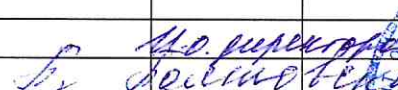


ООО «Переменка»

Школа (лицей, гимназия) № 14

Меню с _____ по _____ октября 2024 г.
 Обучающихся 1-4 классов (обед)
 из расчета 97-70 рублей на одного ребенка в день

Рацион	Выход гр, мл, шт	Энергет. ценность ккал	Белки гр	Жиры гр	Углеводы гр	Цена
Дата 01.10. 2024						
Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	168,0	2,4	4,6	14,1	13-23
Тефтели (говядина)	110	206,0	18,0	16,6	10,7	38-08
Рис отварной рассыпчатый с овощами (горошек зеленый, кукуруза)	150	228,0	3,8	6,1	38,6	34-59
Компот из сухофруктов	200	133,0	0,5	0,0	34,0	7-62
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничн	30/28	94,0	3,2	0,4	19,3	4-18
Итого		829,0	27,9	27,7	116,7	97-70
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 02.10. 2024						
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	227,0	5,4	4,8	25,5	13-21
Жаркое «по-домашнему» (курица)	250	388,7	19,7	22,5	41,3	69-72
Кисель плодово-ягодный	200	119,0	0,0	0,0	30,6	10-76
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничн	30/26	94,0	3,2	0,4	19,3	4-01
Итого		828,7	28,3	27,7	116,7	97-70
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 03.10.2024						
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	177,5	1,9	6,4	19,8	12-25
Поджарка из птицы	90	255,0	16,6	16,2	17,9	64-52
Макаронные изделия отварные	150	200,5	5,5	5,0	34,9	11-73
Компот из апельсинов	200	97,0	0,0	0,0	24,8	6-32
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничн	20/20	94,0	3,2	0,4	19,3	2-88
Итого		824,0	27,2	28,0	166,7	97-70
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						

Дата	04.10. 2024					
Овощи свежие Огурец	15					6-79
Суп ячневый	200	228,0	9,0	7,0	17,0	10-46
Биточек рыбный (минтай)	90	229,0	12,7	14,3	25,4	38-86
Картофельное пюре	150	156,0	3,3	5,6	22,3	25-80
Напиток из морса брусничного	200	116,0	0,3	0,0	33,2	12-91
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничн	20/20	94,0	3,2	0,4	19,3	2-88
Итого		823,0	28,5	27,3	117,2	97-70
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						



ООО «Переменка»

Школа (лицей, гимназия) № 14

Меню с

по

октября 2024 г.

Обучающихся 1-4 классов (завтрак)

из расчета 79-20 руб. на одного ребенка в день

Рацион	Выход гр, мл, шт	Энергет. ценность ккал.	Белки гр	Жиры гр	Углеводы гр	Цена
Дата 01.10.2024						
Овощи свежие порционно	47					21-03
Помидор						
Тефтели (говядина)	110	266,0	13,0	15,6	20,7	38-08
Макаронные изделия отварные	150	200,5	5,5	5,0	34,9	11-73
Чай с сахаром, лимоном	200/7	58,0	0,2	0,0	15,0	6-20
Хлеб пшеничный	30	57,9	2,3	0,3	11,5	2-16
Итого		582,4	21,0	20,9	82,1	79-20
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 02.10.2024						
Овощи свежие порционно	110					4-64
Огурец						
Жаркое «по-домашнему» (курица)	250	470,8	16,7	19,5	56,3	69-72
Чай с сахаром	200	58,0	0,2	0,0	15,0	2-68
Хлеб пшеничный	30	57,9	2,3	0,3	11,5	2-16
Итого		586,7	19,2	19,8	82,8	79-20
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 03.10.2024						
Сыр порционно	19					14-32
Омлет натуральный	105	395,0	17,0	12,4	54,0	46-97
Масло сливочное	10	75,0	0,1	8,2	0,1	11-63
Чай с сахаром	200	58,0	0,2	0,0	15,0	2-68
Батон	30	57,9	2,3	0,3	11,5	3-60
Итого		585,9	19,6	20,9	80,6	79-20
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 04.10.2024						
Каша молочная геркулесовая с м/с	200	289,0	16,2	12,8	42,4	24-16
Масло сливочное	10	75,0	0,1	8,2	0,1	11-63
Чай с сахаром, с лимоном	200/7	59,0	0,3	0,0	15,2	6-20
Батон	30	57,9	2,3	0,3	11,5	3-60
Яблоко запеченное	120	107,0	0,3	0,3	16,7	33-61
Итого		587,9	19,2	21,6	85,9	79-20
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						

