

ООО «Переменка»

Школа (лицей, гимназия) №

№ 10

27

31

Меню с _____ по _____ января 2025 г.

Обучающихся с ОВЗ 7-11 лет (обед+полдник, 2 смена)

из расчета 152-00 руб. на одного ребенка в день

Рацион	Выход гр, мл, шт	Энергет. ценность ккал	Белки гр	Жиры гр	Углеводы гр	Цена
Дата 27.01. 2025						
Обед						
Овощи свежие Помидор	25					13-80
Суп картофельный с бобовыми	200	187,0	4,5	5,9	15,8	10-42
Котлета куриная	90	229,0	14,4	16,1	18,7	48-50
Макаронные изделия отварные	150	200,5	5,5	5,0	34,9	13-75
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	108-00
Полдник						
Фруктовый нектар	200	116,0	0,3	0,0	19,2	20-16
Изделие кулинарное или кондитерское	50	171,0	4,0	4,2	29,1	23-84
Итого		287,0	4,3	4,2	48,3	44-00
Всего		1116,5	31,9	31,6	167,6	152-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 28.01 2025						
Обед						
Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	168,0	2,4	4,6	14,1	14-73
Фишбол рыбный (минтай)	90	276,0	17,5	18,2	29,2	47-26
Картофельное пюре	150	156,0	3,3	5,6	22,3	28-58
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		827,0	26,9	28,8	118,9	108-00
Полдник						
Фруктовый нектар	200	116,0	0,3	0,0	19,2	20-16
Изделие кулинарное или кондитерское	50	171,0	4,0	4,2	29,1	23-84
Итого		287,0	4,3	4,2	48,3	44-00
Всего		1114,0	31,2	33,0	167,2	152-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 29.01. 2025						
Обед						
Овощи свежие Помидор	20					11-02
Суп с клецками	200	263,0	4,4	4,6	20,7	11-40
Картофель тушеный с курицей	250	325,8	20,7	19,5	46,3	66-52
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	108-00

Полдник						
Фруктовый нектар	200	116,0	0,3	0,0	19,2	20-16
Изделие кулинарное или кондитерское	50	171,0	4,0	4,2	29,1	23-84
Итого		287,0	4,3	4,2	48,3	44-00
Всего		1109,8	33,2	28,7	170,0	152-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 30.01.2025						
Обед						
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	50-47
Каша гречневая	150	220,0	7,7	6,6	23,1	14-81
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	108-00
Полдник						
Фруктовый нектар	200	116,0	0,3	0,0	19,2	20-16
Изделие кулинарное или кондитерское	50	171,0	4,0	4,2	29,1	23-84
Итого		287,0	4,3	4,2	48,3	44-00
Всего		1111,0	32,2	31,8	166,0	152-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 31.01.2025						
Обед						
Овощи свежие Помидор	11					6-22
Суп «Полевой»	200	218,0	9,0	7,0	17,0	20-75
Плов (курица)	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
Полдник						
Фруктовый нектар	200	116,0	0,3	0,0	19,2	20-16
Изделие кондитерское или кулинарное	50	171,0	4,0	4,2	29,1	23-84
Итого		287,0	4,3	4,2	48,3	44-00
Всего		1110,0	32,1	31,5	175,3	152-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						

ООО «Переменка»

Школа (лицей, гимназия) №

27

31

Меню с _____ по _____ января 2025 г.
Обучающихся с ОВЗ 7-11 лет (завтрак+ обед, 1 смена)
из расчета 152-00 руб. на одного ребенка в день

Рацион	Выход гр, мл, шт	Энергет. ценность ккал	Белки гр	Жиры гр	Углеводы гр	Цена
Дата 27.01.2025						
Макароны отварные с сыром	150/30	324,0	16,7	18,9	47,5	44-72
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
Фрукт Яблоко 1 шт	155	147,0	0,2	0,3	9,8	35-70
Итого		586,9	19,4	19,5	83,8	88-00
Обед						
Котлета куриная	90	229,0	14,4	16,1	18,7	27-66
Каша гречневая	150	220,0	7,7	6,6	33,1	14-81
Кисель плодово-ягодный	200	119,0	0,0	0,0	30,6	11-69
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничный	120	94,0	3,2	0,4	19,3	9-84
Итого		662,0	25,3	23,1	101,7	64-00
Всего		1248,9	44,7	42,6	185,5	152-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 28.01.2025 Завтрак						
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	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
Итого		587,9	19,3	20,3	83,0	88-00
Обед						
Фишбол рыбный (минтай)	90	276,0	17,5	18,2	29,2	17-99
Картофельное пюре	150	156,0	3,3	5,6	22,3	28-58
Компот из сухофруктов	200	133,0	0,5	0,0	34,0	7-59
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничный	120	94,0	3,2	0,4	19,3	9-84
Итого		659,0	24,5	24,2	104,9	64-00
Всего		1246,7	43,8	44,5	187,9	152-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 29.01.2025 Завтрак						
Овощи свежие порционно Огурец	25					13-90
Картофель тушеный с курицей	250	469,8	17,7	19,5	56,3	66-52
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
Итого		585,7	20,2	19,8	82,8	88-00
Обед						
Котлета «Здоровье» (курица)	90	229,0	15,9	17,9	18,9	20-32

Рис отварной рассыпчатый	150	200,5	5,5	5,0	34,9	24-62
Компот из лимона	200	140,0	0,6	0,0	35,4	9-22
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничный	120	94,0	3,2	0,4	19,3	9-84
Итого		684,0	23,4	24,4	110,8	64-00
Всего		1269,7	43,6	44,2	193,6	152-00
Повар-бригадир <i>И. Иосифовская</i>						
<i>по директору О.А. Савотинской</i>						

Дата 30.01.2025

Завтрак

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
Итого		587,9	20,5	19,5	83,4	88-00

Обед

Котлета «Дружба» (минтай)	90	171,0	13,7	16,3	18,4	28-01
Каша гречневая	150	220,0	7,7	6,6	23,1	14-81
Компот из изюма	200	127,0	0,2	0,0	32,8	11-34
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничный	120	94,0	3,2	0,4	19,3	9-84
Итого		612,0	24,8	23,3	93,6	64-00
Всего		1199,9	45,3	42,8	177,0	152-00

Количество учащихся

Директор

Повар-бригадир

Дата 31.01.2025

Завтрак

Овощи свежие порционно	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
Итого		585,9	19,8	19,9	83,2	88-00

Обед

Зразы «Школьная» (курица)	90	242,0	12,8	12,9	17,4	32-56
Каша перловая с овощами	150	158,7	4,2	4,2	25,1	9-91
Кисель плодово-ягодный	200	133,0	0,5	0,0	34,0	11-69
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничный	120	94,0	3,2	0,4	19,3	9-84
Итого		627,7	20,7	17,5	95,8	64-00
Всего		1213,6	40,5	37,4	179,0	152-00

Количество учащихся

Директор

Повар-бригадир

ООО «Переменка»

27

31

Школа (лицей, гимназия) №

Меню с _____ по _____ января 2025 г.

на обеспечение питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья

из расчета 166,00 руб. на одного ребенка в день

(возрастная категория с 12 до 18 лет, 2 смена обед+полдник)

Рацион	Выход гр, мл, шт	Энергет. ценность ккал	Белки гр	Жиры гр	Углеводы гр	Цена
Дата 27.01.2025 Обед						
Овощи свежие Помидор	10					5-14
Суп картофельный с бобовыми	250	208,0	5,6	7,3	19,7	13-03
Котлета куриная	100	286,0	18,7	20,1	23,7	53-89
Макаронные изделия отварные	180	240,6	5,9	6,0	41,8	16-41
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		947,6	33,4	33,8	135,1	110-00
Полдник						
Изделие кондитерское или кулинарное	50	171,0	4,0	4,2	29,1	35-84
Итого		287,0	4,3	4,2		56-00
Всего		1234,6	37,7	38,0		166-00
Количество уч-ся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 28.01.2025 Обед						
Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	210,0	3,0	5,7		18-41
Фишбол рыбный (минтай)	100	332,0	17,5	21,2	11,2	39-88
Картофельное пюре	180	195,0	4,1	7,7	27,5	34-28
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		964,0	28,3	35,0	109,6	110-00
Полдник						
Фруктовый нектар	200	116,0	0,3	0,0	19,2	20-16
Изделие кондитерское или кулинарное	50	171,0	4,0	4,2	29,1	35-84
Итого		287,0	4,3	4,2		56-00
Всего		1251,0	32,6	39,2		166-00
Количество уч-ся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 29.01.2025 Обед						
Овощи свежие Помидор	18					16-41
Суп с клецками	250	328,0	5,5	5,7	25,8	14-26
Картофель тушеный с курицей	250	325,8	20,7	19,5	46,3	66-52
Компот из лимона	200	133,0	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		880,8	29,9	25,6	125,4	110-00
Полдник						
Фруктовый нектар	200	116,0	0,3	0,0	19,2	20-16

Изделие кондитерское или кулинарное	50	171,0	4,0	4,2	29,1	35-84
Итого		287,0	4,3	4,2	48,3	56-00
Всего		1167,8	34,2	29,8	169,6	166-00
Количество уч-ся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 30.01.2025						
Обед						
Рассольник со сметаной	250	265,0	3,8	5,3	41,1	21-54
Котлета «Дружба» (минтай)	100	171,0	13,7	16,3	18,4	52-47
Каша гречневая	180	264,0	9,2	7,6	43,1	14-81
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		921,0	30,1	29,6	130,7	110-00
Полдник						
Фруктовый нектар	200	116,0	0,3	0,0	19,2	20-16
Изделие кондитерское или кулинарное	50	171,0	4,0	4,2	29,1	35-84
Итого		287,0	4,3	4,2	48,3	56-00
Всего		1208,0	34,4	33,8	169,6	166-00
Количество уч-ся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 31.01.2025						
Обед						
Овощи свежие Помидор	6					3-03
Суп «Полевой»	250	285,0	11,0	9,0	23,0	25-94
Плов (курица)	250	415,0	15,5	17,0	55,5	64-71
Компот из апельсинов	200	133,0	0,5	0,0	34,0	6-48
Хлеб пшеничный и ржано-пшеничный	120	94,0	3,2	0,4	19,3	9-84
Итого		927,0	30,2	36,4	131,8	110-00
Полдник						
Фруктовый нектар	200	116,0	0,3	0,0	19,2	20-16
Изделие кондитерское или кулинарное	50	171,0	4,0	4,2	29,1	35-84
Итого		287,0	4,3	4,2	48,3	56-00
Всего		1214,0	34,5	30,6	180,7	166-00
Количество уч-ся						
Директор						
Повар-бригадир						

ООО «Переменка»

Школа (лицей, гимназия) №

Меню с 27 по 31 января 2025 г.

на обеспечение питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья

из расчета 166,00 руб. на одного ребенка в день

(возрастная категория с 12 до 18 лет, 1 смена завтрак+обед)

Рацион	Выход гр, мл, шт	Энергет. ценность ккал	Белки гр	Жиры гр	Углеводы гр	Цена
Дата 27.01.2025 Завтрак						
Макароны отварные с сыром	150/30	324,0	16,7	18,9	47,5	44-72
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
Фрукт Яблоко 1 шт	165	147,0	0,2	0,3	9,8	37-70
Итого		586,9	19,4	19,5	83,8	90-00
Обед						
Котлета куриная	100	286,0	18,7	20,1	23,7	36-61
Каша гречневая	180	264,0	9,2	7,6	43,1	17-86
Кисель плодово-ягодный	200	133,0	0,5	0,0	34,0	11-69
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничный	120	94,0	3,2	0,4	19,3	9-84
Итого		763,0	31,1	28,1	116,7	76-00
Всего		1349,0	50,5	47,6	200,5	166-00
Количество учащихся						
Директор школы						
Повар-бригадир						
Дата 28.01.2025 Завтрак						
Каша молочная манная с м/сл	250	359,0	14,2	7,8	54,4	58-31
Сыр порционно	28	38,0	2,5	4,0	2,0	28-21
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
Итого		587,9	19,3	20,3	83,0	90-00
Обед						
Фишбол рыбный (минтай)	100	247,0	15,5	17,0	5,5	24-29
Картофельное пюре	180	197,7	5,2	5,2	31,1	34-28
Компот из сухофруктов	200	133,0	0,5	0,0	34,0	7-59
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничный	120	94,0	3,2	0,4	19,3	9-84
Итого		671,7	24,4	22,6	89,9	76-00
Всего		1257,6	44,2	42,5	173,1	166-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 29.01.2025 Завтрак						
Овощи свежие порционно Огурец	28					
Картофель тушеный с курицей	250	469,8	17,7	19,5	56,3	66-52
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
Итого		585,7	20,2	19,8	82,8	90-00

Обед						
Котлета «Здоровье» (курица)	100	286,0	19,8	22,3	23,5	27-55
Рис отварной рассыпчатый	180	273,6	4,8	6,5	38,6	29-39
Компот из лимона	200	133,0	0,5	0,0	34,0	9-22
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничный	120	94,0	3,2	0,4	19,3	9-84
Итого		786,6	28,3	29,2	115,4	76-00
Всего		1372,3	48,5	49,0	198,2	166-00
Количество учащихся						
Директор	<i>Г.И. Перемонка</i>					
Повар-бригадир	<i>Г.И. Перемонка</i>					
Дата 30.01. 2025	Завтрак					
Запеканка из творога с морковью, со сгущенным молоком	50,20	422,0	17,0	19,2	14,9	76-25
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
Итого		587,9	20,5	19,5	83,4	90-00
Обед						
Котлета «Дружба» (минтай)	100	191,0	15,7	18,3	20,4	36-96
Каша гречневая	180	240,6	5,9	6,0	41,8	17-86
Компот из изюма	200	133,0	0,5	0,0	34,0	11-34
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничный	120	94,0	3,2	0,4	19,3	9-84
Итого		658,6	25,3	24,7	115,5	76-00
Всего		1246,5	45,8	44,2	98,9	166-00
Количество уч-ся						
Директор	<i>Г.И. Перемонка</i>					
Повар-бригадир	<i>Г.И. Перемонка</i>					
Дата 31.01. 2025	Завтрак					
Овощи свежие порционно Помидор	31					17-71
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
Итого		585,9	19,8	19,9	83,2	90-00
Обед						
Зразя «Школьная» (курица)	100	246,0	12,8	13,9	4,5	47-87
Каша перловая с овощами	180	273,6	4,8	6,5	38,6	11-81
Компот из апельсинов	200	133,0	0,5	0,0	34,0	6-48
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничный	120	94,0	3,2	0,4	19,3	9-84
Итого		671,7	24,4	22,6	89,9	76-00
Всего		1257,6	44,2	42,5	173,1	166-00
Количество уч-ся						
Директор	<i>Г.И. Перемонка</i>					
Повар-бригадир	<i>Г.И. Перемонка</i>					