

ООО «Переменка»

Школа (лицей, гимназия) № 14

Меню с 11

по 15 ноября 2024 г.

Обучающихся 1-4 классов (завтрак)

из расчета 88-00 руб. на одного ребенка в день

Рацион	Выход гр, мл, шт	Энергет. ценность ккал	Белки гр	Жиры гр	Углеводы гр	Цена
Дата 11.11.2024						
Каша молочная манная с м/сл	200	268,0	12,2	5,8	42,4	25-78
Сыр порционнно	24	38,0	2,5	4,0	2,0	20-17
Масло сливочное	10	75,0	0,1	8,2	0,1	14-17
Какао	200	150,6	5,8	3,8	29,4	24-28
Батон	30	57,9	2,3	0,3	11,5	3-60
Итого		589,5	22,9	22,1	85,4	88-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 12.11.2024						
Овощи свежие порционнно Помидор	63					28-15
Тефтели (говядина)	110	266,0	13,0	15,6	20,7	38-22
Макаронные изделия отварные	150	200,5	5,5	5,0	34,9	13-27
Чай с сахаром, лимоном	200/7	58,0	0,2	0,0	15,0	6-20
Хлеб пшеничный	30	57,9	2,3	0,3	11,5	2-16
Итого		582,4	21,0	20,9	82,1	88-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 13.11.2024						
Овощи свежие порционнно Огурец	22					9-88
Жаркое «по-домашнему» (курица)	250	470,8	16,7	19,5	56,3	73-28
Чай с сахаром	200	58,0	0,2	0,0	15,0	2-68
Хлеб пшеничный	30	57,9	2,3	0,3	11,5	2-16
Итого		586,7	19,2	19,8	82,8	88-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 14.11.2024						
Сыр порционнно	23					19-30
Омлет натуральный	105	395,0	17,0	12,4	54,0	48-25
Масло сливочное	10	75,0	0,1	8,2	0,1	14-17
Чай с сахаром	200	58,0	0,2	0,0	15,0	2-68
Батон	30	57,9	2,3	0,3	11,5	3-60
Итого		585,9	19,6	20,9	80,6	88-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						

Дата	15.11.2024					
Каша молочная геркулесовая с м/с	200	289,0	16,2	12,8	42,4	25-87
Масло сливочное	10	75,0	0,1	8,2	0,1	14-17
Чай с сахаром, с лимоном	200/7	59,0	0,3	0,0	15,2	6-20
Батон	30	57,9	2,3	0,3	11,5	3-60
Яблоко запеченное	140	107,0	0,3	0,3	16,7	38-16
Итого		587,9	19,2	21,6	85,9	88-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						

ООО «Переменка»

Школа (лицей, гимназия) №

11

15

Меню с _____ по _____ ноября 2024 г.

Обучающихся 1-4 классов (обед)

из расчета 108-00 рублей на одного ребенка в день

Рацион	Выход гр, мл, шт	Энергет. ценность ккал	Белки гр	Жиры гр	Углеводы гр	Цена
--------	------------------------	------------------------------	-------------	------------	----------------	------

Дата 11.11. 2024						
Овощи свежие порционно Огурец	51					22-81
Суп картофельный с бобовыми	200	167,0	4,5	5,9	11,8	10-40
Печень «по-строгановски»	100	203,0	11,6	14,8	7,9	47-95
Каша гречневая	150	220,0	7,7	6,6	43,1	14-46
Компот из лимона	200	140,0	0,6	0,0	35,4	9-50
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничн	20/20	94,0	3,2	0,4	19,3	2-88
Итого		824,0	27,6	27,7	117,5	108-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 12.11. 2024						
Овощи свежие порционно Помидор	21					9-42
Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	168,0	2,4	4,6	14,1	13-74
Тефтели (говядина)	110	206,0	18,0	16,6	10,7	38-22
Рис с овощами (зеленый гор, кукуруза)	150	228,0	3,8	6,1	38,6	36-12
Компот из сухофруктов	200	133,0	0,5	0,0	34,0	7-62
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничн	20/20	94,0	3,2	0,4	19,3	2-88
Итого		829,0	27,9	27,7	116,7	108-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						

Дата 13.11. 2024						
Овощи свежие порционно Огурец	15					6-63
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	227,0	5,4	4,8	25,5	14-45
Жаркое «по-домашнему» (курица)	250	388,7	19,7	22,5	41,3	73-28
Кисель плодово-ягодный	200	119,0	0,0	0,0	30,6	10-76
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничн	20/20	94,0	3,2	0,4	19,3	2-88
Итого		828,7	28,3	27,7	116,7	108-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						

Дата	14.11.2024					
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	177,5	1,9	6,4	19,8	12-87
Поджарка из птицы	90	255,0	16,6	16,2	17,9	69-30
Макаронные изделия отварные	185	200,5	5,5	5,0	34,9	16-44
Компот из апельсинов	200	97,0	0,0	0,0	24,8	6-51
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничн	20/20	94,0	3,2	0,4	19,3	2-88
Итого		824,0	27,2	28,0	166,7	108-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата	15.11. 2024					
Овощи свежие порционно	26					11-47
Огурец						
Суп ячневый	200	228,0	9,0	7,0	17,0	11-49
Биточек рыбный (минтай)	90	229,0	12,7	14,3	25,4	40-19
Картофельное пюре	150	156,0	3,3	5,6	22,3	29-06
Напиток из морса брусничного	200	116,0	0,3	0,0	33,2	12-91
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничн	28/28	94,0	3,2	0,4	19,3	2-88
Итого		823,0	28,5	27,3	117,2	108-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						