



Меню для общеобразовательных школ
на 04/10 2023 год



УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО «Общепит-2»

СОГЛАСОВАНО
Директор МАОУ «СОШ №30»

Льготное двухразовое (ОВЗ)

Рацион : 7-11 лет

	цена	выход	белки	жиры	углеводы	Ккал
Завтрак						
Котлеты куриные с томатным соусом		90	9	11	11	196
Картофельное пюре		170	5,1	5,95	24,8	167,6
Чай витаминизированный		200	0,08		11,8	45,2
Хлеб пшеничный с добавлением ВМС «Свежий 2»		40	3,25	0,56	21,2	103,2
Итого	64-44	500	17,43	17,51	68,8	512
Обед						
Щи из св.капусты со сметаной		200	1,3	4,05	6,7	68,1
Рис отварной с гуляшом из птицы		160	7,85	9,6	33,8	253,1
Компот из сухофруктов		200	0,9	0,05	20,6	89
Фрукты		100	0,40	0,4	9,8	47
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	725	15,65	14,89	103,85	615,6
Итого за день:		1225	33,08	32,4	172,65	1127,6
Доп.питание						
Огурцы/помидоры свежие	18-00	60	0,6	0,1	1,9	14,4

Рацион : 7-11 лет(2 смена)

	цена	выход	белки	жиры	углеводы	Ккал
Обед						
Щи из св.капусты со сметаной		200	1,3	4,05	6,7	68,1
Рис отварной с гуляшом из птицы		160	7,85	9,6	33,8	253,1
Компот из сухофруктов		200	0,9	0,05	20,6	89
Фрукты		100	0,40	0,4	9,8	47
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	725	15,65	14,89	103,85	615,6
Полдник						
Котлеты куриные с томатным соусом		90	9	11	11	196
Картофельное пюре		170	5,1	5,95	24,8	167,6
Чай витаминизированный		200	0,08		11,8	45,2
Хлеб пшеничный с добавлением ВМС «Свежий 2»		40	3,25	0,56	21,2	103,2
Итого	64-44	500	17,43	17,51	68,8	512
Итого за день:		1225	33,08	32,4	172,65	1127,6
Доп.питание						
Огурцы/помидоры свежие	18-00	60	0,6	0,1	1,9	14,4

Бухгалтер :

Повар-бр-р



Меню для общеобразовательных школ
на 04/10 2023 год



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

СОГЛАСОВАНО
Директор MAOU «СОШ №30»

Льготное двухразовое
Рацион: с 12 лет и старше

Завтрак	цена	выход	белки	жиры	углеводы	Ккал
Котлеты куриные с томатным соусом		100	9,1	11,5	11,6	203
Картофельное пюре		200	4,2	7,1	29	197
Чай витаминизированный		200	0,08		11,8	45,2
Хлеб пшеничный с добавлением ВМС «Свежий 2»		50	4,1	0,7	26,5	129
Итого:	73-20	550	17,48	19,3	78,9	574,2
Обед						
Щи из св.капусты со сметаной		250	1,6	5	8	83,5
Рис отварной с гуляшом из птицы		230	13,9	9,3	56,7	330,8
Компот из сухофруктов		200	0,9	0,05	20,6	89
Фрукты		100	0,4	0,4	9,8	47
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
	84-45	865	23,7	15,75	138,3	757,2
Итого за день:		1415	41,18	35,05	217,2	1331,4

Рацион: с 12 лет и старше(2 смена)

	цена	выход	белки	жиры	углеводы	Ккал
Обед						
Щи из св.капусты со сметаной		250	1,6	5	8	83,5
Рис отварной с гуляшом из птицы		230	13,9	9,3	56,7	330,8
Компот из сухофруктов		200	0,9	0,05	20,6	89
Фрукты		100	0,4	0,4	9,8	47
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
	84-45	865	23,7	15,75	138,3	757,2
Полдник						
Котлеты куриные с томатным соусом		100	9,1	11,5	11,6	203
Картофельное пюре		200	4,2	7,1	29	197
Чай витаминизированный		200	0,08		11,8	45,2
Хлеб пшеничный с добавлением ВМС «Свежий 2»		50	4,1	0,7	26,5	129
Итого:	73-20	550	17,48	19,3	78,9	574,2
Итого за день:		1415	41,18	35,05	217,2	1331,4

Бухгалтер:

Повар-бр-р :



**«Объединенное» Меню для общеобразовательных школ
на 04/10 2023 год**

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



Школа №30

СОГЛАСОВАНО
Директор МАОУ «СОИЦ №30»

Рацион: 7-11 лет

	цена	выход	белки	жиры	углеводы	Ккал
Завтрак						
Котлеты куриные с томатным соусом		90	9	11	11	196
Картофельное пюре		170	5,1	5,95	24,8	167,6
Чай витаминизированный		200	0,08		11,8	45,2
Хлеб пшеничный с добавлением ВМС «Свежий 2»		40	3,25	0,56	21,2	103,2
Итого	64-44	500	17,43	17,51	68,8	512
Доп.питание						
Огурцы/помидоры свежие	18-00	60	0,6	0,1	1,9	14,4

Рацион: 12 лет и старше (родительская плата)

	цена	выход	белки	жиры	углеводы	Ккал
Обед						
Щи из св.капусты со сметаной		200	1,3	4,05	6,7	68,1
Рис отварной с гуляшом из птицы		160	7,85	9,6	33,8	253,1
Компот из сухофруктов		200	0,9	0,05	20,6	89
Фрукты		100	0,40	0,4	9,8	47
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	725	15,65	14,89	103,85	615,6

ММС 5-11 класс

	цена	выход	белки	жиры	углеводы	Ккал
Завтрак(1 смена)						
Котлеты куриные с томатным соусом		100	9,1	11,5	11,6	203
Картофельное пюре		200	4,2	7,1	29	197
Чай витаминизированный		200	0,08		11,8	45,2
Хлеб пшеничный с добавлением ВМС «Свежий 2»		50	4,1	0,7	26,5	129
Итого:	73-20	550	17,48	19,3	78,9	574,2

	цена	выход	белки	жиры	углеводы	Ккал
Обед (2 смена)						
Щи из св.капусты со сметаной		250	1,6	5	8	83,5
Рис отварной с гуляшом из птицы		230	13,9	9,3	56,7	330,8
Компот из сухофруктов		200	0,9	0,05	20,6	89
Фрукты		100	0,4	0,4	9,8	47
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	865	23,7	15,75	138,3	757,2

Бухгалтер : 

Повар-бр-р





ОБЕД
для ММС 5-11 классов



ЗАВТРАК, ОБЕД
для ОВЗ (7-11 лет)



ОБЕД
для 1-4 классов



ОБЕД, ПОЛДНИК
для ОВЗ (7-11 лет)



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