

Школа №30

Меню для общеобразовательных школ на 12/02 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 | | | | | | |
| Макароны отварные с сыром | | 160 | 7,9 | 6,9 | 34,5 | 232,4 |
| Чай с сахаром | | 200 | | | 10 | 40 |
| Хлеб пшеничный с добавлением ВМС «Свежий 2» | | 40 | 3,25 | 0,56 | 21,2 | 103,2 |
| Фрукты | | шт | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
| Итого: | 69-57 | 500 | 11,55 | 7,86 | 75,5 | 422,6 |

Рацион: 12 лет и старше (родительская плата)

| | цена | выход | белки | жиры | углев | Ккал |
|---|--------------|------------|-------------|-------------|--------------|---------------|
| Обед | | | | | | |
| Щи из св.капусты со сметаной | | 250 | 1,6 | 5 | 8 | 83,5 |
| Плов из мяса птицы (филе) | | 180 | 17,5 | 15,5 | 37,8 | 361,4 |
| Чай витаминизированный | | 200 | 0,08 | | 11,8 | 45,2 |
| Фруктовое пюре | | 125 | | | 9 | 36 |
| 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 | 800 | 32,4 | 26,3 | 152,7 | 985,35 |

ММС 5-11 классы

| | цена | выход | белки | жиры | углев | Ккал |
|---|--------------|------------|--------------|-------------|-------------|--------------|
| Завтрак | | | | | | |
| Макароны отварные с сыром | | 190 | 9,7 | 8,4 | 40,2 | 275,1 |
| Чай с сахаром | | 200 | | | 10 | 40 |
| Хлеб пшеничный с добавлением ВМС «Свежий 2» | | 50 | 4,1 | 0,7 | 26,5 | 129 |
| Фрукты | | шт | 0,44 | 0,44 | 9,6 | 51,7 |
| Итого: | 76-36 | 550 | 14,24 | 9,54 | 86,3 | 495,8 |

ММС 5-11 классы (обед)

| | цена | выход | белки | жиры | углев | Ккал |
|---|--------------|------------|-------------|-------------|--------------|---------------|
| Обед | | | | | | |
| Щи из св.капусты со сметаной | | 250 | 1,6 | 5 | 8 | 83,5 |
| Плов из мяса птицы (филе) | | 180 | 17,5 | 15,5 | 37,8 | 361,4 |
| Чай витаминизированный | | 200 | 0,08 | | 11,8 | 45,2 |
| Фруктовое пюре | | 125 | | | 9 | 36 |
| 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 | 800 | 32,4 | 26,3 | 152,7 | 985,35 |

Бухгалтер : *Салт*

Повар-бр-р :



УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО «Оби Меню»
Макешина И.В.

**«Оби Меню» для общеобразовательных школ
на 12/02 2024 год**



СОГЛАСОВАНО
Директор МАОУ «СОШ №30»

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

| | цена | выход | белки | жиры | углев | Ккал |
|---|---------------|-------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| Завтрак | | | | | | |
| Макароны отварные с сыром | | 160 | 7,9 | 6,9 | 34,5 | 232,4 |
| Чай с сахаром | | 200 | | | 10 | 40 |
| Хлеб пшеничный с добавлением ВМС «Свежий 2» | | 40 | 3,25 | 0,56 | 21,2 | 103,2 |
| Фрукты | | шт | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
| Итого: | 69-57 | 500 | 11,55 | 7,86 | 75,5 | 422,6 |
| Обед | | | | | | |
| Щи из св.капусты со сметаной | | 200 | 1,3 | 4,05 | 6,7 | 68,1 |
| Плов из мяса птицы (филе) | | 150 | 21 | 14,5 | 29,3 | 336,3 |
| Чай витаминизированный | | 200 | 0,08 | | 11,8 | 45,2 |
| Фруктовое пюре | | 125 | | | 9 | 36 |
| 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 | 740 | 27,58 | 19,34 | 89,75 | 644 |
| Итого за день: | 147-59 | 1240 | 39,13 | 27,2 | 165,25 | 1066,6 |

Рацион: 7-11 лет (2 смена)

| | цена | выход | белки | жиры | углев | Ккал |
|---|---------------|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|
| Обед | | | | | | |
| Щи из св.капусты со сметаной | | 200 | 1,3 | 4,05 | 6,7 | 68,1 |
| Плов из мяса птицы (филе) | | 150 | 21 | 14,5 | 29,3 | 336,3 |
| Чай витаминизированный | | 200 | 0,08 | | 11,8 | 45,2 |
| Фруктовое пюре | | 125 | | | 9 | 36 |
| 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 | 740 | 27,58 | 19,34 | 89,75 | 644 |
| Полдник | | | | | | |
| Макароны отварные с сыром | | 160 | 7,9 | 6,9 | 34,5 | 232,4 |
| Чай с сахаром | | 200 | | | 10 | 40 |
| Хлеб пшеничный с добавлением ВМС «Свежий 2» | | 40 | 3,25 | 0,56 | 21,2 | 103,2 |
| Фрукты | | шт | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
| Итого: | 69-57 | 500 | 11,55 | 7,86 | 75,5 | 422,6 |
| Итого за день: | 147-59 | 1205 | 40,55 | 32,15 | 209,15 | 1303,25 |

Бухгалтер :

Повар-бр-р :



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

**Меню для общеобразовательных школ
на 12/02 2024 год**

СОГЛАСОВАНО
Директор МАОУ «СОШ №30»

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

| Завтрак | цена | выход | белки | жиры | углев | Ккал |
|--|---------------|-------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| Макароны отварные с сыром | | 190 | 9,7 | 8,4 | 40,2 | 275,1 |
| Чай с сахаром | | 200 | | | 10 | 40 |
| Хлеб пшеничный с добавлением ВМС «Свежий 2» | | 50 | 4,1 | 0,7 | 26,5 | 129 |
| Фрукты | | шт | 0,44 | 0,44 | 9,6 | 51,7 |
| Итого: | 76-36 | 550 | 14,24 | 9,54 | 86,3 | 495,8 |
| Обед | | | | | | |
| Щи из св.капусты со сметаной | | 250 | 1,6 | 5 | 8 | 83,5 |
| Плов из мяса птицы (филе) | | 180 | 17,5 | 15,5 | 37,8 | 361,4 |
| Чай витаминизированный | | 200 | 0,08 | | 11,8 | 45,2 |
| Фруктовое пюре | | 125 | | | 9 | 36 |
| 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 | 800 | 32,4 | 26,3 | 152,7 | 985,35 |
| Итого за день: | 164-46 | 1390 | 40,32 | 31,04 | 196,1 | 1228,8 |

Рацион: 12 лет и старше (2 смена)

| Обед | цена | выход | белки | жиры | углев | Ккал |
|--|---------------|-------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| Щи из св.капусты со сметаной | | 250 | 1,6 | 5 | 8 | 83,5 |
| Плов из мяса птицы (филе) | | 180 | 17,5 | 15,5 | 37,8 | 361,4 |
| Чай витаминизированный | | 200 | 0,08 | | 11,8 | 45,2 |
| Фруктовое пюре | | 125 | | | 9 | 36 |
| 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 | 800 | 32,4 | 26,3 | 152,7 | 985,35 |
| Полдник | | | | | | |
| Макароны отварные с сыром | | 190 | 9,7 | 8,4 | 40,2 | 275,1 |
| Чай с сахаром | | 200 | | | 10 | 40 |
| Хлеб пшеничный с добавлением ВМС «Свежий 2» | | 50 | 4,1 | 0,7 | 26,5 | 129 |
| Фрукты | | шт | 0,44 | 0,44 | 9,6 | 51,7 |
| Итого: | 76-36 | 550 | 14,24 | 9,54 | 86,3 | 495,8 |
| Итого за день: | 164-46 | 1390 | 40,32 | 31,04 | 196,1 | 1228,8 |

Бухгалтер :

Повар-бр-р :



ЗАВТРАК
для 1-4 классов



ЗАВТРАК
для ММС 5-11 классов



МАЛЫШАМ
ФРУКТОВОЕ
ПЮРЕ
ЯБЛОКО
100% КАЧЕСТВО
БЕЗ ДОБАВЛЕНИЯ САХАРА

ОБЕД
для 5-11 классов



ОБЕД
для ММС 5-11 классов



ОБЕД

для 1-4 классов



