

ООО «Переменка»

Школа (лицей, гимназия) № 14

Меню с 05 по 07 мая 2025 г.

Обучающихся с ОВЗ 7-11 лет (завтрак+ второй прием пищи, 1 смена)
из расчета 168,00 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 Завтрак						
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	43-96
Итого		590,9	20,9	19,4	83,7	88-00
Второй прием пищи						
Овощи свежие Огурец порционно	18					9-34
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
Чай с сахаром	200	58,0	0,2	0,0	15,0	3-37
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничный	60	94,0	3,2	0,4	19,3	4-92
Итого		594,0	25,5	22,1	91,1	80-00
Всего		1184,9	46,4	41,5	174,8	168-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						

Дата 06.05.2025 Завтрак						
Овощи свежие порционно Огурец	15					7-16
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	88-00
Второй прием пищи						
Овощи свежие порционно Огурец	18					8-93
Биточек рыбный с овощами (минтай)	100	288,7	19,7	22,5	41,3	44-56
Каша перловая	150	158,7	4,2	4,2	25,1	12-37
Компот из лимона	200	133,0	0,5	0,0	34,0	9-22
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничн	60	94,0	3,2	0,4	19,3	4-92
Итого		674,4	27,6	27,1	119,7	80-00
Всего		1270,3	46,7	47,4	202,2	168-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						

Дата 07.05.2025 Завтрак						
Запеканка из творога с морковью, со сгущенным молоком	150/20	422,0	17,0	19,2	44,9	79-19
Желе фруктовое (из сока)	170	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	88-00

Второй прием пищи						
Котлета «Здоровье» (курица)	90	229,0	15,9	17,9	18,9	50-12
Макаронные изделия отварные	150	200,5	5,5	5,0	34,9	14-29
Компот из сухофруктов	200	133,0	0,2	0,0	32,8	7-59
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничн	98	94,0	3,2	0,4	19,3	8-00
Итого		656,5	25,1	23,3	90,1	80-00
Всего		1244,4	45,6	42,8	173,5	168-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						

ООО «Переменка»

Школа (лицей, гимназия) № 14

12 16

Меню с _____ по _____ мая 2025 г.

Обучающихся с ОВЗ 7-11 лет (завтрак+ второй прием пищи, 1 смена)

из расчета 168-00 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						
Завтрак						
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	150	147,0	0,2	0,3	9,8	34-72
Итого		586,9	19,4	19,5	83,8	88-00
Второй прием пищи						
Овощи свежие Огурец порционно						
Котлета куриная	90	229,0	14,4	16,1	18,7	48-05
Каша гречневая	150	220,0	7,7	6,6	33,1	14-32
Кисель	200	119,0	0,0	0,0	30,6	11-69
Хлеб пшеничный и ржано-пшеничный	72	94,0	3,2	0,4	19,3	5-94
Итого		662,0	25,3	23,1	101,7	80-00
Всего		1248,9	44,7	42,6	185,5	168-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 13.05.2025						
Завтрак						
Каша молочная манная с м/сл	200	359,0	14,2	7,8	54,4	26-72
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
Корж молочный	30					16-50
Итого		587,9	19,3	20,3	83,0	88-00
Второй прием пищи						
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 сухофруктов	200	133,0	0,5	0,0	34,0	7-59
Хлеб пшеничный и ржано-пшеничный	60	94,0	3,2	0,4	19,3	4-92
Итого		659,0	24,5	24,2	104,9	80-00
Всего		1246,9	43,8	44,5	187,9	168-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 14.05.2025						
Завтрак						
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	93	57,9	2,3	0,3	11,5	7-63
Итого		585,7	20,2	19,8	82,8	88-00
Второй прием пищи						

Овощи свежие Огурец порционно	14					6-89
Котлета «Здоровье» (курица)	90	229,0	15,9	17,9	18,9	50-12
Рис отварной рассыпчатый	100	228,0	3,8	6,1	38,6	16-85
Компот из лимона	200	133,0	0,5	0,0	34,0	9-22
Хлеб пшеничный и ржано-пшеничный	60	94,0	3,2	0,4	19,3	4-92
Итого		684,0	23,4	24,4	110,8	88-00
Всего		1269,7	43,6	44,2	193,6	168-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						

Дата 15.05.2025						
Завтрак						
Запеканка из творога с морковью, со сгущенным молоком	150/20	422,0	17,0	19,2	44,9	62-38
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	88-00
Второй прием пищи						
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 пшеничный и ржано-пшеничный	64	94,0	3,2	0,4	19,3	5-23
Итого		612,0	24,8	23,3	93,6	80-00
Всего		1199,9	45,3	42,8	177,0	168-00
Директор						
Повар-бригадир						

Дата 16.05.2025						
Завтрак						
Овощи свежие порционно Огурец	28					14-53
Плов с птицей	250	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	88-00
Второй прием пищи						
Овощи свежие Огурец порционно	26					13-25
Зразы «Школьная» (курица)	90	242,0	12,8	12,9	17,4	44-95
Каша перловая с овощами	150	158,7	4,2	4,2	25,1	10-11
Компот из сухофруктов	200	133,0	0,5	0,0	34,0	7-59
Хлеб пшеничный и ржано-пшеничный	50	94,0	3,2	0,4	19,3	4-10
Итого		627,7	20,7	17,5	95,8	80-00
Всего		1213,6	40,5	37,4	179,0	168-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						

ООО «Переменка»



Директор

[Signature]

О.А. Савишнина

Школа (лицей, гимназия) № 14

19 23

Меню с _____ по _____ мая 2025 г.

Обучающихся с ОВЗ 7-11 лет (завтрак+ второй прием пищи, 1 смена)

из расчета 168-00 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						
Завтрак						
Каша молочная пшеничная с м/сл	200	359,0	14,2	7,8	54,4	29-44
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
Корж песочный	20					13-78
Итого		587,9	19,3	20,3	83,0	88-00
Второй прием пищи						
Сосиска отварная	100	223,0	13,6	15,8	17,9	52-64
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-пшеничный	62	94,0	3,2	0,4	19,3	5-12
Итого		657,5	22,9	21,2	107,5	80-00
Всего		1245,4	42,2	41,5	190,5	168-00
Повар-бригадир						
Директор						
Дата 20.05.2025						
Завтрак						
Овощи свежие порционно Огурец	40					20-75
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	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	88-00
Второй прием пищи						
Овощи свежие порционно Помидор	15					8-26
Голубцы «ленивые» (курица)	100	206,0	18,0	16,6	10,7	38-19
Рис отварной рассыпчатый	150	228,0	3,8	6,1	38,6	25-26
Чай с сахаром	200	58,0	0,2	0,0	15,0	3-37
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничный	60	94,0	3,2	0,4	19,3	4-92
Итого		586,0	25,2	23,1	83,6	80-00
Всего		1187,9	48,4	45,6	165,9	168-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 21.05.2025						
Завтрак						
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	60	57,9	2,3	0,3	11,5	4-92
Итого		586,7	19,2	19,8	82,8	88-00
Второй прием пищи						
Рыбные палочки (минтай)	90	288,7	19,7	22,5	41,3	61-95
Каша перловая	150	158,7	4,2	4,2	25,1	12-37
Кисель	200	119,0	0,0	0,0	30,6	11-69

Хлеб пшеничн и ржано-пшеничный	60	94,0	3,2	0,4	19,3	4-92
Итого		660,4	27,1	29,5	116,3	80-00
Всего		1247,1	46,3	49,3	199,1	168-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						

Дата 22.05.2025 Завтрак						
Каша молочная манная с м/с	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	10	75,0	0,1	8,2	0,1	15-08
Чай с сахаром и 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	88-00
Второй прием пищи						
Овощи свежие порционно Огурец	17					8-53
Говядина, тушеная с картофелем	200	370,0	18,6	15,2	15,9	57-33
Компот из лимона	200	58,0	0,2	0,0	15,0	9-22
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничный	60	94,0	3,2	0,4	19,3	4-92
Итого		522,0	22,0	15,6	50,2	80-00
Всего		1109,9	41,3	35,9	133,2	168-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						

Дата 23.05.2025 Завтрак						
Каша молочная геркулесовая с м/с	200	289,0	16,2	12,8	40,4	27-96
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	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	88-00
Второй прием пищи						
Биточек рыбный (минтай)	70	229,0	12,7	14,3	25,4	37-04
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	6-48
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничный	60	94,0	3,2	0,4	19,3	4-92
Итого		612,0	19,7	20,3	101,0	80-00
Всего		1198,9	38,8	41,6	184,7	168-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						

ООО «Переменка»

Школа (лицей, гимназия) № 14

Меню с _____ по _____ мая 2025 г.
 обучающихся с ОВЗ 7-11 лет (обед+полдник, 2 смена)
 из расчета 168-00 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						
Обед						
Овощи свежие Огурец	25					12-17
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	108-00
Полдник						
Фрукт	1 шт	147,0	0,2	0,3	9,8	60-00
Итого		147,0	0,2	0,3	9,8	60-00
Всего		970,0	27,6	28,3	127,1	168-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 06.05. 2025						
Обед						
Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	168,0	2,4	4,6	14,1	16-97
Фрикадельки (курица)	90	202,0	17,8	15,9	12,4	47-28
Рис отварной рассыпчатый	150	228,0	3,8	6,1	38,6	25-27
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	108-00
Полдник						
Фруктовый нектар	200	116,0	0,3	0,0	19,2	21-77
Фрукт	1 шт	147,0	0,2	0,3	9,8	38-23
Итого		263,0	0,5	0,3	29,0	60-00
Всего		1090,0	28,2	27,3	147,4	168-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 07.05. 2025						
Обед						
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	150	200,5	5,5	5,0	34,9	14-29
Компот из сухофруктов	200	127,0	0,2	0,0	32,8	7-59
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничн	130	94,0	3,2	0,4	19,3	10-79
Итого		822,5	27,9	27,6	120,0	108-00

Полдник						
Фруктовый нектар	200	116,0	0,3	0,0	19,2	21-77
Изделие кондитерское или кулинарное	75	171,0	4,0	4,2	29,1	38-23
Итого		287,0	4,3	4,2	48,3	60-00
Всего		1109,5	32,2	31,8	168,3	168-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						



ООО «Переменка»

Школа (лицей, гимназия) №

16

Меню с _____ по _____ мая 2025 г.

Обучающихся с ОБЗ 7-11 лет (обед+полдник, 2 смена)
из расчета 168-00 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						
Обед						
Овощи свежие Огурец	23					11-85
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	108-00
Полдник						
Фруктовый нектар	200	116,0	0,3	0,0	19,2	21-77
Фрукт Яблоко 100 гр	1 шт	147,0	0,2	0,3	9,8	24-00
Изделие кондитерское или кулинарное	50	171,0	4,0	4,2	29,1	14-23
Итого		434,0	4,5	4,5	58,1	60-00
Всего		1263,5	32,1	31,9	177,4	168-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 13.05. 2025						
Обед						
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 пшеничный и ржано-пшеничный	120	94,0	3,2	0,4	19,3	9-84
Итого		827,0	26,9	28,8	118,9	108-00
Полдник						
Фрукт Банан	1 шт	147,0	0,2	0,3	9,8	60-00
Итого		147,0	0,2	0,3	9,8	60-00
Всего		974,0	27,1	29,2	128,7	168-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 14.05. 2025						
Обед						
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	108-00
Полдник						

Фруктовый нектар	200	116,0	0,3	0,0	19,2	21-77
Фрукт Мандарин 100 гр	1 шт	147,0	0,2	0,3	9,8	38-23
Итого		263,0	0,5	0,3	29,0	60-00
Всего		969,8	29,4	24,8	150,7	168-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 15.05.2025						
Обед						
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	107,7	108-00
Полдник						
Фруктовый нектар	200	116,0	0,3	0,0	19,2	21-77
Изделие кондитерское или кулинарное	75	171,0	4,0	4,2	29,1	38-23
Итого		287,0	4,3	4,2	48,3	60-00
Всего		1111,0	32,2	31,8	1586,0	168-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						

Дата 16.05.2025	Обед					
Овощи свежие Огурец	23					11-75
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	108-00
Полдник						
Фруктовый нектар	200	116,0	0,3	0,0	19,2	21-77
Фрукт Яблоко 100 гр	1 шт	147,0	0,2	0,3	9,8	24-00
Изделие кондитерское или кулинарное	50	171,0	4,0	4,2	29,1	14-23
Итого		434,0	4,5	4,5	58,1	60-00
Всего		1257,0	32,1	31,5	175,3	168-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						

ООО «Переменка»

Директор

О.А. Соколов

О.А. Соколов

Школа (лицей, гимназия) № 14

19

23

Меню с _____ по _____ мая 2025 г.

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

из расчета 168-00 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						
Обед						
Овощи свежие порцион Огурец	15					7-42
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	108-00
Полдник						
Фруктовый нектар	200	116,0	0,3	0,0	19,2	21-77
Изделие кондитерское или кулинарное	50	171,0	4,0	4,2	29,1	38-23
Итого		287,0	4,3	4,2	48,3	60-00
Всего		1111,5	31,7	31,3	167,6	168-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 20.05. 2025						
Обед						
Овощи свежие порционн Огурец	30					14-64
Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	168,0	2,4	4,6	14,1	16-97
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	108-00
Полдник						
Фрукт Банан	1 шт	147,0	0,2	0,3	9,8	60-00
Итого		147,0	0,2	0,3	8,8	60-00
Всего		968,0	29,0	28,5	131,0	168-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 21.05. 2025						
Обед						
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	108-00

Полдник						
Фруктовый нектар	200	116,0	0,3	0,0	19,2	21-77
Фрукт Мандарин 100 гр	1 шт	147,0	0,2	0,3	9,8	38-23
Итого		263,0	0,5	0,3	29,0	60-00
Всего		1091,7	28,8	28,0	145,7	168-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 22.05. 2025						
Обед						
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	108-00
Полдник						
Фруктовый нектар	200	116,0	0,3	0,0	19,2	21-77
Изделие кондитерское или кулинарное	75	171,0	4,0	4,2	29,1	38-23
Итого		287,0	4,3	4,2	48,3	60-00
Всего		1108,5	31,8	32,3	166,7	168-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 23.05. 2025						
Обед						
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	108-00
Полдник						
Фруктовый нектар	200	116,0	0,3	0,0	19,2	21-77
Фрукт Яблоко 100 гр	1 шт	147,0	0,2	0,3	9,8	24-00
Изделие кондитерское или кулинарное	50	171,0	4,0	4,2	29,1	14-23
Итого		287,0	4,3	4,2	48,3	60-00
Всего		1110,0	32,8	31,5	165,5	168-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						

ООО «Переменка»

Школа (лицей, гимназия) №

05 07

Меню по мая 2025 г.

на обеспечение питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья
из расчета 184,00 руб. на одного ребенка в день
(возрастная категория старше 12 лет, 1 смена завтрак+второй прием пищи)

Рацион	Выход гр, мл, шт	Энергет. ценность ккал	Белки гр	Жиры гр	Углеводы гр	Цена
Дата 05.05. 2025						
Завтрак						
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	47-96
Итого		590,9	20,9	19,4	83,7	90-00
Второй прием пищи						
Овощи свежие Огурец порционн	25					12-42
Шницель из курицы	90	222,0	11,4	15,1	13,7	48-05
Каша гречневая	180	220,0	7,7	6,6	43,1	17-27
Компот из изюма	200	58,0	0,2	0,0	15,0	11-34
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничн	60	94,0	3,2	0,4	19,3	4-92
Итого		594,0	25,5	22,1	91,1	94-00
Всего		1184,9	46,4	41,5	174,8	184-00
Количество учащихся						
Директор школы						
Повар-бригадир						
Дата 06.05. 2025						
Обед						
Овощи свежие Огурец порционн	8					3-88
Фрикадельки (курица)	100	252,0	12,8	13,9	17,4	52-56
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
Второй прием пищи						
Овощи свежие Огурец порционн	40					20-46
Биточек рыбный с овощами (минтай)	100	288,7	19,7	22,5	41,3	44-56
Каша перловая	180	158,7	4,2	4,2	25,1	14-84
Компот из лимона	200	133,0	0,5	0,0	34,0	9-22
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничн	60	94,0	3,2	0,4	19,3	4-92
Итого		674,4	27,6	27,1	119,7	94-00
Всего		1270,3	46,7	47,4	202,2	184-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						

Дата 07.05, 2025						
Завтрак						
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
Второй прием пищи						
Овощи свежие Огурец порционн	28					14-32
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	17-05
Компот из сухофруктов	200	133,0	0,2	0,0	32,8	7-59
Хлеб пшеничный	60	57,9	2,3	0,3	11,5	4-92
Итого		656,5	25,1	23,3	90,1	94-00
Всего		1244,4	45,6	42,8	173,5	184-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						

ООО «Переменка»

Школа (лицей, гимназия) № 14

Меню с 12 по 17 мая 2025 г.

на обеспечение питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья
из расчета 184,00 руб. на одного ребенка в день

(возрастная категория старше 12 лет, 1 смена завтрак + второй прием пищи)

Рацион	Выход гр, мм, шт	Энергет. ценность ккал	Белки гр	Жиры гр	Углеводы гр	Цена
Дата 12.05.2025						
Завтрак						
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	160	147,0	0,2	0,3	9,8	38-72
Итого		586,9	19,4	19,5	83,8	90-00
Второй прием пищи						
Овощи свежие огурец порционно	13					6-72
Котлета куриная	100	229,0	14,4	16,1	18,7	53-40
Каша гречневая	180	220,0	7,7	6,6	33,1	17-27
Кисель плодово-ягодный	200	119,0	0,0	0,0	30,6	11-69
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничн	60	94,0	3,2	0,4	19,3	4-92
Итого		662,0	25,3	23,1	101,7	94-00
Всего		1248,9	44,7	42,6	185,5	184-00
Количество учащихся						
Директор школы						
Повар-бригадир						
Дата 13.05.2025						
Завтрак						
Каша молочная манная с м/сл	200	359,0	14,2	7,8	54,4	26-72
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 молочный	30					16-50
Итого		587,9	19,3	20,3	83,0	90-00
Второй прием пищи						
Овощи свежие порцион Огурец	7					3-50
Фишбол рыбный (минтай)	60/30	276,0	17,5	18,2	29,2	37-95
Картофельное пюре	180	156,0	3,3	5,6	22,3	41-51
Компот из апельсинов	200	133,0	0,5	0,0	34,0	6-12
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничн	60	94,0	3,2	0,4	19,3	4-92
Итого		659,0	24,5	24,2	104,9	94-00
Всего		1246,9	43,8	44,5	187,9	184-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 14.05.2025						
Завтрак						
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
Второй прием пищи						
Котлета «Здоровье» (курица)	90	229,0	15,9	17,9	18,9	50-12
Рис отварной рассыпчатый	180	228,0	3,8	6,1	38,6	30-16
Компот из лимона	200	133,0	0,5	0,0	34,0	9-22
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничн	60	94,0	3,2	0,4	19,3	4-92
Итого		684,0	23,4	24,4	110,8	94-00
Всего		1269,7	43,6	44,2	193,6	184-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 15.05. 2025 Завтрак						
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
Второй прием пищи						
Овощи свежие порционн Огурец	22					11-36
Котлета «Дружба» (минтай)	90	171,0	13,7	16,3	18,4	49-11
Каша гречневая	180	220,0	7,7	6,6	23,1	17-27
Компот из изюма	200	127,0	0,2	0,0	32,8	11-34
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничн	60	94,0	3,2	0,4	19,3	4-92
Итого		612,0	24,8	23,3	93,6	94-00
Всего		1199,9	45,3	42,8	177,0	184-00
Количество уч-ся						
Директор						
Повар-бригадир						

Дата 16.05. 2025 Завтрак						
Овощи свежие порционн Огурец	32					16-53
Плов с птицей	250	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
Второй прием пищи						
Овощи свежие порционн Огурец	42					21-41
Зраза «Школьная» (курица)	90/30	242,0	12,8	12,9	17,4	48-03
Каша перловая с овощами	180	158,7	4,2	4,2	25,1	12-05
Компот из сухофруктов	200	133,0	0,5	0,0	34,0	7-59
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничн	60	94,0	3,2	0,4	19,3	4-92
Итого		627,7	20,7	17,5	95,8	94-00
Всего		1213,6	40,5	37,4	179,0	184-00
Количество уч-ся						
Директор						
Повар-бригадир						

Дата 17.05. 2025						
Завтрак						
Каша молочн кукурузная с м/сл	200	359,0	14,2	7,8	54,4	30-95
Сыр порционн	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
Второй прием пищи						
Овощи свежие порцион Огурец	20					10-17
Сосиска отварная	100	223,0	13,6	15,8	17,9	52-64
Макаронные изделия отварные	180	200,5	5,5	5,0	34,9	17-05
Компст из лимона	200	140,0	0,6	0,0	35,4	9-22
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничн	60	94,0	3,2	0,4	19,3	4-92
Итого		657,5	22,9	21,2	107,5	94-00
Всего		1245,4	42,2	41,5	190,5	184-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						

ООО «Переменка»

Школа (лицей, гимназия) №

19

24

Меню с _____ по _____ мая 2025 г.

на обеспечение питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья
из расчета 184,00 руб. на одного ребенка в день
(возрастная категория старше 12 лет, 1 смена завтрак+второй прием пищи)

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

Дата	19.05.	2025				
Завтрак						
Каша молочная пшеничная с м/сл	200	359,0	14,2	7,8	54,4	29-44
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
Изделие кондитерское	50					13-78
Итого		587,9	19,3	20,3	83,0	90-00
Второй прием пищи						
Овощи свежие Огурец порционн	23					11-44
Сосиска отварная	100	223,0	13,6	15,8	17,9	52-64
Макаронные изделия отварные	180	200,5	5,5	5,0	34,9	17-05
Компот из свежих яблок	200	140,0	0,6	0,0	35,4	7-95
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничн	60	94,0	3,2	0,4	19,3	4-92
Итого		657,5	22,9	21,2	107,5	94-00
Всего		1245,4	42,2	41,5	190,5	184-00
Количество уч-ся						
Директор						
Повар-бригадир						

Дата	20.05.	2025	Завтрак			
Овощи свежие порционн 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	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
Второй прием пищи						
Овощи свежие Огурец порционн	34					17-36
Голубцы «ленивые» (курица)	100	206,0	18,0	16,6	10,7	38-19
Рис отварной рассыпчатый	180	228,6	3,8	6,1	38,6	30-16
Чай с сахаром	200	58,0	0,2	0,0	15,0	3-37
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничн	60	94,0	3,2	0,4	19,3	4-92
Итого		586,0	25,2	23,1	83,6	94-00
Всего		1187,9	48,4	45,6	165,9	184-00
Количество уч-ся						
Директор						
Повар-бригадир						

Дата 21.05.2025 Завтрак						
Жаркое «по-домашнему» (курица)	250	470,8	16,7	19,5	56,3	78-47
Чай с сахаром, с 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
Второй прием пищи						
Рыбные палочки (минтай)	90	288,7	19,7	22,5	41,3	61-95
Каша перловая	180	158,7	4,2	7,6	43,1	14-84
Кисель плодово-ягодный	200	119,0	0,0	0,0	30,6	11-69
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничн	67	94,0	3,2	0,4	19,3	5-52
Итого		660,4	27,1	29,5	116,3	94-00
Всего		1247,1	46,3	49,3	199,1	184-00
Количество уч-ся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 22.05.2025 Завтрак						
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
Второй прием пищи						
Овощи свежие Огурец порционн	35					17-80
Говядина, тушеная с картофелем	250	370,0	18,6	15,2	15,9	67-91
Чай с сахаром	200	58,0	0,2	0,0	15,0	3-37
Хлеб пшенич и ржано-пшеничн	60	94,0	3,2	0,4	19,3	4-92
Итого		522,0	22,0	15,6	50,2	94-00
Всего		1109,9	41,3	35,9	133,2	184-00
Количество уч-ся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 23.05.2025 Завтрак						
Каша молочная геркулесовая с 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
Второй прием пищи						
Биточек рыбный (минтай)	90	229,0	12,7	14,3	25,4	47-63
Картофельное пюре	180	156,0	3,3	5,6	22,3	41-51
Компот из апельсинов	200	133,0	0,5	0,0	34,0	6-48
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничн	60	94,0	3,2	0,4	19,3	4-92
Итого		612,0	19,7	20,3	101,0	94-00
Всего		1198,9	38,8	41,6	184,7	184-00
Количество уч-ся						
Директор						
Повар-бригадир						

Дата 24.05.2025						
Завтрак						
Каша молочная кукурузная с м/сл	200	359,0	14,2	7,8	54,4	30-95
Сыр порционн	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
Второй прием пищи						
Овощи свежие Огурец порционн	23					11-80
Сосиска отварная	100	223,0	13,6	15,8	17,9	52-64
Макаронные изделия отварные	180	200,5	5,5	5,0	34,9	17-05
Компот из сухофруктов	200	140,0	0,6	0,0	35,4	7-59
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничн	60	94,0	3,2	0,4	19,3	4-92
Итого		657,5	22,9	21,2	107,5	94-00
Всего		1245,4	42,2	41,5	190,5	184-00
Количество уч-ся						
Директор						
Повар-бригадир						

ООО «Переменка»

Школа (лицей, гимназия) №

05

07

Меню с _____ по _____ мая 2025 г.

на обеспечение питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья
из расчета 184,00 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 05.05.2025 Обед						
Огурец свежий порционно	6					2-81
Суп картофельный с бобовыми	250	208,0	5,6	7,3	19,7	15-34
Шницель из курицы	100	270,0	18,0	18,1	17,0	53-40
Каша гречневая	180	264,0	9,2	7,6	43,1	17-27
Компот из изюма	200	133,0	0,5	0,0	34,0	11-34
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничн	120	94,0	3,2	0,4	19,3	9-84
Итого		969,0	36,5	33,4	133,1	110-00
Полдник						
Фруктовый нектар	200	116,0	0,3	0,0	19,2	21-77
Изделие кондитерское или кулинарное	75	171,0	4,0	4,2	29,1	52-23
Итого		287,0	4,3	4,2	48,3	74-00
Всего		1256,0	40,8	37,6	172,0	184-00
Количество уч-ся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 06.05.2025 Обед						
Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	210,0	3,0	5,7	17,6	21-20
Фрикадельки (курица)	100	290,0	15,5	20,7	15,5	52-56
Рис отварной рассыпчатый	180	273,6	4,8	6,5	38,6	30-16
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		1000,6	27,0	33,3	125,0	110-00
Полдник						
Фруктовый нектар	200	116,0	0,3	0,0	19,2	21-77
Фрукт Яблоко 100 гр	1 шт	147,0	0,2	0,3	9,8	24-00
Изделие кондитерское или кулинарное	50	171,0	4,0	4,2	29,1	28-23
Итого		434,0	4,5	4,5	58,1	74-00
Всего		1434,6	31,5	37,8	183,1	184-00
Количество уч-ся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 07.05.2025 Обед						
Рассольник со сметаной (перловка)	250	265,0	3,8	5,3	17,1	31-51
Котлета «Здоровье» (курица)	100	286,0	19,8	22,3	23,5	55-68
Макаронные изделия отварные	180	240,6	5,9	6,0	41,8	17-05
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		1018,6	33,2	34,0	135,7	110-00

Полдник						
Фруктовый нектар	200	116,0	0,3	0,0	19,2	21-77
Фрукт Яблоко 100 гр	1 шт	147,0	0,2	0,3	9,8	24-00
Изделие кондитерское или кулинарное	50	171,0	4,0	4,2	29,1	28-23
Итого		434,0	4,5	4,5	58,1	74-00
Всего		1305,6	37,5	38,2	174,6	184-00
Количество уч-ся						
Директор						
Повар-бригадир						

ООО «Переменка»

Школа (лицей, гимназия) № 14



19 24

Меню с _____ по _____ мая 2025 г.

на обеспечение питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья
из расчета 184,00 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 19.05.2025 Обед						
Овощи свежие Огурец порционн	7					3-60
Суп картофельный с бобовыми	250	208,0	5,6	7,3	19,7	15-34
Печень «по-строгановски»	100	203,0	11,6	14,8	7,9	56-22
Макаронные изделия отварные	180	240,6	5,9	6,0	41,8	17-05
Компот из свежих яблок	200	133,0	0,5	0,0	34,0	7-95
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничн	120	94,0	3,2	0,4	19,3	9-84
Итого		878,6	26,5	28,5	122,7	110-00
Полдник						
Фруктовый нектар	200	116,0	0,3	0,0	19,2	21-77
Фрукт Яблоко 100 гр	1 шт	147,0	0,2	0,3	9,8	24-00
Изделие кондитерское или кулинарное	50	171,0	4,0	4,2	29,1	28-23
Итого		434,0	4,5	4,5	58,1	74-00
Всего		1310,9	31,0	33,0	180,0	184-00
Количество уч-ся						
Директор						
Повар-бригадир						

Дата 20.05.2025 Обед						
Овощи свежие Огурец порционн	20					9-46
Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	210,0	3,0	5,7	17,6	21-20
Тефтели (говядина)	110	206,0	18,0	16,6	10,7	44-64
Каша гречневая	180	264,0	9,2	7,6	43,1	17-27
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		907,0	33,9	30,3	124,7	110-00
Полдник						
Фрукт Мандарин 100 гр	1 шт	147,0	0,2	0,3	9,8	48-00
Изделие кондитерское или кулинарное	50	171,0	4,0	4,2	29,1	26-00
Итого		287,0	4,3	4,2	48,3	74-00
Всего		1280,0	38,9	39,1	174,4	184-00
Количество уч-ся						
Директор						
Повар-бригадир						

Дата	21.05.2025					
Обед						
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	257,0	6,4	5,8	25,5	17-54
Жаркое «по-домашнему» (курица)	250	388,7	19,7	22,5	41,3	78-41
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		858,7	29,3	28,7	116,7	110-00
Полдник						
Фруктовый нектар	200	116,0	0,3	0,0	19,2	21-77
Фрукт Яблоко 100 гр	1 шт	147,0	0,2	0,3	9,8	24-00
Изделие кондитерское или кулинарное	50	171,0	4,0	4,2	29,1	28-23
Итого		434,0	4,5	4,5	58,1	74-00
Всего		1292,7	33,8	33,2	174,8	184-00
Количество уч-ся						
Директор						
Повар-бригадир						

Дата	22.05.2025	Обед				
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	220,5	1,9	6,4	19,8	22-84
Чахохбили	100	245,0	20,6	16,2	16,9	53-05
Рис отварной рассыпчатый	180	273,6	4,8	6,5	38,6	30-16
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		966,1	31,0	29,5	128,6	110-00
Полдник						
Фруктовый нектар	200	116,0	0,3	0,0	19,2	21-77
Фрукт Яблоко 100 гр	1 шт	147,0	0,2	0,3	9,8	24-00
Изделие кондитерское или кулинарное	50	171,0	4,0	4,2	29,1	28-23
Итого		434,0	4,5	4,5	58,1	74-00
Всего		1253,1	35,3	33,7	167,5	184-00
Количество уч-ся						
Директор						
Повар-бригадир						

Дата	23.05.2025					
Обед						
Суп ячневый	250	285,0	11,0	9,0	23,0	17-55
Биточек рыбный (минтай)	100	286,0	15,8	17,8	31,7	52-92
Картофельное пюре	180	195,0	4,1	7,7	27,5	41-51
Компот из апельсинов	200	133,0	0,5	0,0	34,0	6-48
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничн	120	94,0	3,2	0,4	19,3	9-84
Итого		993,0	34,6	34,9	135,5	110-00
Полдник						
Фруктовый нектар	200	116,0	0,3	0,0	19,2	21-77
Изделие кондитерское или кулинарное	50	171,0	4,0	4,2	29,1	34-23
Итого		287,0	4,3	4,2	48,3	74-00

Всего		1280,0	38,9	39,1	174,4	184-00
Количество уч-ся						
Директор						
Дата	24.05.2025					
Обед						
Суп с клецками	250	328,0	5,5	5,7	25,8	17-57
Азу (курица)	250	470,0	17,3	19,6	56,7	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		1025,0	26,5	25,7	135,8	110-00
Полдник						
Фруктовый нектар	200	116,0	0,3	0,0	19,2	21-77
Фрукт Яблоко 100 гр	1 шт	147,0	0,2	0,3	9,8	24-00
Изделие кондитерское или кулинарное	50	171,0	4,0	4,2	29,1	28-23
Итого		434,0	4,5	4,5	58,1	74-00
Всего		1312,0	30,8	29,9	174,7	184-00
Количество уч-ся						
Директор						
Повар-бригадир						

ООО «Переменка»

Школа (лицей, гимназия) №

17

Меню с _____ по _____ мая 2025 г.

на обеспечение питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья
из расчета 184,00 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 12.05.2025						
Обед						
Овощи свежие Огурец	6					2-68
Суп картофельный с бобовыми	250	208,0	5,6	7,3	19,7	15-34
Котлета куриная	100	286,0	18,7	20,1	23,7	53-40
Макаронные изделия отварные	180	240,6	5,9	6,0	41,8	17-05
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						
Фруктовый нектар	200	116,0	0,3	0,0	19,2	21-77
Изделие кондитерское или кулинарное	75	171,0	4,0	4,2	29,1	52-23
Итого		287,0	4,3	4,2	48,3	74-00
Всего		1234,6	37,7	38,0	174,0	184-00
Количество уч-ся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 13.05.2025 Обед						
Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	210,0	3,0	5,7	17,6	20-11
Фишбол рыбный (минтай)	100	332,0	17,5	21,2	11,2	57-93
Картофельное пюре	180	195,0	4,1	7,7	27,5	41-21
Компот из апельсинов	200	133,0	0,5	0,0	34,0	6-48
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	21-77
Фрукт Яблоко 100 гр	1 шт	147,0	0,2	0,3	9,8	24-00
Изделие кондитерское или кулинарное	50	171,0	4,0	4,2	29,1	28-23
Итого		434,0	4,5	4,5	58,1	74-00
Всего		1398,0	32,8	39,5	167,7	184-00
Количество уч-ся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 14.05.2025 Обед						
Суп с клецками	250	328,0	5,5	5,7	25,8	17-57
Картофель, тушеный с курицей	250	325,8	20,7	19,5	46,3	77-00
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	21-77
Фрукт Яблоко 100 гр	1 шт	147,0	0,2	0,3	9,8	24-00
Изделие кондитерское или кулинарное	50	171,0	4,0	4,2	29,1	28-23
Итого		434,0	4,5	4,5	58,1	74-00
Всего		1314,8	34,4	30,1	183,5	184-00
Количество уч-ся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 15.05.2025						
Обед						
Рассольник со сметаной (перловка)	250	265,0	3,8	5,3	14,1	31-51
Котлета «Дружба» (минтай)	100	171,0	13,7	16,3	18,4	54-57
Каша гречневая	180	264,0	9,2	7,6	43,1	17-27
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						
Фрукт Мандарин 100 гр	1 шт	147,0	0,2	0,3	9,8	48-00
Изделие кондитерское или кулинарное	50	171,0	4,0	4,2	29,1	26-00
Итого		318,0	4,2	4,5	38,5	74-00
Всего		1239,0	34,3	34,1	169,6	184-00
Количество уч-ся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 16.05.2025						
Обед						
Огурец свежий порционно	20					10-34
Суп «Полевой»	250	285,0	11,0	9,0	23,0	17-05
Плов с птицей	250	415,0	15,5	17,0	55,5	65-18
Компот из сухофруктов	200	133,0	0,5	0,0	34,0	7-59
Хлеб пшеничн и ржано-пшенич	120	94,0	3,2	0,4	19,3	9-84
Итого		927,0	30,2	26,4	131,8	110-00
Полдник						
Фруктовый нектар	200	116,0	0,3	0,0	19,2	21-77
Изделие кондитерское или кулинарное	75	171,0	4,0	4,2	29,1	52-23
Итого		287,0	4,3	4,2	48,3	74-00
Всего		1214,0	34,5	30,6	180,7	184-00
Количество уч-ся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 17.05.2025						
Обед						
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	257,0	6,4	5,8	25,5	17-54
Жаркое «по-домашнему» (курица)	250	388,7	19,7	22,5	41,3	78-41

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		858,7	29,3	28,7	116,7	110-00
Полдник						
Фруктовый нектар	200	116,0	0,3	0,0	19,2	21-77
Фрукт Яблоко 100 гр	1 шт	147,0	0,2	0,3	9,8	24-00
Изделие кондитерское или кулинарное	50	171,0	4,0	4,2	29,1	28-23
Итого		434,0	4,5	4,5	58,1	74-00
Всего		1292,7	33,8	33,2	174,8	184-00
Количество уч-ся						
Директор						
Повар-бригадир						

