



Меню для общеобразовательных школ
на 03/10 2023 год

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

СОГЛАСОВАНО
Директор МАОУ «СОШ №30»

Рацион: 7-11 лет

| | цена | выход | белки | жиры | углеводы | Ккал |
|---|--------------|------------|--------------|--------------|-------------|--------------|
| Завтрак | | | | | | |
| Каша молочная «Дружба» с м/сл | | 150 | 4,7 | 6,4 | 24,8 | 175 |
| Сыр порц | | 10 | 2,7 | 2,7 | | 36,1 |
| Чай с сахаром | | 200 | | | 10 | 40 |
| Хлеб пшеничный с добавлением ВМС «Свежий 2» | | 40 | 3,25 | 0,56 | 21,2 | 103,2 |
| Фрукты | | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
| Итого | 64-44 | 500 | 11,05 | 10,06 | 65,8 | 401,3 |
| Доп.питание | | | | | | |
| Булочка со сгущ.молоком | 18-00 | 45 | 2,7 | 5 | 21,5 | 142,7 |

Рацион: 12 лет и старше (родительская плата)

| | цена | выход | белки | жиры | углеводы | Ккал |
|---|--------------|------------|-------------|--------------|---------------|--------------|
| Обед | | | | | | |
| Салат из моркови с м/р | | 60 | 0,6 | 2,7 | 8,7 | 60 |
| Рассольник по Ленинградски со сметаной | | 200 | 1,6 | 3,4 | 10,6 | 83,2 |
| Азу из говядины с макаронами | | 195 | 13,8 | 14,3 | 37,5 | 333,8 |
| Компот из ягодной смеси | | 200 | 0,2 | 0,1 | 11,7 | 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 |
| Итого обед: | 73-20 | 720 | 21,4 | 21,29 | 101,45 | 683,4 |

ММС 5-11 класс

| | цена | выход | белки | жиры | углеводы | Ккал |
|---|--------------|------------|--------------|--------------|-------------|--------------|
| Завтрак (1 смена) | | | | | | |
| Каша молочная «Дружба» с м/сл | | 180 | 5,6 | 7,7 | 29,7 | 210 |
| Сыр порц | | 12 | 3,2 | 3,2 | | 43,3 |
| Чай с сахаром | | 200 | | | 10 | 40 |
| Хлеб пшеничный с добавлением ВМС «Свежий 2» | | 50 | 4,1 | 0,7 | 26,5 | 129 |
| Фрукты | | 110 | 0,44 | 0,44 | 9,6 | 51,7 |
| Итого | 73-20 | 552 | 13,34 | 12,04 | 75,8 | 472,7 |

| | цена | выход | белки | жиры | углеводы | Ккал |
|---|--------------|------------|-------------|-------------|--------------|--------------|
| Обед(2 смена) | | | | | | |
| Салат из моркови с м/р | | 100 | 1 | 4,5 | 14,5 | 100 |
| Рассольник по Ленинградски со сметаной | | 250 | 2,4 | 4,4 | 14,9 | 110 |
| Азу из говядины с макаронами | | 195 | 13,8 | 14,3 | 37,5 | 333,8 |
| Компот из ягодной смеси | | 200 | 0,1 | 0,06 | 15,2 | 62 |
| Хлеб пшеничный с добавлением ВМС «Свежий 2» | | 45 | 3,7 | 0,06 | 23,9 | 116,1 |
| Хлеб ржаной с добавлением ВМС «Свежий 1» | | 40 | 3,2 | 0,4 | 19,2 | 90,8 |
| Итого обед: | 84-45 | 830 | 24,3 | 24,3 | 121,8 | 798,7 |

Бухгалтер :

Повар-бригадир



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

**Меню для общеобразовательных школ
 на 03/10 2023 год**

Школа № 30
 СОГЛАСОВАНО
 Директор МАОУ «СОШ №30»

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

| | цена | выход | белки | жиры | углеводы | Ккал |
|---|--------------|-------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| Завтрак | | | | | | |
| Каша молочная «Дружба» с м/сл | | 150 | 4,7 | 6,4 | 24,8 | 175 |
| Сыр порц | | 10 | 2,7 | 2,7 | | 36,1 |
| Чай с сахаром | | 200 | | | 10 | 40 |
| Хлеб пшеничный с добавлением ВМС «Свежий 2» | | 40 | 3,25 | 0,56 | 21,2 | 103,2 |
| Фрукты | | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
| Итого | 64-44 | 500 | 11,05 | 10,06 | 65,8 | 401,3 |
| Обед | | | | | | |
| Салат из моркови с м/р | | 60 | 0,6 | 2,7 | 8,7 | 60 |
| Рассольник по Ленинградски со сметаной | | 200 | 1,6 | 3,4 | 10,6 | 83,2 |
| Азу из говядины с макаронами | | 195 | 13,8 | 14,3 | 37,5 | 333,8 |
| Компот из ягодной смеси | | 200 | 0,2 | 0,1 | 11,7 | 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 |
| Итого обед: | 72-54 | 720 | 21,4 | 21,29 | 101,45 | 683,4 |
| Итого: | | 1220 | 32,45 | 31,35 | 167,25 | 1084,7 |
| Доп.питание | | | | | | |
| Булочка со сгущ.молоком | 18-00 | 45 | 2,7 | 5 | 21,5 | 142,7 |

Рацион: 7-11 лет (2 смена)

| | цена | выход | белки | жиры | углеводы | Ккал |
|---|--------------|-------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| Обед | | | | | | |
| Салат из моркови с м/р | | 60 | 0,6 | 2,7 | 8,7 | 60 |
| Рассольник по Ленинградски со сметаной | | 200 | 1,6 | 3,4 | 10,6 | 83,2 |
| Азу из говядины с макаронами | | 195 | 13,8 | 14,3 | 37,5 | 333,8 |
| Компот из ягодной смеси | | 200 | 0,2 | 0,1 | 11,7 | 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 |
| Итого обед: | 72-54 | 720 | 21,4 | 21,29 | 101,45 | 683,4 |
| Полдник | | | | | | |
| Каша молочная «Дружба» с м/сл | | 150 | 4,7 | 6,4 | 24,8 | 175 |
| Сыр порц | | 10 | 2,7 | 2,7 | | 36,1 |
| Чай с сахаром | | 200 | | | 10 | 40 |
| Хлеб пшеничный с добавлением ВМС «Свежий 2» | | 40 | 3,25 | 0,56 | 21,2 | 103,2 |
| Фрукты | | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
| Итого | 64-44 | 500 | 11,05 | 10,06 | 65,8 | 401,3 |
| Итого: | | 1220 | 32,45 | 31,35 | 167,25 | 1084,7 |
| Доп.питание | | | | | | |
| Булочка со сгущ.молоком | 18-00 | 45 | 2,7 | 5 | 21,5 | 142,7 |

Бухгалтер: *Сав*

Повар-бригадир:



Меню для общеобразовательных школ
на 03/10 2023 год

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



Школа № 30
Для документов
СОГЛАСОВАНО
Директор MAOU «СОШ №30»

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

| | цена | выход | белки | жиры | углеводы | Ккал |
|---|--------------|-------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| Завтрак | | | | | | |
| Каша молочная «Дружба» с м/сл | | 180 | 5,6 | 7,7 | 29,7 | 210 |
| Сыр порц | | 12 | 3,2 | 3,2 | | 43,3 |
| Чай с сахаром | | 200 | | | 10 | 40 |
| Хлеб пшеничный с добавлением ВМС «Свежий 2» | | 50 | 4,1 | 0,7 | 26,5 | 129 |
| Фрукты | | 110 | 0,44 | 0,44 | 9,6 | 51,7 |
| Итого | 73-20 | 552 | 13,34 | 12,04 | 75,8 | 472,7 |
| Обед | | | | | | |
| Салат из моркови с м/р | | 100 | 1 | 4,5 | 14,5 | 100 |
| Рассольник по Ленинградски со сметаной | | 250 | 2,4 | 4,4 | 14,9 | 110 |
| Азу из говядины с макаронами | | 195 | 13,8 | 14,3 | 37,5 | 333,8 |
| Компот из ягодной смеси | | 200 | 0,1 | 0,06 | 15,2 | 62 |
| Хлеб пшеничный с добавлением ВМС «Свежий 2» | | 45 | 3,7 | 0,06 | 23,9 | 116,1 |
| Хлеб ржаной с добавлением ВМС «Свежий 1» | | 40 | 3,2 | 0,4 | 19,2 | 90,8 |
| Итого обед: | 84-45 | 830 | 24,3 | 24,3 | 121,8 | 798,7 |
| Итого: | | 1382 | 37,64 | 36,34 | 197,6 | 1271,4 |

Рацион: 12 лет и старше (2 смена)

| | | | | | | |
|---|--------------|-------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| Обед | | | | | | |
| Салат из моркови с м/р | | 100 | 1 | 4,5 | 14,5 | 100 |
| Рассольник по Ленинградски со сметаной | | 250 | 2,4 | 4,4 | 14,9 | 110 |
| Азу из говядины с макаронами | | 195 | 13,8 | 14,3 | 37,5 | 333,8 |
| Компот из ягодной смеси | | 200 | 0,1 | 0,06 | 15,2 | 62 |
| Хлеб пшеничный с добавлением ВМС «Свежий 2» | | 45 | 3,7 | 0,06 | 23,9 | 116,1 |
| Хлеб ржаной с добавлением ВМС «Свежий 1» | | 40 | 3,2 | 0,4 | 19,2 | 90,8 |
| Итого обед: | 84-45 | 830 | 24,3 | 24,3 | 121,8 | 798,7 |
| Полдник | | | | | | |
| Каша молочная «Дружба» с м/сл | | 180 | 5,6 | 7,7 | 29,7 | 210 |
| Сыр порц | | 12 | 3,2 | 3,2 | | 43,3 |
| Чай с сахаром | | 200 | | | 10 | 40 |
| Хлеб пшеничный с добавлением ВМС «Свежий 2» | | 50 | 4,1 | 0,7 | 26,5 | 129 |
| Фрукты | | 110 | 0,44 | 0,44 | 9,6 | 51,7 |
| Итого | 73-20 | 552 | 13,34 | 12,04 | 75,8 | 472,7 |
| Итого за день: | | 1382 | 37,64 | 36,34 | 197,6 | 1271,4 |

Бухгалтер:

Повар-бригадир:







ОБЕД
для 1-4 классов



ЗАВТРАК
для 1-4 классов

