



**Меню для общеобразовательных школ
на 19/03 2024 год**

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

СОГЛАСОВАНО
Директор МАОУ «СОШ №30»

Рацион: 7-11 лет

	цена	выход	белки	жиры	углев	Ккал
Завтрак						
Каша молочная рисовая с м/сл		200	7,3	9,69	35,4	265,6
Плюшка Новомосковская		60	4,7	3,5	21,3	174
Чай с лимоном		200	0,2	0,04	10,2	41
Хлеб пшеничный с добавлением ВМС «Свежий 2»		40	3,25	0,56	21,2	103,2
Итого:	69-57	500	15,45	13,79	88,1	583,8

Рацион: 12 лет и старше (родительская плата)

	цена	выход	белки	жиры	углев	Ккал
Обед						
Винегрет овощной		100	1,3	2,3	7,3	55,00
Суп картофельный с горохом и гречками		250	6,9	2,6	25,2	151,2
Жаркое по-домашнему из говядины		180	11,5	14,1	21,2	259,2
Компот из св. яблок		200	0,09	0,09	12,3	50,6
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:	88-10	815	26,69	20,09	109,2	722,9

ММС 5-11 классы (1 смена)

	цена	выход	белки	жиры	углев	Ккал
Завтрак						
Каша молочная рисовая с м/сл		210	6,1	7,3	44	281,5
Плюшка Новомосковская		90	7,05	5,3	32	261
Чай с лимоном		200	0,2	0,04	10,2	41
Хлеб пшеничный с добавлением ВМС «Свежий 2»		50	4,1	0,7	26,5	129
Итого:	76-36	550	17,45	13,34	112,7	712,5

ММС 5-11 классы(2 смена)

	цена	выход	белки	жиры	углев	Ккал
Обед						
Винегрет овощной		100	1,3	2,3	7,3	55,00
Суп картофельный с горохом и гречками		250	6,9	2,6	25,2	151,2
Жаркое по-домашнему из говядины		180	11,5	14,1	21,2	259,2
Компот из св. яблок		200	0,09	0,09	12,3	50,6
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:	88-10	815	26,69	20,09	109,2	722,9

Бухгалтер :

Повар-бр-р

Школа №30

**Меню для общеобразовательных школ
на 19/03 2024 год**

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



СОГЛАСОВАНО
Директор МАОУ «СОШ №30»



Льготное двухразовое

Рацион: 7-11 лет (1 смена)

	цена	выход	белки	жиры	углев	Ккал
Завтрак						
Каша молочная рисовая с м/сл		200	7,3	9,69	35,4	265,1
Плюшка Новомосковская		60	4,7	3,5	21,3	174
Чай с лимоном		200	0,2	0,04	10,2	41
Хлеб пшеничный с добавлением ВМС «Свежий 2»		40	3,25	0,56	21,2	103,2
Итого:	69-57	500	15,45	13,79	88,1	583,1
Обед						
Винегрет овощной		90	1,1	2	6,4	48,4
Суп картофельный с горохом и гренкамми		200	5,6	3,2	39	189
Жаркое по-домашнему из говядины		150	11	12,8	16,2	227,7
Компот из св. яблок		200	0,09	0,09	12,3	50,6
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:	78-02	705	22,99	18,88	106,85	674,1
Итого:	147-59	1205	39,94	37,17	177,55	1195

Рацион: 7-11 лет (2 смена)

	цена	выход	белки	жиры	углев	Ккал
Обед						
Винегрет овощной		90	1,1	2	6,4	48,4
Суп картофельный с горохом и гренкамми		200	5,6	3,2	39	189
Жаркое по-домашнему из говядины		150	11	12,8	16,2	227,7
Компот из св. яблок		200	0,09	0,09	12,3	50,6
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:	78-02	705	22,99	18,88	106,85	674,1
Полдник						
Каша молочная рисовая с м/сл		200	7,3	9,69	35,4	265,1
Плюшка Новомосковская		60	4,7	3,5	21,3	174
Чай с лимоном		200	0,2	0,04	10,2	41
Хлеб пшеничный с добавлением ВМС «Свежий 2»		40	3,25	0,56	21,2	103,2
Итого:	69-57	500	15,45	13,79	88,1	583,1
Итого:	147-59	1245	43,94	29,13	168,15	1039

Бухгалтер :

Повар-бр-р :



**«Меню для общеобразовательных школ
на 19/03 2024 год**

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



СОГЛАСОВАНО
Директор MAOU «СОШ №30»

Льготное двухразовое

Рацион: 12 лет и старше (1 смена)

	цена	выход	белки	жиры	углев	Ккал
Завтрак						
Каша молочная рисовая с м/сл		210	6,1	7,3	44	281,0
Плюшка новомосковская		90	7,05	5,3	32	261
Чай с лимоном		200	0,2	0,04	10,2	41
Хлеб пшеничный с добавлением ВМС «Свежий 2»		50	4,1	0,7	26,5	129
Итого:	76-36	550	18,3	16,94	82	569,0
Обед						
Винегрет овощной		100	1,3	2,3	7,3	55,00
Суп картофельный с горохом и гречками		250	6,9	2,6	25,2	151,0
Жаркое по-домашнему из говядины		180	11,5	14,1	21,2	259,0
Компот из св. яблок		200	0,09	0,09	12,3	50,6
Хлеб пшеничный с добавлением ВМС «Свежий 2»		45	3,7	0,6	23,9	116,0
Хлеб ржаной с добавлением ВМС «Свежий 1»		40	3,2	0,4	19,2	90,8
Итого:	88-10	815	26,69	20,09	109,2	722,8
Итого:	164-46	1365	45,89	39,13	194,5	1328,0

Рацион: 12 лет и старше (2 смена)

	цена	выход	белки	жиры	углев	Ккал
Обед						
Винегрет овощной		100	1,3	2,3	7,3	55,00
Суп картофельный с горохом и гречками		250	6,9	2,6	25,2	151,0
Жаркое по-домашнему из говядины		180	11,5	14,1	21,2	259,0
Компот из св. яблок		100	0,09	0,09	12,3	50,6
Хлеб пшеничный с добавлением ВМС «Свежий 2»		45	3,7	0,6	23,9	116,0
Хлеб ржаной с добавлением ВМС «Свежий 1»		40	3,2	0,4	19,2	90,8
Итого:	88-10	815	26,69	20,09	109,2	722,8
Полдник						
Каша молочная рисовая с м/сл		210	6,1	7,3	44	281,0
Плюшка новомосковская		90	7,05	5,3	32	261
Чай с лимоном		200	0,2	0,04	10,2	41
Хлеб пшеничный с добавлением ВМС «Свежий 2»		50	4,1	0,7	26,5	129
Итого:	76-36	550	18,3	16,94	82	569,0
Итого:	164-46	1365	45,89	39,13	194,5	1328,0

Бухгалтер :

Повар-бр-р





ЗАВТРАК
для ММС 5-11 классов



ОБЕД
для 1-4 классов



ОБЕД
для 5-11 классов



ОБЕД, ПОЛДНИК

для ОВЗ (7-11 лет)



ОБЕД
для ММС 5-11 классов



ОБЕД, ПОЛДНИК
для ОВЗ (с 12 лет и старше)