



УТВЕРЖДАЮ  
 Директор ООО «Общество-2»

Меню для общеобразовательных школ  
 на 15/12 2023 год

СОГЛАСОВАНО  
 Директор MAOU «СОШ №30»

**Рацион : 7-11 лет**

|   | цена         | выход      | белки        | жиры         | углеводы    | Ккал         |
|---|--------------|------------|--------------|--------------|-------------|--------------|
| <b>Завтрак</b>                              |              |            |              |              |             |              |
| 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        |
| <b>Итого:</b>                               | <b>64-44</b> | <b>500</b> | <b>19,55</b> | <b>28,36</b> | <b>77,7</b> | <b>642,2</b> |
| <b>Доп.питание</b>                          |              |            |              |              |             |              |
| Фрукты                                      | 26-00        | шт         | 0,4          | 0,4          | 9,8         | 47           |

**Рацион: 12 лет и старше (родительская плата)**

|   | цена         | выход      | белки       | жиры         | углеводы     | Ккал       |
|---|--------------|------------|-------------|--------------|--------------|------------|
| <b>Обед</b>                                 |              |            |             |              |              |            |
| 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       |
| <b>Итого:</b>                               | <b>73-20</b> | <b>705</b> | <b>17,6</b> | <b>14,99</b> | <b>76,25</b> | <b>509</b> |

**ММС 5-11 классы**

|   | цена         | выход      | белки       | жиры        | углеводы    | Ккал         |
|---|--------------|------------|-------------|-------------|-------------|--------------|
| <b>Завтрак(1 смена)</b>                     |              |            |             |             |             |              |
| 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          |
| <b>Итого:</b>                               | <b>73-20</b> | <b>550</b> | <b>22,9</b> | <b>33,9</b> | <b>92,2</b> | <b>764,5</b> |

|   | цена         | выход      | белки       | жиры        | углеводы    | Ккал         |
|---|--------------|------------|-------------|-------------|-------------|--------------|
| <b>Обед (2 смена)</b>                       |              |            |             |             |             |              |
| 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         |
| <b>Итого:</b>                               | <b>84-45</b> | <b>815</b> | <b>20,7</b> | <b>16,2</b> | <b>97,5</b> | <b>616,3</b> |

Бухгалтер :

Повар-бр-р :



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

общеобразовательных школ  
 на 15/12 2023 год

СОГЛАСОВАНО  
 Директор МАОУ «СОШ №30»



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

|   | цена         | выход       | белки        | жиры         | углеводы      | Ккал          |
|---|--------------|-------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| <b>Завтрак</b>                              |              |             |              |              |               |               |
| 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         |
| <b>Итого:</b>                               | <b>64-44</b> | <b>500</b>  | <b>19,55</b> | <b>28,36</b> | <b>77,7</b>   | <b>642,2</b>  |
| <b>Обед</b>                                 |              |             |              |              |               |               |
| 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          |
|   | <b>72-54</b> | <b>705</b>  | <b>17,6</b>  | <b>14,99</b> | <b>76,25</b>  | <b>509</b>    |
| <b>Итого за день:</b>                       |              | <b>1205</b> | <b>37,15</b> | <b>43,35</b> | <b>153,95</b> | <b>1151,2</b> |
| <b>Доп.питание</b>                          |              |             |              |              |               |               |
| Фрукты                                      | <b>26-00</b> | <b>шт</b>   | <b>0,4</b>   | <b>0,4</b>   | <b>9,8</b>    | <b>47</b>     |

**Рацион: 7-11 лет(2 смена)**

|   | цена         | выход       | белки        | жиры         | углеводы      | Ккал          |
|---|--------------|-------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| <b>Обед</b>                                 |              |             |              |              |               |               |
| 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          |
|   | <b>72-54</b> | <b>705</b>  | <b>17,6</b>  | <b>14,99</b> | <b>76,25</b>  | <b>509</b>    |
| <b>Полдник</b>                              |              |             |              |              |               |               |
| 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         |
| <b>Итого:</b>                               | <b>64-44</b> | <b>500</b>  | <b>19,55</b> | <b>28,36</b> | <b>77,7</b>   | <b>642,2</b>  |
| <b>Итого за день:</b>                       |              | <b>1205</b> | <b>37,15</b> | <b>43,35</b> | <b>153,95</b> | <b>1151,2</b> |
| <b>Доп.питание</b>                          |              |             |              |              |               |               |
| Фрукты                                      | <b>26-00</b> | <b>шт</b>   | <b>0,4</b>   | <b>0,4</b>   | <b>9,8</b>    | <b>47</b>     |

Бухгалтер :

Повар-бр-р



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

Меню для общеобразовательных школ  
на 15/12 2023 год

СОГЛАСОВАНО  
Директор МАОУ «СОШ №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         |
| <b>Обед</b>                                 |       |             |             |             |              |               |
| 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          |
| <b>Итого 84-45</b>                          |       | <b>815</b>  | <b>20,7</b> | <b>16,2</b> | <b>97,5</b>  | <b>616,3</b>  |
| <b>Итого за день:</b>                       |       | <b>1365</b> | <b>43,6</b> | <b>50,1</b> | <b>189,7</b> | <b>1380,8</b> |

Рацион : с 12 лет и старше(2 смена)

| Обед  | цена  | выход       | белки       | жиры        | углеводы     | Ккал          |
|---|-------|-------------|-------------|-------------|--------------|---------------|
| 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          |
| <b>Итого 84-45</b>                          |       | <b>815</b>  | <b>20,7</b> | <b>16,2</b> | <b>97,5</b>  | <b>616,3</b>  |
| <b>Полдник</b>                              |       |             |             |             |              |               |
| 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         |
| <b>Итого за день:</b>                       |       | <b>1365</b> | <b>43,6</b> | <b>50,1</b> | <b>189,7</b> | <b>1380,8</b> |

Бухгалтер :

Повар-бр-р :