

ООО «Переменка»

Школа (лицей, гимназия) № 14

10 14
 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 10.02. 2025						
Обед						
Овощи свежие Огурец	10					5-30
Суп картофельный с бобовыми	200	167,0	4,5	5,9	15,8	11-76
Шницель из говядины	90	222,0	11,4	15,1	13,7	54-85
Каша гречневая	150	220,0	7,7	6,6	43,1	15-08
Компот из изюма	200	120,0	0,6	0,0	25,4	11-17
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	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 11.02 2025						
Обед						
Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	168,0	2,4	4,6	14,1	13-09
Фрикадельки (курица)	90	202,0	17,8	15,9	12,4	48-18
Рис отварной рассыпчатый	170	228,0	3,8	6,1	38,6	28-19
Компот из свежих яблок	200	135,0	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		827,0	27,7	27,0	118,4	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	32,0	31,2	166,7	152-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 12.02. 2025						
Обед						
Рассольник со сметаной	200	172,0	3,1	4,3	14,1	22-28
Котлета «Здоровье» (курица)	90	229,0	15,9	17,9	18,9	51-97
Макаронные изделия отварные	170	200,5	5,5	5,0	34,9	15-67
Компот из лимона	200	127,0	0,2	0,0	32,8	8-24
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	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		1109,5	32,2	31,8	168,3	152-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 13.02.2025 Обед						
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	187,5	1,9	6,4	19,8	12-55
Тефтели рыбные (минтай)	125	236,0	19,0	15,6	23,7	41-86
Картофельное пюре	150	156,0	3,3	5,6	22,3	32-36
Кисель плодово-ягодный	200	139,0	0,0	0,0	31,6	11-39
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	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		1099,5	31,7	32,2	165,0	152-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 14.02.2025 Обед						
Суп с клецками	200	173,0	4,4	6,6	20,7	10-80
Азу (курица)	250	425,0	20,3	19,6	45,7	79-77
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	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		1112,0	32,7	30,8	158,0	152-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						

ООО «Переменка»

Школа (лицей, гимназия) №

10

14

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 10.02.2025 Завтрак						
Каша молочная рисовая с м/с	200	328,0	18,2	18,8	47,4	33-01
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
Фрукт Мандарин 1 шт	125	147,0	0,2	0,3	9,8	46-76
Итого		590,9	20,9	19,4	83,7	88-00
Обед						
Шницель из говядины	90	222,0	14,4	15,1	13,7	27-91
Каша гречневая	150	220,0	7,7	6,6	43,1	15-08
Компот из изюма	200	133,0	0,5	0,0	34,0	11-17
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничный	120	94,0	3,2	0,4	19,3	9-84
Итого		669,0	25,8	22,1	110,1	64-00
Всего		1259,0	46,7	41,5	193,8	152-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 11.02.2025 Завтрак						
Овощи свежие порционно						6-91
Огурец	12					
Фрикадельки (курица)	90	252,0	12,8	13,9	17,4	48-18
Рис отварной рассыпчатый	150	228,0	3,8	6,1	38,6	24-68
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		595,9	19,1	20,3	82,5	88-00
Обед						
Рыба, тушеная в томате с овощами (минтай)	100	288,7	19,7	22,5	41,3	32-97
Каша перловая	150	58,7	4,2	4,2	25,1	12-49
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		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 12.02. 2025 Завтрак						
Запеканка из творога с морковью, со сгущенным молоком	150/20	422,0	17,0	19,2	44,9	60-24
Желе фруктовое	100	50,0	1,0	0,0	12,0	19-53
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		587,9	20,5	19,5	83,4	88-00
Обед						
Котлета «здоровье» (курица)	90	229,0	15,9	17,9	18,9	32-09
Макаронные изделия отварные	150	200,5	5,5	5,0	34,9	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		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 13.02.2025						
Завтрак						
Каша молочная пшеница 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						
Тефтели рыбные (минтай)	125	206,0	17,0	17,6	22,7	27-75
Картофельное пюре	150	156,0	3,3	5,6	22,3	15-02
Кисель	200	119,0	0,0	0,0	30,6	11-39
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничный	120	94,0	3,2	0,4	19,3	9-84
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 14.02.2025						
Завтрак						
Азу (курица)	250	470,0	17,3	19,6	56,7	79-77
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		585,9	19,8	19,9	83,2	88-00
Обед						
Голубцы «ленивые» (курица)	100	206,0	18,0	16,6	10,7	21-89
Рис отварной рассыпчатый	150	228,0	3,8	6,1	38,6	24-68
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		661,0	24,8	23,1	102,6	64-00
Всего		1246,9	44,6	43,0	185,8	152-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						

ООО «Переменка»

Школа (лицей, гимназия) №

10

15

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 10.02.2025 Обед						
Суп картофельный с бобовыми	250	208,0	5,6	7,3	19,7	14-70
Шницель из говядины	100	270,0	18,0	18,1	17,0	60-02
Каша гречневая	180	264,0	9,2	7,6	43,1	14-27
Компот из изюма	200	133,0	0,5	0,0	34,0	11-17
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	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		1256,0	40,8	37,6	172,0	166-00
Количество уч-ся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 11.02.2025 Обед						
Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	210,0	3,0	5,7	17,6	16-14
Фрикадельки (курица)	100	290,0	15,5	20,7	15,5	53-53
Рис отварной рассыпчатый	180	273,6	4,8	6,5	38,6	21-79
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		1000,6	27,0	33,3	125,0	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		1287,0	31,3	37,5	163,9	166-00
Количество уч-ся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 12.02.2025 Обед						
Рассольник со сметаной	250	265,0	3,8	5,3	17,1	23-36
Котлета «Здоровье» (курица)	100	286,0	19,8	22,3	23,5	51-97
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		1018,6	33,2	34,0	135,7	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		1305,6	37,5	38,2	174,6	166-00
Количество уч-ся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 13.02.2025						
Обед						
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	220,5	1,9	6,4	19,8	14-55
Тефтели рыбные (минтай)	125	206,0	17,0	17,6	22,7	41-86
Картофельное пюре	180	195,0	4,1	7,7	27,5	32-36
Кисель плодово-ягодный	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		834,5	26,2	32,1	119,9	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		1121,5	30,5	36,3	158,8	166-00
Количество уч-ся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 14.02.2025						
Обед						
Суп с клецками	250	328,0	5,5	5,7	25,8	16-49
Азу (курица)	250	470,0	17,3	19,6	56,7	76-08
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		1025,0	26,5	25,7	135,8	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		1312,0	30,8	29,9	174,7	166-00
Количество уч-ся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 15.02.2025						
Обед						
Суп «Полевой»	250	285,0	11,0	9,0	23,0	15-09
Плов с птицей	260	415,0	15,5	17,0	55,5	78-45
Компот из апельсинов	200	133,0	0,5	0,0	34,0	6-62
Хлеб пшеничный и ржано-пшеничный	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	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		145,7	33,6	32,9	155,6	166-00
Количество уч-ся						
Директор						
Повар-бригадир						

ООО «Переменка»

Школа (лицей, гимназия) №

10

15

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, 1 смена завтрак+обед)

Рацион	Выход гр, мл, шт	Энергет. ценность ккал	Белки гр	Жиры гр	Углеводы гр	Цена
Дата 10.02. 2025 Завтрак						
Каша молочная рисовая с м/с	210	328,0	18,2	18,8	47,4	36-31
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
Фрукт Мандарин 1 шт	100	147,0	0,2	0,3	9,8	45-46
Итого		590,9	20,9	19,4	83,7	90-00
Обед						
Шницель из говядины	100	270,0	18,0	18,1	17,0	36-89
Каша гречневая	180	264,0	9,2	7,6	43,1	18-10
Компот из изюма	200	133,0	0,5	0,0	34,0	11-17
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничный	120	94,0	3,2	0,4	19,3	9-84
Итого		761,0	30,9	26,1	113,4	76-00
Всего		1351,9	51,8	45,5	197,1	166-00
Количество учащихся						
Директор школы						
Повар-бригадир						
Дата 11.02. 2025 Обед						
Фрикадельки (курица)	100	252,0	12,8	13,9	17,4	52-14
Рис отварной рассыпчатый	180	228,0	3,8	6,1	38,6	29-63
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		595,9	19,1	20,3	82,5	90-00
Обед						
Рыба, тушеная в томате (минтай)	100	288,7	19,7	22,5	41,3	42-46
Каша перловая	180	197,7	5,2	5,2	31,1	15-00
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		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 12.02. 2025 Завтрак						
Запеканка из творога с морковью, со сгущенным молоком	150/33	422,0	17,0	19,2	44,9	65-10
Желе фруктовое	100	50,0	1,0	0,0	12,0	16-67
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		587,9	20,5	19,5	83,4	90-00

Обед						
Котлета «Здоровье» (курица)	100	286,0	19,8	22,3	23,5	41-33
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-пшеничный	120	94,0	3,2	0,4	19,3	9-84
Итого		753,6	29,4	28,7	118,6	76-00
Всего		1341,5	49,9	48,2	202,0	166-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 13.02. 2025						
Завтрак						
Каша молочная пшенная 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						
Тефтели рыбные (минтай)	125	206,0	17,0	17,6	22,7	20-19
Картофельное пюре	180	195,0	4,1	7,7	27,5	34-28
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		614,0	24,3	25,7	100,1	76-00
Всего		1201,9	43,9	46,0	181,1	166-00
Количество уч-ся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 14.02. 2025						
Завтрак						
Азу (курица)	255	470,0	17,3	19,6	56,7	81-77
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		585,9	19,8	19,9	83,2	90-00
Обед						
Голубцы «ленивые» (курица)	100	246,0	12,8	13,9	4,5	32-04
Рис припущенный	180	273,6	4,8	6,5	38,6	26-53
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	21,3	20,8	96,4	76-00
Всего		1369,1	42,7	42,7	185,4	166-00
Количество уч-ся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 15.02.2025						
Завтрак						
Каша молочная кукурузная с м/с	250	328,0	18,2	18,8	47,4	41-64
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
Фрукт Яблоко 1 шт	167	147,0	0,2	0,3	9,8	40-13
Итого		590,9	20,9	19,4	83,7	90-00

Обед						
Шницель из говядины	100	270,0	18,0	18,1	17,0	36-89
Каша гречневая	180	264,0	9,2	7,6	43,1	18-10
Компот из изюма	200	133,0	0,5	0,0	34,0	11-17
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничный	120	94,0	3,2	0,4	19,3	9-84
Итого		761,0	30,9	26,1	113,4	76-00
Всего		1351,9	51,8	45,5	197,1	166-00
Количество уч-ся						
Директор						
Повар-бригадир						

