



Меню для общеобразовательных школ
на 22/09 2023 год

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

СОГЛАСОВАНО
Директор МАОУ «СОШ №30»

Школа № 30

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

Завтрак	цена	выход	белки	жиры	углеводы	Ккал
Плов из говядины		200	12,8	27,2	46,3	482,5
Кофейный напиток с молоком		200	2,8	2,8	14,9	91
Кисломолочный продукт для детского питания		100	3,2	3,2	4,5	62
Хлеб пшеничный с добавлением ВМС «Свежий 2»		50	4,1	0,7	26,5	129
	73-20	550	22,9	33,9	92,2	764,5
Обед						
Суп крестьянский со сметаной		250	1,9	4,7	11,9	102,3
Биточки Любительские рыбные		100	8,1	4,2	6,2	89,7
Картофельное пюре		180	3,8	6,3	26,2	177,4
Чай с сахаром		200			10	40
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		815	20,7	16,2	97,5	616,3
Итого за день:		1365	43,6	50,1	189,7	1380,8

Рацион : с 12 лет и старше(2 смена)

	цена	выход	белки	жиры	углеводы	Ккал
Обед						
Суп крестьянский со сметаной		250	1,9	4,7	11,9	102,3
Биточки Любительские рыбные		100	8,1	4,2	6,2	89,7
Картофельное пюре		180	3,8	6,3	26,2	177,4
Чай с сахаром		200			10	40
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		815	20,7	16,2	97,5	616,3
Полдник						
Плов из говядины		200	12,8	27,2	46,3	482,5
Кофейный напиток с молоком		200	2,8	2,8	14,9	91
Кисломолочный продукт для детского питания		100	3,2	3,2	4,5	62
Хлеб пшеничный с добавлением ВМС «Свежий 2»		50	4,1	0,7	26,5	129
	73-20	550	22,9	33,9	92,2	764,5
Итого за день:		1365	43,6	50,1	189,7	1380,8

Бухгалтер :

Повар-бр-р :

Школа №30

Меню для общеобразовательных школ

«Общепит» 22/09 2023 год

УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО «Общепит-2»

СОГЛАСОВАНО
Директор МАОУ «СОШ №30»

Рацион : 7-11 лет

	цена	выход	белки	жиры	углеводы	Ккал
Завтрак						
Плов из говядины		160	10,3	21,8	37,1	386
Кофейный напиток с молоком		200	2,8	2,8	14,9	91
Кисломолочный продукт для детского питания		100	3,2	3,2	4,5	62
Хлеб пшеничный с добавлением ВМС «Свежий 2»		40	3,25	0,56	21,2	103,2
Итого:	64-44	500	19,55	28,36	77,7	642,2
Доп.питание						
Фрукты	18-00	100	0,4	0,4	9,8	47

Рацион: 12 лет и старше (родительская плата)

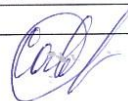
	цена	выход	белки	жиры	углеводы	Ккал
Обед						
Суп крестьянский со сметаной		200	1,5	4,2	7	80,9
Биточки Любительские рыбные		90	7,7	4,7	4,5	81,9
Картофельное пюре		150	3,2	5,3	21,8	147,8
Чай с сахаром		200			10	40
Хлеб пшеничный с добавлением ВМС «Свежий 2»		35	2,8	0,49	18,55	90,3
Хлеб ржаной с добавлением ВМС «Свежий 1»		30	2,4	0,3	14,4	68,1
Итого:	73-20	705	17,6	14,99	76,25	509

ММС 5-11 классы

Завтрак(1 смена)	цена	выход	белки	жиры	углеводы	Ккал
Плов из говядины		200	12,8	27,2	46,3	482,5
Кофейный напиток с молоком		200	2,8	2,8	14,9	91
Кисломолочный продукт для детского питания		100	3,2	3,2	4,5	62
Хлеб пшеничный с добавлением ВМС «Свежий 2»		50	4,1	0,7	26,5	129
Итого:	73-20	550	22,9	33,9	92,2	764,5

Обед (2 смена)						
Суп крестьянский со сметаной		250	1,9	4,7	11,9	102,3
Биточки Любительские рыбные		100	8,1	4,2	6,2	89,7
Картофельное пюре		180	3,8	6,3	26,2	177,4
Чай с сахаром		200			10	40
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	815	20,7	16,2	97,5	616,3

Бухгалтер :



Повар-бр-р :

Меню для общеобразовательных школ
на 22/09 2023 год

УТВЕРЖДАЮ
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						
Плов из говядины		160	10,3	21,8	37,1	386
Кофейный напиток с молоком		200	2,8	2,8	14,9	91
Кисломолочный продукт для детского питания		100	3,2	3,2	4,5	62
Хлеб пшеничный с добавлением ВМС «Свежий 2»		40	3,25	0,56	21,2	103,2
Итого:	64-44	500	19,55	28,36	77,7	642,2
Обед						
Суп крестьянский со сметаной		200	1,5	4,2	7	80,9
Биточки Любительские рыбные		90	7,7	4,7	4,5	81,9
Картофельное пюре		150	3,2	5,3	21,8	147,8
Чай с сахаром		200			10	40
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	705	17,6	14,99	76,25	509
Итого за день:		1205	37,15	43,35	153,95	1151,2
Доп.питание						
Фрукты	18-00	100	0,4	0,4	9,8	47

Рацион: 7-11 лет(2 смена)

	цена	выход	белки	жиры	углеводы	Ккал
Обед						
Суп крестьянский со сметаной		200	1,5	4,2	7	80,9
Биточки Любительские рыбные		90	7,7	4,7	4,5	81,9
Картофельное пюре		150	3,2	5,3	21,8	147,8
Чай с сахаром		200			10	40
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	705	17,6	14,99	76,25	509
Полдник						
Плов из говядины		160	10,3	21,8	37,1	386
Кофейный напиток с молоком		200	2,8	2,8	14,9	91
Кисломолочный продукт для детского питания		100	3,2	3,2	4,5	62
Хлеб пшеничный с добавлением ВМС «Свежий 2»		40	3,25	0,56	21,2	103,2
Итого:	64-44	500	19,55	28,36	77,7	642,2
Итого за день:		1205	37,15	43,35	153,95	1151,2
Доп.питание						
Фрукты	18-00	100	0,4	0,4	9,8	47

Бухгалтер :

Повар-бр-р



ЗАВТРАК

для 1-4 классов



ОБЕД

для 5-11 классов



ОБЕД

для ММС 5-11 классов



ЗАВТРАК

для ММС 5-11 классов



