

ООО «Переменка»

Школа (лицей, гимназия) №

20

25

Меню с _____ по _____ января 2025 г.

Отдельные категории обучающихся (завтрак) из расчета 90-00 руб. на одного ребенка в день

Рацион	Выход гр. мл. шт	Энергет. ценность ккал	Белки гр	Жиры гр	Углеводы гр	Цена
Дата 20.01.2025						
Каша молочная рисовая с м/с	210	328,0	18,2	18,8	47,4	36-25
Чай с сахаром	200	58,0	0,2	0,0	15,0	2-66
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	46-17
Итого		590,9	20,9	19,4	83,7	90-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 21.01. 2025						
Овощи свежие порционно	18					10-06
Огурец						
Фрикадельки (курица)	90	252,0	12,8	13,9	17,4	47-74
Рис отварной рассыпчатый	150	228,0	3,8	6,1	38,6	24-62
Чай с сахаром	200	58,0	0,2	0,0	15,0	2-66
Хлеб пшеничный	30	57,9	2,3	0,3	5,8	4-92
Итого		595,9	19,1	20,3	82,5	90-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 22.01.2025						
Запеканка из творога с морковью, со сгущенным молоком	150/20	422,0	17,0	19,2	44,9	76-25
Желе фруктовое	70	50,0	1,0	0,0	12,0	6-17
Чай с сахаром	200	58,0	0,2	0,0	15,0	2-66
Хлеб пшеничный	60	57,9	2,3	0,3	11,5	4-92
Итого		587,9	20,5	19,5	83,4	90-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 23.01. 2025						
Каша молочная пшенная с м/сл	250	359,0	14,2	7,8	54,4	40-67
Сыр порционно	25	38,0	2,5	4,0	2,0	25-85
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	2-66
Хлеб пшеничный	70	57,9	2,3	0,3	11,5	4-74
Итого		587,9	19,3	20,3	83,0	90-00
Директор						
Повар-бригадир						

ООО «Переменка»

20

25

Меню с _____ по _____ января 2025 г.

Отдельные категории обучающихся (обед)
из расчета 110-00 рублей на одного ребенка в день

Рацион	Выход гр, мл, шт	Энергет. ценность ккал	Белки гр	Жиры гр	Углеводы гр	Цена
Дата 20.01. 2025						
Овощи свежие Огурец	12					6-59
Суп картофельный с бобовыми	200	167,0	4,5	5,9	15,8	10-42
Шницель из говядины	90	222,0	11,4	15,1	13,7	57-00
Каша гречневая	150	220,0	7,7	6,6	43,1	14-81
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	110-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 21.01. 2025						
Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	168,0	2,4	4,6	14,1	14-73
Фрикадельки (курица)	90	202,0	17,8	15,9	12,4	47-74
Рис отварной рассыпчатый	185	228,0	3,8	6,1	38,6	29-93
Компот из свежих яблок	200	135,0	0,5	0,0	34,0	7-76
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	110-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 22.01.2025						
Рассольник со сметаной	240	172,0	3,1	4,3	14,1	25-45
Котлета «Здоровье» (курица)	90	229,0	15,9	17,9	18,9	51-74
Макаронные изделия отварные	150	200,5	5,5	5,0	34,9	13-75
Компот из лимона	200	127,0	0,2	0,0	32,8	9-22
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	110-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 23.01. 2025						
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	187,5	1,9	6,4	19,8	14-09
Тефтели рыбные (минтай)	125	236,0	19,0	15,6	23,7	41-96
Картофельное пюре	170	156,0	3,3	5,6	22,3	32-42
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	110-00
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						

Дата	24.01. 2025						
Суп с клецками	250	173,0	4,4	6,6	20,7	14-26	
Азу (курица)	250	425,0	20,3	19,6	45,7	77-45	
Компот из сухофруктов	200	133,0	0,5	0,0	34,0	7-59	
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничн	130	94,0	3,2	0,4	19,3	10-70	
Итого		825,0	28,4	26,6	109,7	110-00	
Количество учащихся							
Директор							
Повар-бригадир							

Дата	25.01. 2025						
Овощи свежие порцион Помидор	15					8-22	
Суп «Полевой»	200	218,0	9,0	7,0	17,0	20-75	
Плов с птицей	250	415,0	15,3	19,6	55,7	64-71	
Компот из апельсинов	200	96,0	0,1	0,0	25,2	6-48	
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	110-00	
Количество учащихся							
Директор							
Повар-бригадир							