

Школа № 30

Меню для общеобразовательных школ
на 21/09 2023 год

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

СОГЛАСОВАНО
Директор МАОУ «СОШ №30»

Льготное двухразовое (ОВЗ)

Рацион: с 12 лет и старше(1 смена)

Завтрак	цена	выход	белки	жиры	углеводы	
Каша молочная манная с м.сл	200	4,8	7,7	22,8	180,2	
Запеканка из творога со сгущ. молоком	90	13	9,9	20,7	228,2	
Чай с сахаром	200	3,6	3,3	13,7	100	
Хлеб пшеничный с добавлением ВМС «Свежий 2»	50	4,1	0,7	26,5	129	
Итого: 73-20	540	21,9	18,3	80	577,4	
Обед						
Салат из свеклы с м/р	100	1,3	8	6,7	103	
Суп картофельный с лапшой домашней	250	2,8	2,8	17,8	110	
Каша гречневая с мясом (говядина)	175	11,8	12,3	19,7	236,4	
Компот из яблок и вишни	200	0,1	0,06	15,2	62	
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	
Итого за день:	84-45	810	22,9	24,16	102,6	718,36
Итого за день:		1350	44,8	42,46	182,6	1295,7

Рацион: с 12 лет и старше(2 смена)

Обед	цена	выход	белки	жиры	углеводы	Ккал
Салат из свеклы с м/р		100	1,3	8	6,7	103
Суп картофельный с лапшой домашней		250	2,8	2,8	17,8	110
Каша гречневая с мясом (говядина)		175	11,8	12,3	19,7	236,4
Компот из яблок и вишни		200	0,1	0,06	15,2	62
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
Итого: 84-45		810	22,9	24,16	102,6	718,36
Полдник						
Каша молочная манная с м.сл		200	4,8	7,7	22,8	180,2
Запеканка из творога со сгущ. молоком		90	13	9,9	20,7	228,2
Чай с сахаром		200	3,6	3,3	13,7	100
Хлеб пшеничный с добавлением ВМС «Свежий 2»		50	4,1	0,7	26,5	129
Итого: 73-20		540	21,9	18,3	80	577,4
Итого за день:		1350	44,8	42,46	182,6	1295,7

Бухгалтер :



Повар-бр-р :

Школа № 30

**Меню для общеобразовательных школ
на 21/09 2023 год**

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

СОГЛАСОВАНО
Директор МАОУ «СОШ №30»

Рацион : 7-11 лет

	цена	выход	белки	жиры	углеводы	Ккал
Завтрак						
Каша молочная манная с м.сл		170	4,1	7,1	19,3	157,6
Запеканка из творога со сгущ. молоком		90	13	9,9	20,7	228,2
Чай с сахаром		200	3,6	3,3	13,7	100
Хлеб пшеничный с добавлением ВМС «Свежий 2»		40	3,25	0,56	21,2	103,2
Итого:	64-44	500	20,35	17,56	71,2	529
Доп.питание						
Сок фруктовый 0,2	18-00	200	1	0,02	20,2	92

Рацион: 12 лет и старше (родительская плата)

	цена	выход	белки	жиры	углеводы	Ккал
Обед						
Салат из свеклы с м/р		60	0,8	4,8	4	61,8
Суп картофельный с лапшой домашней		200	4,7	2,1	16,4	95
Каша гречневая с мясом (говядина)		175	11,8	12,3	19,7	236,4
Компот из яблок и вишни		200	0,1	0,06	15,2	62
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
Итого:	73-20	700	22,6	20,05	88,25	613,6

ММС 5-11 класс

	цена	выход	белки	жиры	углеводы	Ккал
Завтрак(1 смена)						
Каша молочная манная с м.сл		200	4,8	7,7	22,8	180,2
Запеканка из творога со сгущ. молоком		90	13	9,9	20,7	228,2
Чай с сахаром		200	3,6	3,3	13,7	100
Хлеб пшеничный с добавлением ВМС «Свежий 2»		50	4,1	0,7	26,5	129
Итого:	73-20	540	21,9	18,3	80	577,4

	цена	выход	белки	жиры	углеводы	Ккал
Обед (2 смена)						
Салат из свеклы с м/р		100	1,3	8	6,7	103
Суп картофельный с лапшой домашней		250	2,8	2,8	17,8	110
Каша гречневая с мясом (говядина)		175	11,8	12,3	19,7	236,4
Компот из яблок и вишни		200	0,1	0,06	15,2	62
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
Итого:	84-45	810	22,9	24,16	102,6	718,36

Школа № 30

Меню для общеобразовательных школ
 «Общепит-2» на 21/09 2023 год

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

СОГЛАСОВАНО
 Директор МАОУ «СОШ №30»

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

	цена	выход	белки	жиры	углеводы	Ккал
Завтрак						
Каша молочная манная с м.сл		170	4,1	7,1	19,3	157,6
Запеканка из творога со сгущ. молоком		90	13	9,9	20,7	228,2
Чай с сахаром		200	3,6	3,3	13,7	100
Хлеб пшеничный с добавлением ВМС «Свежий 2»		40	3,25	0,56	21,2	103,2
Итого:	64-44	500	20,35	17,56	71,2	529
Обед						
Салат из свеклы с м/р		60	0,8	4,8	4	61,8
Суп картофельный с лапшой домашней		200	4,7	2,1	16,4	95
Каша гречневая с мясом (говядина)		175	11,8	12,3	19,7	236,4
Компот из яблок и вишни		200	0,1	0,06	15,2	62
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
	72-54	700	22,6	20,05	88,25	613,6
Итого за день:		1200	42,95	37,61	159,45	1142,6
Доп.питание						
Сок фруктовый 0,2	18-00	200	1	0,02	20,2	92

Рацион : 7-11 лет(2 смена)

	цена	выход	белки	жиры	углеводы	Ккал
Обед						
Салат из свеклы с м/р		60	0,8	4,8	4	61,8
Суп картофельный с лапшой домашней		200	4,7	2,1	16,4	95
Каша гречневая с мясом (говядина)		175	11,8	12,3	19,7	236,4
Компот из яблок и вишни		200	0,1	0,06	15,2	62
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
	72-54	700	22,6	20,05	88,25	613,6
Полдник						
Каша молочная манная с м.сл		170	4,1	7,1	19,3	157,6
Запеканка из творога со сгущ. молоком		90	13	9,9	20,7	228,2
Чай с сахаром		200	3,6	3,3	13,7	100
Хлеб пшеничный с добавлением ВМС «Свежий 2»		40	3,25	0,56	21,2	103,2
Итого:	64-44	500	20,35	17,56	71,2	529
Итого за день:		1200	42,95	37,61	159,45	1142,6
Доп.питание						
Сок фруктовый 0,2	18-00	200	1	0,02	20,2	92

Бухгалтер :

Повар-бр-р :





ЗАВТРАК
для ММС 5-11 классов



ОБЕД
для 5-11 классов



ЗАВТРАК
для 1-4 классов

