

ООО «Переменка»



Директор *О.А. Соколов*
Школа (лицей, гимназия) № 07

Меню с _____ по _____ мая 2025 г.

обучающихся из многодетных семей, доход семьи которой ниже 1,5 величины прожиточного минимума (1 смена) из расчета 90-00 руб. на одного ребенка в день

Рацион	Выход гр, мл, шт	Энергет. ценность ккал	Белки гр	Жиры гр	Углеводы гр	Цена
Дата 05.05.2025						
Каша молочная рисовая с м/с	200	328,0	18,2	18,8	47,4	35-75
Чай с сахаром	200	58,0	0,2	0,0	15,0	3-37
Хлеб пшеничный	60	57,9	2,3	0,3	11,5	4-92
Фрукт Мандарин 1 шт	100	147,0	0,2	0,3	9,8	45-96
Итого		590,9	20,9	19,4	83,7	90-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 06.05. 2025						
Овощи свежие порционно	18					9-16
Огурец						
Фрикадельки (курица)	90	252,0	12,8	13,9	17,4	47-28
Рис отварной рассыпчатый	150	228,0	3,8	6,1	38,6	25-27
Чай с сахаром	200	58,0	0,2	0,0	15,0	3-37
Хлеб пшеничный	60	57,9	2,3	0,3	11,5	4-92
Итого		595,9	19,1	20,3	82,5	90-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 07.05.2025						
Запеканка из творога с морковью, со сгущенным молоком	150/20	422,0	17,0	19,2	44,9	79-19
Желе фруктовое (из сока)	70	50,0	1,0	0,0	12,0	7-36
Чай с сахаром	200	58,0	0,2	0,0	15,0	3-37
Хлеб пшеничный	60	57,9	2,3	0,3	11,5	4-92
Итого		587,9	20,5	19,5	83,4	90-00
Количество учащихся						
Директор						
Товар-бригадир						

ООО «Переменка»

Школа (лицей, гимназия) №

12 17
 Меню с _____ по _____ мая 2025 г.

Обучающихся из многодетных семей, доход семьи которой ниже 1,5 величины прожиточного минимума (1 смена) из расчета 90-00 руб. на одного ребенка в день

Рацион	Выход гр, мл, шт	Энергет. ценность ккал	Белки гр	Жиры гр	Углеводы гр	Цена
Дата 12.05.2025						
Макароны отварные с сыром	150/30	324,0	16,7	18,9	47,5	44-99
Чай с сахаром	200	58,0	0,2	0,0	15,0	3-37
Хлеб пшеничный	60	57,9	2,3	0,3	11,5	4-92
Фрукт Яблоко 1 шт	155	147,0	0,2	0,3	9,8	36-72
Итого		586,9	19,4	19,5	83,8	90-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 13.05.2025						
Каша молочная манная с м/са	200	359,0	14,2	7,8	54,4	26-72
Сыр порционн	22	38,0	2,5	4,0	2,0	22-59
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	3-37
Хлеб пшеничный	70	57,9	2,3	0,3	11,5	5-74
Корж молочный	30					16-50
Итого		587,9	19,3	20,3	83,0	90-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 14.05.2025						
Овощи свежие порционн Огурец	10					4-71
Картофель тушеный с курицей	250	469,8	17,7	19,5	56,3	77-00
Чай с сахаром	200	58,0	0,2	0,0	15,0	3-37
Хлеб пшеничный	60	57,9	2,3	0,3	11,5	4-92
Итого		585,7	20,2	19,8	82,8	90-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 15.05.2025						
Запеканка из творога с морковью, со сгущенным молоком	150/20	422,0	17,0	19,2	44,9	79-19
Желе фруктовое (из сока)	70	50,0	1,0	0,0	12,0	7-36
Чай с сахаром	200	58,0	0,2	0,0	15,0	3-37
Хлеб пшеничный	60	57,9	2,3	0,3	11,5	4-92
Итого		587,9	20,5	19,5	83,4	90-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						

Дата	16.05.2025					
Овощи свежие порционн Огурец	32					16-53
Плов с птицей	200	470,0	17,3	19,6	56,7	65-18
Чай с сахаром	200	58,0	0,2	0,0	15,0	3-37
Хлеб пшеничный	60	57,9	2,3	0,3	11,5	4-92
Итого		585,9	19,8	19,9	83,2	90-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						

Дата	17.05.2025					
Каша молочная кукурузная с м/сл	200	359,0	14,2	7,8	54,4	30-95
Сыр порционно	20	38,0	2,5	4,0	2,0	20-59
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	3-37
Хлеб пшеничный	70	57,9	2,3	0,3	11,5	5-74
Печенье песочное	20					14-27
Итого		587,9	19,3	20,3	83,0	90-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						

ООО «Переменка»

Школа (лицей, гимназия) №

19

24

Меню с _____ по _____ мая 2025 г.

обучающихся из многодетных семей, доход семьи которой ниже 1,5 величины прожиточного минимума (1 смена) из расчета 90-00 руб. на одного ребенка в день

Рацион	Выход гр, мл, шт	Энергет. ценность ккал	Белки гр	Жиры гр	Углеводы гр	Цена
Дата 19.05.2025						
Каша молочная пшенная с м/сл	200	359,0	14,2	7,8	54,4	29-44
Сыр порционно	22	38,0	2,5	4,0	2,0	22-59
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	3-37
Хлеб пшеничный	70	57,9	2,3	0,3	11,5	5-74
Корж песочный	20					13-78
Итого		587,9	19,3	20,3	83,0	90-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 20.05.2025						
Овощи свежие порционно Огурец	45					22-75
Тефтели (говядина)	110	266,0	13,0	15,6	22,7	44-64
Каша гречневая	150	220,0	7,7	6,6	33,1	14-32
Чай с сахаром, лимоном	200	58,0	0,2	0,0	15,0	3-37
Хлеб пшеничный	60	57,9	2,3	0,3	11,5	4-92
Итого		601,9	23,2	22,5	82,3	90-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 21.05.2025						
Жаркое «по-домашнему» (курица)	250	470,8	16,7	19,5	56,3	78-41
Чай с сахаром, лимоном	200/7	58,0	0,2	0,0	15,0	6-22
Хлеб пшеничный	65	57,9	2,3	0,3	11,5	5-37
Итого		586,7	19,2	19,8	82,8	90-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 22.05.2025						
Каша молочная манная с м/сл	200	359,0	14,2	7,8	54,4	26-72
Сыр порционно	33	38,0	2,5	4,0	2,0	34-24
Масло сливочное	11	75,0	0,1	8,2	0,1	17-08
Чай с сахаром, лимоном	200/7	58,0	0,2	0,0	15,0	6-22
Хлеб пшеничный	70	57,9	2,3	0,3	11,5	5-74
Итого		587,9	19,3	20,3	83,0	90-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						

Дата	23.05.2025					
Каша молочная геркулесовая м/с	200	289,0	16,2	12,8	40,4	27-96
Масло сливочное	11	75,0	0,1	8,2	0,1	17-08
Чай с сахаром	200	58,0	0,2	0,0	15,0	3-37
Хлеб пшеничный	60	57,9	2,3	0,3	11,5	4-92
Яблоко запеченное	130	107,0	0,3	0,3	16,7	36-67
Итого		586,9	19,1	21,6	83,7	90-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						

Дата	24.05.2025					
Каша молочная кукурузная с м/сл	200	359,0	14,2	7,8	54,4	30-95
Сыр порционнo	32	38,0	2,5	4,0	2,0	32-86
Масло сливочное	11	75,0	0,1	8,2	0,1	17-08
Чай с сахаром	200	58,0	0,2	0,0	15,0	3-37
Хлеб пшеничный	70	57,9	2,3	0,3	11,5	5-74
Итого		587,9	19,3	20,3	83,0	90-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						

ООО «Переменка»

Школа (лицей, гимназия) №

Меню с

по

мая 2025 г.

обучающихся из многодетных семей, доход семьи которой ниже 1,5 величины прожиточного минимума (2 смена) из расчета 110-00 рублей на одного ребенка в день

Рацион	Выход гр, мл шт	Энергет. ценность ккал	Белки гр	Жиры гр	Углеводы гр	Цена
Дата 05.05. 2025						
Овощи свежие Огурец	28					14-17
Суп картофельный с бобовыми	200	167,0	4,5	5,9	15,8	12-28
Шницель из курицы	90	222,0	11,4	15,1	13,7	48-05
Каша гречневая	150	220,0	7,7	6,6	43,1	14-32
Компот из изюма	200	120,0	0,6	0,0	25,4	11-34
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничн	120	94,0	3,2	0,4	19,3	9-84
Итого		823,0	27,4	28,0	117,3	110-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 06.05. 2025						
Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	168,0	2,4	4,6	14,1	16-09
Фрикадельки (курица)	90	202,0	17,8	15,9	12,4	47-80
Рис отварной рассыпчатый	160	228,0	3,8	6,1	38,6	27-05
Компот из лимона	200	135,0	0,5	0,0	34,0	9-22
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничн	120	94,0	3,2	0,4	19,3	9-84
Итого		827,0	27,7	27,0	118,4	110-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 07.05.2025						
Рассольник со сметаной (перловка)	200	172,0	3,1	4,3	14,1	25-21
Котлета «Здоровье» (курица)	90	229,0	15,9	17,9	18,9	50-12
Макаронные изделия отварные	180	200,5	5,5	5,0	34,9	17-24
Компот из сухофруктов	200	127,0	0,2	0,0	32,8	7-59
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничн	120	94,0	3,2	0,4	19,3	9-84
Итого		822,5	27,9	27,6	120,0	110-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						



ООО «Переменка»

Школа (лицей, гимназия) № 14

Меню с 12 по 17 мая 2025 г.

обучающихся из многодетных семей, доход семьи которой ниже 1,5 величины прожиточного минимума (2 смена) из расчета 110-00 рублей на одного ребенка в день

Рацион	Выход гр, мл шт	Энергет. ценность ккал	Белки гр	Жиры гр	Углеводы гр	Цена
Дата 12.05.2025						
Овощи свежие Огурец	27					13-85
Суп картофельный с бобовыми	200	187,0	4,5	5,9	15,8	12-28
Котлета куриная	90	229,0	14,4	16,1	18,7	48-05
Макаронные изделия отварные	150	200,5	5,5	5,0	34,9	14-29
Кисель плодово-ягодный	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		829,5	27,6	27,4	119,3	110-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						

Дата 13.05. 2025						
Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	168,0	2,4	4,6	14,1	16-97
Фишбол рыбный (минтай)	90	276,0	17,5	18,2	29,2	51-01
Картофельное пюре	150	156,0	3,3	5,6	22,3	34-61
Компот из апельсинов	200	133,0	0,5	0,0	34,0	6-12
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничн	120	94,0	3,2	0,4	19,3	9-84
Итого		827,0	26,9	28,8	118,9	110-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						

Дата 14.05.2025						
Суп с клецками	200	263,0	4,4	4,6	20,7	14-06
Картофель тушеный с курицей	250	325,8	20,7	19,5	46,3	77-00
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		822,8	28,9	24,5	121,7	110-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						

Дата 15.05. 2025						
Рассольник со сметаной (перловка)	200	212,0	3,1	4,3	14,1	25-21
Котлета «Дружба» (минтай)	90	171,0	13,7	16,3	18,4	49-11
Каша гречневая	150	220,0	7,7	6,6	23,1	14-32
Компот из изюма	200	127,0	0,2	0,0	32,8	11-34
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничн	120	94,0	3,2	0,4	19,3	9-84
Итого		824,0	27,9	27,6	117,7	110-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						

Дата	16.05. 2025						
Овощи свежие Огурец	27						13-75
Суп «Полевой»	200	218,0	9,0	7,0	17,0		13-64
Плов (курица)	250	415,0	15,3	19,6	55,7		65-18
Компот из сухофруктов	200	96,0	0,1	0,0	25,2		7-59
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		110-00
Количество учащихся							
Директор							
Повар-бригадир							

Дата	17.05. 2025						
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	227,0	5,4	4,8	25,5		14-03
Жаркое «по-домашнему» (курица)	250	388,7	19,7	22,5	41,3		78-41
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		110-00
Количество учащихся							
Директор							
Повар-бригадир							

ООО «Переменка»

Школа (лицей, гимназия) №

Меню с 19 по 24 мая 2025 г.

обучающихся из многодетных семей, доход семьи которой ниже 1,5 величины прожиточного минимума (2 смена) из расчета 110-00 рублей на одного ребенка в день

Рацион	Выход гр, мл, шт	Энергет. ценность ккал	Белки гр	Жиры гр	Углеводы гр	Цена
Дата 19.05. 2025						
Овощи свежие порцион Огурец	19					9-42
Суп картофельный с бобовыми	200	167,0	4,5	5,9	11,8	12-28
Печень «по-строгановски»	100	223,0	13,6	15,8	17,9	56-22
Макаронные изделия отварные	150	200,5	5,5	5,0	34,9	14-29
Компот из свежих яблок	200	140,0	0,6	0,0	35,4	7-95
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	110-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 20.05. 2025						
Овощи свежие порционн Огурец	33					16-64
Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	168,0	2,4	4,6	14,1	16-94
Тефтели (говядина)	110	206,0	15,0	16,6	10,7	44-64
Каша гречневая	150	220,0	7,7	6,6	43,1	14-32
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	110-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 21.05. 2025						
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	227,0	5,4	4,8	25,5	14-03
Жаркое «по-домашнему» (курица)	250	388,7	19,7	22,5	41,3	78-41
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	110-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 22.05.2025						
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	177,5	1,9	6,4	19,8	18-06
Чахохбили	90	225,0	18,6	15,2	15,9	47-75

Рис отварной рассыпчатый	150	228,0	3,8	6,1	38,6	25-26
Компот из лимона	200	97,0	0,0	0,0	24,8	9-22
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	110-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 23.05. 2025						
Суп ячневый	200	228,0	9,0	7,0	17,0	14-04
Биточек рыбный (минтай)	90	229,0	12,7	14,3	25,4	47-63
Картофельное пюре	150	156,0	3,3	5,6	22,3	34-61
Компот из апельсинов	200	116,0	0,3	0,0	33,2	6-48
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	110-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						

Дата 24.05. 2025						
Суп с клецками	200	173,0	4,4	6,6	20,7	14-06
Азу (курица)	250	425,0	20,3	19,6	45,7	85-02
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		825,0	28,4	26,6	109,7	110-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						