Бухгалтер: *Сав*

Повар-бригадир