



Меню для общеобразовательных школ  
на 23/11 2023 год.



Школа №30

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

СОГЛАСОВАНО  
Директор МАОУ «СОШ №30»

**Рацион : 7-11 лет**

	цена	выход	белки	жиры	углев	Ккал
<b>Завтрак</b>						
Каша молочная «Дружба» с м/сл		160	4,9	6,8	27,3	188,5
Чай с сахаром		200			10	40
Фрукты		100	0,4	0,4	9,8	47
Хлеб пшеничный с добавлением ВМС «Свежий 2»		40	3,25	0,56	21,2	103,2
<b>Итого:</b>	<b>64-44</b>	<b>500</b>	<b>8,55</b>	<b>7,76</b>	<b>68,3</b>	<b>378,7</b>
<b>Доп.питание</b>						
Булочка со сгущ.молоком	<b>18-00</b>	<b>45</b>	<b>2,7</b>	<b>5</b>	<b>21,5</b>	<b>142,7</b>

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

	цена	выход	белки	жиры	углев	Ккал
<b>Обед</b>						
Суп картофельный с лапшой домашней		200	4,7	2,1	16,4	94,8
Рагу овощное/тефтели с рисом, соусом		235	7,6	16,6	22,6	268,2
Компот из ягодной смеси		200	0,2	0,1	11,6	48
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>73-20</b>	<b>700</b>	<b>17,7</b>	<b>19,59</b>	<b>83,55</b>	<b>569,4</b>

**ММС 5-11 классы(1 смена)**

	цена	выход	белки	жиры	углев	Ккал
<b>Завтрак</b>						
Каша молочная «Дружба» с м/сл		190	5,8	7,4	32,6	218,5
Чай с сахаром		200			10	40
Фрукты		110	0,44	0,44	9,6	51,7
Хлеб пшеничный с добавлением ВМС «Свежий 2»		50	4,1	0,7	26,5	129
<b>Итого:</b>	<b>73-20</b>	<b>550</b>	<b>10,34</b>	<b>8,54</b>	<b>78,7</b>	<b>439,2</b>

**ММС 5-11 классы (2 смена)**

	цена	выход	белки	жиры	углев	Ккал
<b>Обед</b>						
Суп картофельный с лапшой домашней		250	2,8	2,8	17,8	110
Рагу овощное/тефтели с рисом, соусом		265	8	18,1	25,1	318
Компот из ягодной смеси		200	0,2	0,1	11,6	48
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>84-45</b>	<b>800</b>	<b>17,9</b>	<b>22</b>	<b>97,7</b>	<b>682,9</b>

Бухгалтер :

Повар-бр-р :



**Меню для общеобразовательных школ  
на 23/11 2023 год**

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

Директор МАУМ «СОШ №30»

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

	цена	выход	белки	жиры	углев	Ккал
<b>Завтрак</b>						
Каша молочная «Дружба» с м/сл		160	4,9	6,8	27,3	188,5
Чай с сахаром		200			10	40
Фрукты		100	0,4	0,4	9,8	47
Хлеб пшеничный с добавлением ВМС «Свежий 2»		40	3,25	0,56	21,2	103,2
<b>Итого:</b>	<b>64-44</b>	<b>500</b>	<b>8,55</b>	<b>7,76</b>	<b>68,3</b>	<b>378,7</b>
<b>Обед</b>						
Суп картофельный с лапшой домашней		200	4,7	2,1	16,4	94,8
Рагу овощное/тефтели с рисом, соусом		235	7,6	16,6	22,6	268,2
Компот из ягодной смеси		200	0,2	0,1	11,6	48
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>72-54</b>	<b>700</b>	<b>17,7</b>	<b>19,59</b>	<b>83,55</b>	<b>569,4</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1200</b>	<b>26,25</b>	<b>27,35</b>	<b>151,85</b>	<b>948,1</b>
<b>Доп.питание</b>						
Булочка со сгущ.молоком	<b>18-00</b>	45	2,7	5	21,5	142,7

**Рацион: 7-11 лет ( 2 смена)**

	цена	выход	белки	жиры	углев	Ккал
<b>Обед</b>						
Суп картофельный с лапшой домашней		200	4,7	2,1	16,4	94,8
Рагу овощное/тефтели с рисом, соусом		235	7,6	16,6	22,6	268,2
Компот из ягодной смеси		200	0,2	0,1	11,6	48
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>72-54</b>	<b>700</b>	<b>17,7</b>	<b>19,59</b>	<b>83,55</b>	<b>569,4</b>
<b>Полдник</b>						
Каша молочная «Дружба» с м/сл		160	4,9	6,8	27,3	188,5
Чай с сахаром		200			10	40
Фрукты		100	0,4	0,4	9,8	47
Хлеб пшеничный с добавлением ВМС «Свежий 2»		40	3,25	0,56	21,2	103,2
<b>Итого:</b>	<b>64-44</b>	<b>500</b>	<b>8,55</b>	<b>7,76</b>	<b>68,3</b>	<b>378,7</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1200</b>	<b>26,25</b>	<b>27,35</b>	<b>151,85</b>	<b>948,1</b>
<b>Доп.питание</b>						
Булочка со сгущ.молоком	<b>18-00</b>	45	2,7	5	21,5	142,7

Бухгалтер :

Повар-бр-р :



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

**Меню для общеобразовательных школ  
на 23/11 2023 год**



**Школа №30**

СОГЛАСОВАНО  
Директор МАОУ «СОШ №30»

**Льготное двухразовое**

**Рацион: 12 лет и старше (1 смена)**

	цена	выход	белки	жиры	углев	Ккал
<b>Завтрак</b>						
Каша молочная «Дружба» с м/сл		190	5,8	7,4	32,6	218,5
Чай с сахаром		200			10	40
Фрукты		110	0,44	0,44	9,6	51,7
Хлеб пшеничный с добавлением ВМС «Свежий 2»		50	4,1	0,7	26,5	129
<b>Итого:</b>	<b>73-20</b>	<b>550</b>	<b>10,34</b>	<b>8,54</b>	<b>78,7</b>	<b>439,2</b>
<b>Обед</b>						
Суп картофельный с лапшой домашней		250	2,8	2,8	17,8	110
Рагу овощное/тефтели с рисом, соусом		265	8	18,1	25,1	318
Компот из ягодной смеси		200	0,2	0,1	11,6	48
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>84-45</b>	<b>800</b>	<b>17,9</b>	<b>22</b>	<b>97,7</b>	<b>682,9</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1350</b>	<b>28,24</b>	<b>30,54</b>	<b>176,4</b>	<b>1122,1</b>

**Рацион: 12 лет и старше (2 смена)**

	цена	выход	белки	жиры	углев	Ккал
<b>Обед</b>						
Суп картофельный с лапшой домашней		250	2,8	2,8	17,8	110
Рагу овощное/тефтели с рисом, соусом		265	8	18,1	25,1	318
Компот из ягодной смеси		200	0,2	0,1	11,6	48
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>84-45</b>	<b>800</b>	<b>17,9</b>	<b>22</b>	<b>97,7</b>	<b>682,9</b>
<b>Полдник</b>						
Каша молочная «Дружба» с м/сл		190	5,8	7,4	32,6	218,5
Чай с сахаром		200			10	40
Фрукты		110	0,44	0,44	9,6	51,7
Хлеб пшеничный с добавлением ВМС «Свежий 2»		50	4,1	0,7	26,5	129
<b>Итого:</b>	<b>73-20</b>	<b>550</b>	<b>10,34</b>	<b>8,54</b>	<b>78,7</b>	<b>439,2</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>1350</b>	<b>28,24</b>	<b>30,54</b>	<b>176,4</b>	<b>1122,1</b>

Бухгалтер :

Повар-бр-р







