

ООО «Переменка»

09

17

Школа (лицей, гимназия) № 14

Меню с \_\_\_\_\_ по \_\_\_\_\_ января 2025 г.

Обучающихся 1-4 классов (завтрак) из расчета 88-00 руб. на одного ребенка в день

| Рацион                                                | Выход<br>гр, мл,<br>шт | Энергет.<br>ценность<br>ккал | Белки<br>гр | Жиры<br>гр  | Углеводы<br>гр | Цена         |
|-------------------------------------------------------|------------------------|------------------------------|-------------|-------------|----------------|--------------|
| <b>Дата 09.01.2025</b>                                |                        |                              |             |             |                |              |
| Запеканка из творога с морковью, со сгущенным молоком | 150/20                 | 422,0                        | 17,0        | 19,2        | 44,9           | 74-25        |
| Желе фруктовое                                        | 70                     | 50,0                         | 1,0         | 0,0         | 12,0           | 6-17         |
| Чай с сахаром                                         | 200                    | 58,0                         | 0,2         | 0,0         | 15,0           | 2-66         |
| Хлеб пшеничный                                        | 60                     | 57,9                         | 2,3         | 0,3         | 11,5           | 4-92         |
| <b>Итого</b>                                          |                        | <b>587,9</b>                 | <b>20,5</b> | <b>19,5</b> | <b>83,4</b>    | <b>88-00</b> |
| <b>Количество учащихся</b>                            |                        |                              |             |             |                |              |
| <b>Директор</b> <i>И.В. Санжаров</i>                  |                        |                              |             |             |                |              |
| <b>Повар-бригадир</b> <i>Л.В. Баймоновская</i>        |                        |                              |             |             |                |              |
| <b>Дата 10.01.2025</b>                                |                        |                              |             |             |                |              |
| Овощи свежие порционно Помидор                        | 28                     |                              |             |             |                | 15-71        |
| Плов с птицей                                         | 250                    | 470,0                        | 17,3        | 19,6        | 56,7           | 64-71        |
| Чай с сахаром                                         | 200                    | 58,0                         | 0,2         | 0,0         | 15,0           | 2-66         |
| Хлеб пшеничный                                        | 60                     | 57,9                         | 2,3         | 0,3         | 11,5           | 4-92         |
| <b>Итого</b>                                          |                        | <b>585,9</b>                 | <b>19,8</b> | <b>19,9</b> | <b>83,2</b>    | <b>88-00</b> |
| <b>Количество учащихся</b>                            |                        |                              |             |             |                |              |
| <b>Директор</b> <i>И.В. Санжаров</i>                  |                        |                              |             |             |                |              |
| <b>Повар-бригадир</b> <i>Л.В. Баймоновская</i>        |                        |                              |             |             |                |              |
| <b>Дата 13.01.2025</b>                                |                        |                              |             |             |                |              |
| Каша молочная пшенная с м/сл                          | 250                    | 359,0                        | 14,2        | 7,8         | 54,4           | 40-67        |
| Сыр порционно                                         | 24                     | 38,0                         | 2,5         | 4,0         | 2,0            | 23-85        |
| Масло сливочное                                       | 10                     | 75,0                         | 0,1         | 8,2         | 0,1            | 15-08        |
| Чай с сахаром                                         | 200                    | 58,0                         | 0,2         | 0,0         | 15,0           | 2-66         |
| Хлеб пшеничный                                        | 70                     | 57,9                         | 2,3         | 0,3         | 11,5           | 5-74         |
| <b>Итого</b>                                          |                        | <b>587,9</b>                 | <b>19,3</b> | <b>20,3</b> | <b>83,0</b>    | <b>88-00</b> |
| <b>Количество учащихся</b>                            |                        |                              |             |             |                |              |
| <b>Директор</b> <i>И.В. Санжаров</i>                  |                        |                              |             |             |                |              |
| <b>Повар-бригадир</b> <i>Л.В. Баймоновская</i>        |                        |                              |             |             |                |              |
| <b>Дата 14.01.2025</b>                                |                        |                              |             |             |                |              |
| Овощи свежие порционно Помидор                        | 48                     |                              |             |             |                | 27-16        |
| Тефтели (говядина)                                    | 110                    | 266,0                        | 13,0        | 15,6        | 22,7           | 38-45        |
| Каша гречневая                                        | 150                    | 220,0                        | 7,7         | 6,6         | 33,1           | 14-81        |
| Чай с сахаром                                         | 200                    | 58,0                         | 0,2         | 0,0         | 15,0           | 2-66         |
| Хлеб пшеничный                                        | 60                     | 57,9                         | 2,3         | 0,3         | 11,5           | 4-92         |
| <b>Итого</b>                                          |                        | <b>601,9</b>                 | <b>23,2</b> | <b>22,5</b> | <b>82,3</b>    | <b>88-00</b> |
| <b>Количество учащихся</b>                            |                        |                              |             |             |                |              |
| <b>Директор</b> <i>И.В. Санжаров</i>                  |                        |                              |             |             |                |              |
| <b>Повар-бригадир</b> <i>Л.В. Баймоновская</i>        |                        |                              |             |             |                |              |
| <b>Дата 15.01.2025</b>                                |                        |                              |             |             |                |              |
| Овощи свежие порционно Огурец                         | 16                     |                              |             |             |                | 8-79         |
| Жаркое «по-домашнему» (курица)                        | 250                    | 470,8                        | 16,7        | 19,5        | 56,3           | 71-63        |
| Чай с сахаром                                         | 200                    | 58,0                         | 0,2         | 0,0         | 15,0           | 2-66         |
| Хлеб пшеничный                                        | 60                     | 57,9                         | 2,3         | 0,3         | 11,5           | 4-92         |
| <b>Итого</b>                                          |                        | <b>586,7</b>                 | <b>19,2</b> | <b>19,8</b> | <b>82,8</b>    | <b>88-00</b> |

|                             |                    |       |      |      |      |       |
|-----------------------------|--------------------|-------|------|------|------|-------|
| Количество учащихся         |                    |       |      |      |      |       |
| Директор                    | <i>И.И. Иванов</i> |       |      |      |      |       |
| Повар-бригадир              | <i>А.И. Петров</i> |       |      |      |      |       |
| Дата                        | 16.01.2025         |       |      |      |      |       |
| Каша молочная манная с м/сл | 250                | 359,0 | 14,2 | 7,8  | 54,4 | 38-31 |
| Сыр порционно               | 26                 | 38,0  | 2,5  | 4,0  | 2,0  | 26-21 |
| Масло сливочное             | 70                 | 75,0  | 0,1  | 8,2  | 0,1  | 15-08 |
| Чай с сахаром               | 200                | 58,0  | 0,2  | 0,0  | 15,0 | 2-66  |
| Хлеб пшеничный              | 70                 | 57,9  | 2,3  | 0,3  | 11,5 | 5-74  |
| Итого                       |                    | 587,9 | 19,3 | 20,3 | 83,0 | 88-00 |
| Количество учащихся         |                    |       |      |      |      |       |
| Директор                    | <i>И.И. Иванов</i> |       |      |      |      |       |
| Повар-бригадир              | <i>А.И. Петров</i> |       |      |      |      |       |

|                                  |                    |       |      |      |      |       |
|----------------------------------|--------------------|-------|------|------|------|-------|
| Дата                             | 17.01.2025         |       |      |      |      |       |
| Каша молочная геркулесовая с м/с | 200                | 289,0 | 16,2 | 12,8 | 40,4 | 26-97 |
| Масло сливочное                  | 10                 | 75,0  | 0,1  | 8,2  | 0,1  | 15-08 |
| Чай с сахаром                    | 200                | 58,0  | 0,2  | 0,0  | 15,0 | 2-66  |
| Хлеб пшеничный                   | 60                 | 57,9  | 2,3  | 0,3  | 11,5 | 4-92  |
| Яблоко запеченное                | 140                | 107,0 | 0,3  | 0,3  | 16,7 | 38-37 |
| Итого                            |                    | 586,9 | 19,1 | 21,6 | 83,7 | 88-00 |
| Количество учащихся              |                    |       |      |      |      |       |
| Директор                         | <i>И.И. Иванов</i> |       |      |      |      |       |
| Повар-бригадир                   | <i>А.И. Петров</i> |       |      |      |      |       |

ООО «Переменка»

Школа (лицей, гимназия) №

09

17

Меню с \_\_\_\_\_ по \_\_\_\_\_ января 2025 г.

Обучающихся 1-4 классов (обед)

из расчета 108-00 рублей на одного ребенка в день

| Рацион                       | Выход<br>гр, мл,<br>шт | Энергет.<br>ценность<br>ккал | Белки<br>гр | Жиры<br>гр | Углеводы<br>гр | Цена   |
|------------------------------|------------------------|------------------------------|-------------|------------|----------------|--------|
| Дата 09.01. 2025             |                        |                              |             |            |                |        |
| Рассольник со сметаной       | 200                    | 212,0                        | 3,1         | 4,3        | 14,1           | 21-54  |
| Котлета «Дружба» (минтай)    | 90                     | 171,0                        | 13,7        | 16,3       | 18,4           | 50-61  |
| Каша гречневая               | 160                    | 220,0                        | 7,7         | 6,6        | 23,1           | 15-53  |
| Напиток из морса ч/смородины | 200                    | 127,0                        | 0,2         | 0,0        | 32,8           | 10-48  |
| Хлеб пшеничн и ржано-пшеничн | 120                    | 94,0                         | 3,2         | 0,4        | 19,3           | 9-84   |
| Итого                        |                        | 824,5                        | 27,9        | 27,6       | 117,7          | 108-00 |
| Количество учащихся          |                        |                              |             |            |                |        |
| Директор                     |                        |                              |             |            |                |        |
| Повар-бригадир               |                        |                              |             |            |                |        |

|                                  |     |       |      |      |       |        |
|----------------------------------|-----|-------|------|------|-------|--------|
| Дата 10.01. 2025                 |     |       |      |      |       |        |
| Овощи свежие порцион Помидор     | 11  |       |      |      |       | 6-22   |
| Суп «Полевой»                    | 200 | 218,0 | 9,0  | 7,0  | 17,0  | 20-75  |
| Плов с птицей                    | 250 | 415,0 | 15,3 | 19,6 | 55,7  | 64-71  |
| Компот из апельсинов             | 200 | 96,0  | 0,1  | 0,0  | 25,2  | 6-48   |
| Хлеб пшеничный и ржано-пшеничный | 120 | 94,0  | 3,2  | 0,4  | 19,3  | 9-84   |
| Итого                            |     | 823,0 | 27,6 | 27,0 | 117,2 | 108-00 |
| Количество учащихся              |     |       |      |      |       |        |
| Директор                         |     |       |      |      |       |        |
| Повар-бригадир                   |     |       |      |      |       |        |

|                               |     |       |      |      |       |        |
|-------------------------------|-----|-------|------|------|-------|--------|
| Дата 13.01. 2025              |     |       |      |      |       |        |
| Овощи свежие порционно Огурец | 30  |       |      |      |       | 16-57  |
| Суп картофельный с бобовыми   | 200 | 167,0 | 4,5  | 5,9  | 11,8  | 10-42  |
| Печень «по-строгановски»      | 100 | 223,0 | 13,6 | 15,8 | 17,9  | 48-20  |
| Макаронные изделия отварные   | 150 | 200,5 | 5,5  | 5,0  | 34,9  | 13-75  |
| Компот из лимона              | 200 | 140,0 | 0,6  | 0,0  | 35,4  | 9-22   |
| Хлеб пшеничн и ржано-пшеничн  | 120 | 94,0  | 3,2  | 0,4  | 19,3  | 9-84   |
| Итого                         |     | 824,5 | 27,4 | 27,1 | 119,3 | 108-00 |
| Количество учащихся           |     |       |      |      |       |        |
| Директор                      |     |       |      |      |       |        |
| Повар-бригадир                |     |       |      |      |       |        |

|                                                 |     |       |      |      |       |        |
|-------------------------------------------------|-----|-------|------|------|-------|--------|
| Дата 14.01. 2025                                |     |       |      |      |       |        |
| Овощи свежие порционно Помидор                  | 40  |       |      |      |       | 22-58  |
| Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной | 200 | 168,0 | 2,4  | 4,6  | 14,1  | 14-73  |
| Тефтели (говядина)                              | 110 | 206,0 | 15,0 | 16,6 | 10,7  | 38-45  |
| Каша гречневая                                  | 150 | 220,0 | 7,7  | 6,6  | 43,1  | 14-81  |
| Компот из сухофруктов                           | 200 | 133,0 | 0,5  | 0,0  | 34,0  | 7-59   |
| Хлеб пшеничн и ржано-пшеничн                    | 120 | 94,0  | 3,2  | 0,4  | 19,3  | 9-84   |
| Итого                                           |     | 821,0 | 28,8 | 28,2 | 121,2 | 108-00 |

|                     |                      |                      |  |  |  |  |
|---------------------|----------------------|----------------------|--|--|--|--|
| Количество учащихся |                      |                      |  |  |  |  |
| Директор            | <i>О.В. Морозова</i> | <i>В.В. Ванюшкин</i> |  |  |  |  |
| Повар-бригадир      | <i>Н. Постовская</i> |                      |  |  |  |  |

|                                          |             |       |      |      |       |        |
|------------------------------------------|-------------|-------|------|------|-------|--------|
| Дата                                     | 15.01. 2025 |       |      |      |       |        |
| Суп картофельный с макаронными изделиями | 250         | 227,0 | 5,4  | 4,8  | 25,5  | 14-84  |
| Жаркое «по-домашнему» (курица)           | 250         | 388,7 | 19,7 | 22,5 | 41,3  | 71-63  |
| Кисель                                   | 200         | 119,0 | 0,0  | 0,0  | 30,6  | 11-69  |
| Хлеб пшеничн и ржано-пшеничн             | 120         | 94,0  | 3,2  | 0,4  | 19,3  | 9-84   |
| Итого                                    |             | 828,7 | 28,3 | 27,7 | 116,7 | 108-00 |

|                     |                      |                      |  |  |  |  |
|---------------------|----------------------|----------------------|--|--|--|--|
| Количество учащихся |                      |                      |  |  |  |  |
| Директор            | <i>О.В. Морозова</i> | <i>В.В. Ванюшкин</i> |  |  |  |  |
| Повар-бригадир      | <i>Н. Постовская</i> |                      |  |  |  |  |

|                                               |            |       |      |      |       |        |
|-----------------------------------------------|------------|-------|------|------|-------|--------|
| Дата                                          | 16.01.2025 |       |      |      |       |        |
| Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | 200        | 177,5 | 1,9  | 6,4  | 19,8  | 14-09  |
| Чахохбили                                     | 90         | 225,0 | 18,6 | 15,2 | 15,9  | 47-96  |
| Рис отварной рассыпчатый                      | 180        | 228,0 | 3,8  | 6,1  | 38,6  | 29-63  |
| Компот из апельсинов                          | 200        | 97,0  | 0,0  | 0,0  | 24,8  | 6-48   |
| Хлеб пшеничн и ржано-пшеничн                  | 120        | 94,0  | 3,2  | 0,4  | 19,3  | 9-84   |
| Итого                                         |            | 821,5 | 27,5 | 28,1 | 118,4 | 108-00 |

|                     |                      |                      |  |  |  |  |
|---------------------|----------------------|----------------------|--|--|--|--|
| Количество учащихся |                      |                      |  |  |  |  |
| Директор            | <i>О.В. Морозова</i> | <i>В.В. Ванюшкин</i> |  |  |  |  |
| Повар-бригадир      | <i>Н. Постовская</i> |                      |  |  |  |  |

|                              |             |       |      |      |       |        |
|------------------------------|-------------|-------|------|------|-------|--------|
| Дата                         | 17.01. 2025 |       |      |      |       |        |
| Суп ячневый                  | 200         | 228,0 | 9,0  | 7,0  | 17,0  | 11-12  |
| Биточек рыбный (минтай)      | 90          | 229,0 | 12,7 | 14,3 | 25,4  | 45-56  |
| Картофельное пюре            | 150         | 156,0 | 3,3  | 5,6  | 22,3  | 28-58  |
| Напиток из морса брусничного | 200         | 116,0 | 0,3  | 0,0  | 33,2  | 12-90  |
| Хлеб пшеничн и ржано-пшеничн | 120         | 94,0  | 3,2  | 0,4  | 19,3  | 9-84   |
| Итого                        |             | 823,0 | 28,5 | 27,3 | 117,2 | 108-00 |

|                     |                      |                      |  |  |  |  |
|---------------------|----------------------|----------------------|--|--|--|--|
| Количество учащихся |                      |                      |  |  |  |  |
| Директор            | <i>О.В. Морозова</i> | <i>В.В. Ванюшкин</i> |  |  |  |  |
| Повар-бригадир      | <i>Н. Постовская</i> |                      |  |  |  |  |