

ООО «Переменка»



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

14 18

Меню с _____ по _____ апреля 2025 г.

Обучающихся с ОБЗ 7-11 лет (завтрак+ второй прием пищи, 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 14.04.2025 Завтрак						
Каша молочная рисовая с м.с	200	328,0	18,2	18,8	47,4	34-77
Чай с сахаром	200	58,0	0,2	0,0	15,0	3-38
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	44-93
Итого		590,9	20,9	19,4	83,7	88-00
Второй прием пищи						
Овощи свежие Огурец порционно	28					14-36
Шницель из курицы	50	222,0	11,4	15,1	13,7	27-03
Каша гречневая	150	220,0	7,7	6,6	43,1	14-31
Чай с сахаром	200	58,0	0,2	0,0	15,0	3-38
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	64-00
Всего		1184,9	46,4	41,5	174,8	152-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						

Дата 15.04. 2025						
Завтрак						
Овощи свежие порционно Огурец	13					6-64
Фрикадельки (курица)	90	252,0	12,8	13,9	17,4	47-80
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	3-38
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	188					9-18
Биточек рыбный с овощами (минтай)	75	288,7	19,7	22,5	21,3	32-43
Каша перловая	100	158,0	4,2	4,2	25,1	8-25
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	64-00
Всего		1270,3	46,7	47,4	202,2	152-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						

Дата 16.04.2025						
Завтрак						
Запеканка из творога с морковью, со сгущенным молоком	150/20	422,0	17,0	19,2	44,9	62-38
Желе из брусники, клюквы	100	50,0	1,0	0,0	12,0	14-48
Чай с сахаром и 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		587,9	20,5	19,5	83,4	88-00

Второй прием пищи						
Овощи свежие порционно Огурец	13					6-43
Котлета «Здоровье» (курица)	60	229,0	15,9	17,9	18,9	35-82
Макаронные изделия отварные	100	200,5	5,5	5,0	34,9	9-24
Компот из сухофруктов	200	133,0	0,2	0,0	32,8	7-59
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничн	60	94,0	3,2	0,4	19,3	4-92
Итого		656,5	25,1	23,3	90,1	64-00
Всего		1244,4	45,6	42,8	173,5	152-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						

Дата 17.04.2025 Завтрак						
Каша молочная пшенная с м/сл	200	359,0	14,2	7,8	54,4	28-46
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	3-38
Хлеб пшеничный	70	57,9	2,3	0,3	11,5	5-74
Печенье песочное	20					14-75
Итого		587,9	19,3	20,3	83,0	88-00
Второй прием пищи						
Тефтели рыбные (минтай)	60/30	206,0	17,0	17,6	22,7	33-22
Картофельное пюре	100	156,0	3,3	5,6	22,3	21-60
Чай с сахаром, лимоном	200/7	58,0	0,2	0,0	15,0	6-22
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничн	60	94,0	3,2	0,4	19,3	4-92
Итого		575,0	23,5	24,1	94,9	64-00
Всего		1162,9	42,8	44,4	177,9	152-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						

Дата 18.04.2025 Завтрак						
Азу (курица)	250	470,0	17,3	19,6	56,7	79-27
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	5-35
Итого		585,9	19,8	19,9	83,2	88-00
Второй прием пищи						
Овощи свежие порционно Огурец	14					7-03
Каша гречневая с овощами, с говядиной тушеной	200	346,0	18,0	16,6	10,7	48-67
Чай с сахаром	200	58,0	0,2	0,0	15,0	3-38
Хлеб пшеничный	60	57,9	2,3	0,3	11,5	4-92
Итого		498,0	21,4	17,0	45,0	64-00
Всего		873,9	23,4	25,8	132,0	152-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						

ООО «Переменка»

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

14

18

Меню с _____ по _____ апреля 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 14.04. 2025						
Обед						
Овощи свежие Огурец порцион	23					11-53
Суп картофельный с бобовыми	200	167,0	4,5	5,9	15,8	12-34
Шницель из курицы	90	222,0	11,4	15,1	13,7	48-64
Каша гречневая	150	220,0	7,7	6,6	43,1	14-31
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						
Фруктовый нектар	200	116,0	0,3	0,0	19,2	21-77
Булочка «Сластена»	50	171,0	4,0	4,2	29,1	22-23
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 15.04. 2025						
Обед						
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	150	228,0	3,8	6,1	38,6	25-26
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
Плюшка сахарная	75	171,0	4,0	4,2	29,1	22-23
Итого		287,0	4,3	4,2	48,3	44-00
Всего		1114,0	32,0	31,2	166,7	152-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 16.04. 2025						
Обед						
Рассольник со сметаной (перловка)	200	172,0	3,1	4,3	14,1	25-27
Котлета «Здоровье» (курица)	90	229,0	15,9	17,9	18,9	51-86
Макаронные изделия отварные	150	200,5	5,5	5,0	34,9	13-75
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	108-00
Полдник						

Фруктовый нектар	200	116,0	0,3	0,0	19,2	21-77
Пирог с повидлом	50	171,0	4,0	4,2	29,1	22-23
Итого		287,0	4,3	4,2	48,3	44-00
Всего		1109,5	32,2	31,8	168,3	152-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 17.04. 2025 Обед						
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	187,5	1,9	6,4	19,8	15-79
Тефтели рыбные (минтай)	125	236,0	19,0	15,6	23,7	42-21
Картофельное пюре	150	156,0	3,3	5,6	22,3	34-35
Кисель плодово-ягодный	200	139,0	0,0	0,0	31,6	11-69
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничн	120	94,0	3,2	0,4	19,3	9-84
Итого		812,5	27,4	28,0	116,7	108-00
Полдник						
Фруктовый нектар	200	116,0	0,3	0,0	19,2	21-77
Булочка сдобная сахарная	50	171,0	4,0	4,2	29,1	22-23
Итого		287,0	4,3	4,2	48,3	44-00
Всего		1099,5	31,7	32,2	165,0	152-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						

Дата 18.04. 2025 Обед						
Суп с клецками	200	173,0	4,4	6,6	20,7	14-21
Азу (курица)	250	425,0	20,3	19,6	45,7	79-27
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		825,0	28,4	26,6	109,7	108-00
Полдник						
Фруктовый нектар	200	116,0	0,3	0,0	19,2	21-77
Рогалик с повидлом	50	171,0	4,0	4,2	29,1	22-23
Итого		287,0	4,3	4,2	48,3	44-00
Всего		1112,0	32,7	30,8	158,0	152-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						

ООО «Переменка»

Директор

О.А. Сопошников
Школа (лицей, гимназия) № 14

14 19

Меню с _____ по _____ апреля 2025 г.
на обеспечение питанием обучающихся с ограниченными возможностями здоровья
из расчета 166,00 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 14.04. 2025						
Завтрак						
Каша молочная рисовая с м/с	200	328,0	18,2	18,8	47,4	34-77
Чай с сахаром	200	58,0	0,2	0,0	15,0	3-38
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	46-93
Итого		590,9	20,9	19,4	83,7	90-00
Второй прием пищи						
Овощи свежие Огурец порционн	46					23-52
Шницель из курицы	50	222,0	11,4	15,1	13,7	27-03
Каша гречневая	150	220,0	7,7	6,6	43,1	14-31
Чай с сахаром, лимоном	200/7	58,0	0,2	0,0	15,0	6-22
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	76-00
Всего		1184,9	46,4	41,5	174,8	166-00
Количество учащихся						
Директор школы						
Повар-бригадир						
Дата 15.04. 2025						
Обед						
Овощи свежие Огурец порционн	7					3-31
Фрикадельки (курица)	100	252,0	12,8	13,9	17,4	53-13
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	3-38
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	34					17-07
Биточек рыбный с овощами (минтай)	75	288,7	19,7	22,5	41,3	32-43
Каша перловая	150	158,7	4,2	4,2	25,1	12-36
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	76-00
Всего		1270,3	46,7	47,4	202,2	166-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						

Дата 16.04. 2025												
Завтрак												
Запеканка из творога с морковью, со сгущенным молоком	150/20	422,0	17,0	19,2	44,9	62-38						
Желе из брусники, клюквы	100	50,0	1,0	0,0	12,0	14-48						
Чай с сахаром, лимоном	200/7	58,0	0,2	0,0	15,0	6-22						
Хлеб пшеничный	85	57,9	2,3	0,3	11,5	6-92						
Итого		587,9	20,5	19,5	83,4	90-00						
Второй прием пищи												
Овощи свежие Огурец порционн	37					18-84						
Котлета «Здоровье» (курица)	60	229,0	15,9	17,9	18,9	35-82						
Макаронные изделия отварные	150	200,5	5,5	5,0	34,9	13-75						
Компот из сухофруктов	200	133,0	0,2	0,0	32,8	7-59						
Итого		656,5	25,1	23,3	90,1	76-00						
Всего		1244,4	45,6	42,8	173,5	166-00						
Количество учащихся												
Директор												
Повар-бригадир												
Дата 17.04. 2025												
Завтрак												
Каша молочная пшенная с м/сл	200	359,0	14,2	7,8	54,4	28-46						
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	3-38						
Хлеб пшеничный	70	57,9	2,3	0,3	11,5	5-74						
Печенье песочное	20					14-75						
Итого		587,9	19,3	20,3	83,0	90-00						
Второй прием пищи												
Овощи свежие Огурец порционн	18					9-02						
Тефтели рыбные (минтай)	60/30	206,0	17,0	17,6	22,7	32-96						
Картофельное пюре	100	156,0	3,3	5,6	22,3	22-88						
Чай с сахаром, лимоном	200/7	139,0	0,0	0,0	31,6	6-22						
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничн	60	94,0	3,2	0,4	19,3	4-92						
Итого		575,0	23,5	24,1	94,9	76-00						
Всего		1162,9	42,8	44,4	177,9	166-00						
Количество уч-ся												
Директор												
Повар-бригадир												
Дата 18.04. 2025												
Завтрак												
Азу (курица)	250	470,0	17,3	19,6	56,7	79-27						
Чай с сахаром, лимоном	200/7	58,0	0,2	0,0	15,0	6-22						
Хлеб пшеничный	60	94,0	3,2	0,4	19,3	4-92						
Итого		585,9	19,8	19,9	83,2	90-00						
Второй прием пищи												
Овощи свежие Огурец порционн	37					19-03						
Каша гречневая с овощами, с говядиной тушеной	200	346,0	18,0	16,6	10,7	48-67						
Чай с сахаром	200	58,0	0,2	0,0	15,0	3-38						
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничн	60	94,0	3,2	0,4	19,3	4-92						

Итого		498,0	21,4	17,0	45,0	76-00
Всего		1083,9	41,2	36,9	128,2	166-00
Количество уч-ся						
Директор						
Повар-бригадир						

Дата 19.04. 2025						
Завтрак						
Каша молочная кукурузная с м/сл	200	359,0	14,2	7,8	54,4	30-03
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	3-38
Хлеб пшеничный	70	57,9	2,3	0,3	11,5	5-74
Корж молочный	30					15-18
Итого		587,9	19,3	20,3	83,0	90-00
Второй прием пищи						
Овощи свежие Огурец порционн	47					24-18
Сосиска отварная	50	223,0	13,6	15,8	17,9	26-32
Макаронные изделия отварные	100	200,5	5,5	5,0	34,9	9-24
Компот из изюма	200	140,0	0,6	0,0	35,4	11-34
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	76-00
Всего		1245,4	42,2	41,5	190,5	166-00
Директор						
Повар-бригадир						

ООО «Переменка»

Директор

Школа (лицей, гимназия) №

14

19

Меню с _____ по _____ апреля 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 14.04.2025 Обед						
Огурец свежий порционно	5					2-09
Суп картофельный с бобовыми	250	208,0	5,6	7,3	19,7	15-42
Шницель из курицы	100	270,0	18,0	18,1	17,0	54-05
Каша гречневая	180	264,0	9,2	7,6	43,1	17-26
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	50	171,0	4,0	4,2	29,1	34-23
Итого		287,0	4,3	4,2	48,3	56-00
Всего		1256,0	40,8	37,6	172,0	166-00
Количество уч-ся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 15.04.2025 Обед						
Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	210,0	3,0	5,7	17,6	20-11
Фрикадельки (курица)	100	290,0	15,5	20,7	15,5	53-13
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
Изделие кондитерское или кулинарное	50	171,0	4,0	4,2	29,1	34-23
Итого		287,0	4,3	4,2	48,3	56-00
Всего		1287,0	31,3	37,5	163,9	166-00
Количество уч-ся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 16.04.2025 Обед						
Рассольник со сметаной (перловка)	250	265,0	3,8	5,3	17,1	31-59
Котлета «Здоровье» (курица)	100	286,0	19,8	22,3	23,5	57-62
Макаронные изделия отварные	180	240,6	5,9	6,0	41,8	16-41
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
Изделие кондитерское или кулинарное	50	171,0	4,0	4,2	29,1	34-23
Итого		287,0	4,3	4,2	48,3	56-00
Всего		1305,6	37,5	38,2	174,6	166-00
Количество уч-ся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 17.04.2025						
Обед						
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	226,5	1,9	6,4	19,8	19-99
Тефтели рыбные (минтай)	125	206,0	17,0	17,6	22,7	42-21
Картофельное пюре	180	195,0	4,1	7,7	27,5	41-21
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		834,5	26,2	32,1	119,9	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	56-00
Всего		1121,5	30,5	36,3	158,8	166-00
Количество уч-ся						
Директор						
Повар-бригадир						

Дата 18.04.2025						
Обед						
Суп с клецками	250	328,0	5,5	5,7	25,8	17-76
Азу (курица)	250	470,0	17,3	19,6	56,7	79-27
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		1025,0	26,5	25,7	135,8	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	56-00
Всего		1312,0	30,8	29,9	174,7	166-00
Количество уч-ся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 19.04.2025						
Обед						
Огурец свежий порционно	5					2-09
Суп картофельный с бобовыми	250	208,0	5,6	7,3	19,7	15-42
Шницель из курицы	100	270,0	18,0	18,1	17,0	54-05
Каша гречневая	180	264,0	9,2	7,6	43,1	17-26
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	50	171,0	4,0	4,2	29,1	34-23
Итого		287,0	4,3	4,2	48,3	56-00
Всего		1236,0	40,8	37,6	172,0	166-00
Количество уч-ся						
Директор						
Повар-бригадир						



