

Директор О.А. Сепошинова

ООО «Переменка»

Школа (лицей, гимназия) № 14

24 28
Меню с _____ по _____ февраля 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 24.02.2025						
Завтрак						
Каша молочная пшениная с м/сл	250	359,0	14,2	7,8	54,4	40-46
Сыр порционно	24	38,0	2,5	4,0	2,0	23-41
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	3-31
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						
Печень «по-строгановски»	100	223,0	13,6	15,8	17,9	32-09
Макаронные изделия отварные	150	200,5	5,5	5,0	34,9	13-83
Компот из лимона	200	140,0	0,6	0,0	35,4	8-24
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничный	120	94,0	2,3	0,4	19,3	9-84
Итого		661,0	22,0	21,2	107,5	64-00
Всего		1248,9	42,2	41,5	190,5	152-00
Повар-бригадир						
Директор						
Дата 25.02.2025						
Завтрак						
Овощи свежие порционно Помидор	46					26-05
Тефтели (говядина)	110	266,0	13,0	15,6	22,7	41-83
Каша гречневая	150	220,0	7,7	6,6	33,1	11-89
Чай с сахаром	200	58,0	0,2	0,0	15,0	3-31
Хлеб пшеничный	60	57,9	2,3	0,3	11,5	4-92
Итого		601,9	23,2	22,5	82,3	88-00
Обед						
Голубцы «ленивые» (курица)	100	206,0	18,0	16,6	10,7	32-04
Рис отварной рассыпчатый	150	228,0	3,8	6,1	38,6	14-53
Компот из сухофруктов	200	133,0	0,5	0,0	34,0	7-59
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничный	120	94,0	2,3	0,4	19,3	9-84
Итого		661,0	24,6	23,1	102,6	64-00
Всего		1262,9	47,8	45,6	190,0	152-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 26.02.2025						
Завтрак						
Овощи свежие порционно Огурец	10					4-05
Жаркое «по-домашнему» (курица)	250	470,8	16,7	19,5	56,3	75-72
Чай с сахаром	200	58,0	0,2	0,0	15,0	3-31
Хлеб пшеничный	60	57,9	2,3	0,3	11,5	4-92

Итого		586,7	19,2	19,8	82,8	88-00
Обед						
Рыба, тушеная в томате с овощам (минтай)	100	288,7	19,7	22,5	41,3	30-28
Каша перловая	150	158,7	4,2	4,2	25,1	12-49
Кисель	200	119,0	0,0	0,0	30,6	11-39
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничный	120	94,3	3,2	0,4	19,3	9-84
Итого		660,4	27,1	29,5	116,3	64-00
Всего		1247,1	46,3	49,3	199,1	152-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						

Дата	27.02.2025	Завтрак				
Каша молочная манная с м/сл	250	359,0	14,2	7,8	54,4	38-35
Сыр порционн	26	38,0	2,5	4,0	2,0	25-52
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	3-31
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						
Чахохбили	90	225,0	18,6	15,2	15,9	33-01
Рис припущенный	150	228,0	3,8	6,1	38,6	14-53
Компот из апельсинов	200	133,0	0,5	0,0	34,0	6-62
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничный	120	94,3	0,4	0,4	19,3	9-84
Итого		644,0	25,6	21,7	98,6	64-00
Всего		1231,9	44,9	42,0	181,6	152-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						

Дата	28.02.2025	Завтрак				
Каша молочная геркулесовая с м/с	200	289,0	16,2	12,8	40,4	27-83
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	3-31
Хлеб пшеничный	60	57,9	2,3	0,3	11,5	4-92
Яблоко запеченное	125	107,0	0,3	0,3	16,7	36-86
Итого		586,9	19,1	21,6	83,7	88-00
Обед						
Биточек рыбный (минтай)	90	229,0	12,7	14,3	25,4	30-44
Картофельное пюре	150	156,0	3,3	5,6	22,3	15-02
Компот из свежих яблок	200	133,0	0,5	0,0	34,0	8-70
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничный	120	94,3	3,2	0,4	19,3	9-84
Итого		612,0	19,7	20,3	101,0	64-00
Всего		1198,9	38,8	41,6	184,7	152-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						

ООО «Переменка»

Школа (лицей, гимназия) №

24

28

Меню с _____ по _____ февраля 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 24.02.2025 Обед						
Овощи свежие порционно	17					9-67
Огурец						
Суп картофельный с бобовыми	200	167,0	4,5	5,9	11,8	11-76
Печень «по-строгановски»	100	223,0	13,6	15,8	17,9	54-66
Макаронные изделия отварные	150	200,5	5,5	5,0	34,9	13-83
Компот из лимона	200	140,0	0,6	0,0	35,4	8-24
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	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		1111,5	31,7	31,3	167,6	152-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 25.02.2025 Обед						
Овощи свежие порционно Помидор	36					20-57
Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	168,0	2,4	4,6	14,1	13-09
Тефтели (говядина)	110	206,0	15,0	16,6	10,7	41-83
Каша гречневая	150	220,0	7,7	6,6	43,1	15-08
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						
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		1108,0	33,1	32,4	169,5	152-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 26.02.2025 Обед						
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	227,0	5,4	4,8	25,5	11-05
Жаркое «по-домашнему» (курица)	250	388,7	19,7	22,5	41,3	75-72
Кисель	200	119,0	0,0	0,0	30,6	11-39
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	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		1127,0	33,0	31,5	166,3	152-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 27.02.2025 Обед						
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	177,5	1,9	6,4	19,8	17-29
Чахохбили	90	225,0	18,6	15,2	15,9	44-20
Рис отварной рассыпчатый	183	228,0	3,8	6,1	38,6	30-05
Компот из апельсинов	200	97,0	0,0	0,0	24,8	6-62
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	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		1088,5	31,8	32,3	166,7	152-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 28.02.2025 Обед						
Суп ячневый	200	228,0	9,0	7,0	17,0	9-20
Биточек рыбный (минтай)	90	229,0	12,7	14,3	25,4	47-90
Картофельное пюре	150	156,0	3,3	5,6	22,3	32-36
Компот из свежих яблок	200	116,0	0,3	0,0	33,2	8-70
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	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		1100,0	32,8	31,5	165,5	152-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						

ООО «Переменка»

Школа (лицей, гимназия) № 14

Меню с 24 по 28 февраля 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 24.02. 2025 Завтрак						
Каша молочная пшеничная с м/сл	250	359,0	14,2	7,8	54,4	40-46
Сыр порционно	26	38,0	2,5	4,0	2,0	25-41
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	3-31
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						
Печень «по-строгановски»	100	203,0	11,6	14,8	7,9	44-09
Макаронные изделия отварные	180	264,0	9,2	7,6	43,1	13-83
Компот из лимона	200	133,0	0,5	0,0	34,0	8-24
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничный	120	94,0	3,2	0,4	19,3	9-84
Итого		694,0	24,5	21,8	104,3	76-00
Всего		1281,9	41,1	42,1	185,3	166-00
Количество уч-ся						
Директор						
Повар-бригадир						

Дата 25.02. 2025 Завтрак						
Овощи свежие порционно Помидор	40					21-84
Тефтели (говядина)	110	266,0	13,0	15,6	22,7	41-83
Каша гречневая	180	220,0	7,7	6,6	33,1	18-10
Чай с сахаром	200	58,0	0,2	0,0	15,0	3-31
Хлеб пшеничный	60	57,9	2,3	0,3	11,5	4-92
Итого		601,9	23,2	22,5	82,3	90-00
Обед						
Голубцы «ленивые» (курица)	100	246,0	12,8	13,9	4,5	28-94
Рис отварной рассыпчатый	180	273,6	4,8	6,5	38,6	29-63
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		746,6	20,8	20,8	96,4	76-00
Всего		1369,1	42,7	42,7	185,4	166-00
Количество уч-ся						
Директор						
Повар-бригадир						

Дата 26.02.2025 Завтрак						
Овощи свежие порционно Огурец	11					6-05
Жаркое «по-домашнему» (курица)	250	470,8	16,7	19,5	56,3	75-72
Чай с сахаром	200	58,0	0,2	0,0	15,0	3-31
Хлеб пшеничный	60	57,9	2,3	0,3	11,5	4-92
Итого		586,7	19,2	19,8	82,8	90-00

Обед						
Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	100	288,7	19,7	22,5	41,3	36-23
Каша перловая	180	264,7	9,2	7,6	43,1	15-00
Кисель	200	119,0	0,0	0,0	30,6	11-39
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничный	120	94,0		0,4	19,3	9-84
Итого		765,7	39,1	30,5	134,3	76-00
Всего		1452,4	51,3	50,3	217,1	166-00
Количество уч-ся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 27.02.2025						
Завтрак						
Каша молочная манная с м/с	250	359,0	14,2	7,8	54,4	38-35
Сыр порционн	28	38,0	2,5	4,0	2,0	27-52
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	3-31
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						
Чахохбили	100	282,0	12,8	13,9	17,4	29-91
Рис отварной рассыпчатый	180	273,6	4,8	6,5	38,6	29-63
Компот из апельсинов	200	133,0	0,5	0,0	34,0	6-62
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничный	120	94,0		0,4	19,3	9-84
Итого		782,6	21,3	20,8	109,3	76-00
Всего		1370,5	40,9	41,1	190,3	166-00
Количество уч-ся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 28.02.2025						
Завтрак						
Каша молочная геркулесовая с м/с	210	289,0	16,2	12,8	40,4	29-83
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	3-31
Хлеб пшеничный	60	57,9	2,3	0,3	11,5	4-92
Яблоко запеченное	100	107,0	0,3	0,3	16,7	36-86
Итого		586,9	19,1	21,6	83,7	90-00
Обед						
Биточек рыбный (минтай)	100	286,0	15,8	17,8	31,7	42-44
Картофельное пюре	180	195,0	4,1	7,7	27,5	15-02
Компот из свежих яблок	200	133,0	0,5	0,0	34,0	8-70
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничный	120	94,0	3,2	0,4	19,3	9-84
Итого		708,0	23,6	25,9	112,5	76-00
Всего		1294,9	42,7	47,5	196,2	166-00
Количество уч-ся						
Директор						
Повар-бригадир						

ООО «Переменка»

Школа (лицей, гимназия) № 14

24

28

Меню с _____ по _____ февраля 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 24.02.2025						
Обед						
Суп картофельный с бобовыми	250	208,0	5,6	7,3	19,7	14-70
Печень «по-строгановски»	110	203,0	11,6	14,8	7,9	60-63
Макаронные изделия отварные	180	240,6	5,9	6,0	41,8	16-59
Компот из лимона	200	133,0	0,5	0,0	34,0	8-24
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	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		1165,6	30,8	32,7	161,6	166-00
Количество уч-ся						
Директор						
Повар-бригадир						

Дата 25.02.2025						
Обед						
Овощи свежие порционно	30					16-50
Помидор						
Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	210,0	3,0	5,7	17,6	16-14
Тефтели (говядина)	110	206,0	18,0	16,6	10,7	41-83
Каша гречневая	180	264,0	9,2	7,6	43,1	18-10
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						
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		1280,0	38,9	39,1	174,4	166-00
Количество уч-ся						
Директор						
Повар-бригадир						

Дата	26.02.2025					
Обед						
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	257,0	6,4	5,8	25,5	13-05
Жаркое «по-домашнему» (курица)	250	388,7	19,7	22,5	41,3	75-72
Кисель	200	119,0	0,0	0,0	30,6	11-39
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	20-16
Изделие кондитерское или кулинарное	50	171,0		4,2	29,1	35-84
Итого		287,0	4,3	4,2	48,3	56-00
Всего		1145,7	33,6	32,9	155,6	166-00
Количество уч-ся						
Директор						
Повар-бригадир						

Дата	27.02.2025					
Обед						
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	220,5	1,9	6,4	19,8	12-18
Чахохбили	100	245,0	20,6	16,2	16,9	51-73
Рис отварной рассыпчатый	180	273,6	4,8	6,5	38,6	29-63
Компот из апельсинов	200	133,0	0,5	0,0	34,0	6-62
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	20-16
Изделие кондитерское или кулинарное	50	171,0		4,2	29,1	35-84
Итого		287,0	4,3	4,2	48,3	56-00
Всего		1253,1	35,3	33,7	167,5	166-00
Количество уч-ся						
Директор						
Повар-бригадир						

Дата	28.02.2025					
Обед						
Суп ячневый	250	285,0	11,0	9,0	23,0	12-98
Биточек рыбный (минтай)	100	286,0	15,8	17,8	31,7	53-24
Картофельное пюре	180	195,0	4,1	7,7	27,5	25-24
Компот из свежих яблок	200	133,0	0,5	0,0	34,0	8-70
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	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		1280,0	38,9	39,1	174,4	166-00
Количество уч-ся						
Директор						
Повар-бригадир						