

ООО «Переменка»

Школа (лицей, гимназия) № 219

09

14

Меню с _____ по _____ сентября 2024 г.

Отдельных категорий обучающихся (завтрак)
из расчета 81-20 руб. на одного ребенка в день

Рацион	Выход гр, мл, шт	Энергет. ценность ккал	Белки гр	Жиры гр	Углеводы гр	Цена
Дата 09.09.2024						
Каша молочная манная с маслом сливочным	200	268,0	12,2	5,8	42,4	24-51
Сыр порционно	23	38,0	2,5	4,0	2,0	17-58
Масло сливочное	10	75,0	0,1	8,2	0,1	11-63
Какао	200	150,6	5,8	3,8	29,4	23-88
Батон	30	57,9	2,3	0,3	11,5	3-60
Итого		589,5	22,9	22,1	85,4	81-20
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 10.09.2024						
Овощи свежие порционно Помидор	74					26-54
Тефтели (говядина)	110	266,0	13,0	15,6	20,7	38-09
Макаронные изделия отварные	150	200,5	5,5	5,0	34,9	11-73
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		582,4	21,0	20,9	82,1	81-20
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 11.09.2024						
Овощи свежие порционно Огурец	25					6-52
Жаркое «по-домашнему» (курица)	250	470,8	16,7	19,5	56,3	69-84
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	81-20
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 12.09.2024						
Сыр порционно	31					24-32
Омлет натуральный	105	395,0	17,0	12,4	54,0	38-97
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	81-20
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						

Дата	13.09.2024						
Каша молочная геркулесовая с м/сл	250	289,0	16,2	12,8	42,4	30-25	
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	5-84	
Батон	45	57,9	2,3	0,3	11,5	5-60	
Яблоко запеченное	100	107,0	0,3	0,3	16,7	27-88	
Итого		587,9	19,2	21,6	85,9	81-20	
Количество учащихся							
Директор							
Повар-бригадир							
Дата	14.09.2024						
Каша молочная ячневая с м/с	200	359,0	14,2	7,8	52,4	23-75	
Сыр порционно	24	38,0	2,5	4,0	2,0	18-34	
Масло сливочное	10	75,0	0,1	8,2	0,1	11-63	
Какао	200	150,6	5,8	3,8	29,4	23-88	
Батон	30	57,9	2,3	0,3	11,5	3-60	
Итого		589,5	22,9	22,1	85,4	81-20	
Количество учащихся							
Директор							
Повар-бригадир							

ООО «Переменка»

Школа (лицей, гимназия) № 29

09

14

Меню с _____ по _____ сентября 2024 г.

Отдельных категорий обучающихся (обед)

из расчета 99-50 рублей на одного ребенка в день

Рацион	Выход гр, мл, шт	Энергет. ценность ккал	Белки гр	Жиры гр	Углеводы гр	Цена
Дата 09.09. 2024						
Овощи свежие порционно						17-64
Огурец	67					
Суп картофельный с бобовыми	200	167,0	4,5	5,9	11,8	9-83
Печень «по-строгановски»	100	203,0	11,6	14,8	7,9	47-24
Каша гречневая	150	220,0	7,7	6,6	43,1	13-13
Компот из лимона	200	140,0	0,6	0,0	35,4	8-78
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничн	20/20	94,0	3,2	0,4	19,3	2-88
Итого		824,0	27,6	27,7	117,5	99-50
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 10.09. 2024						
Овощи свежие порционно						17-23
Помидор	48					
Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	168,0	2,4	4,6	14,1	13-75
Тефтели (говядина)	110	206,0	18,0	16,6	10,7	38-09
Рис отварной рассыпчатый	150	228,0	3,8	6,1	38,6	19-93
Компот их сухофруктов	200	133,0	0,5	0,0	34,0	7-62
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничн	20/20	94,0	3,2	0,4	19,3	2-88
Итого		829,0	27,9	27,7	116,7	99-50
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата 11.09. 2024						
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	227,0	5,4	4,8	25,5	14-17
Жаркое «по-домашнему(курица)	250	388,7	19,7	22,5	41,3	69-84
Кисель плодово-ягодный	200	119,0	0,0	0,0	30,6	10-81
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничн	30/35	94,0	3,2	0,4	19,3	4-68
Итого		828,7	28,3	27,7	116,7	99-50
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						

Дата	12.09.2024					
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	177,5	1,9	6,4	19,8	15-72
Поджарка из птицы	100	255,0	16,6	16,2	17,9	60-92
Макаронные изделия отварные	1558	200,5	5,5	5,0	34,9	12-19
Компот из свежих яблок	200	97,0	0,0	0,0	24,8	7-79
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	99-50
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата	13.09. 2024					
Суп ячневый	200	228,0	9,0	7,0	17,0	10-58
Биточек рыбный (горбуша)	90	229,0	12,7	14,3	25,4	39-59
Картофельное пюре	160	156,0	3,3	5,6	22,3	27-60
Компот из вишни	200	116,0	0,3	0,0	33,2	18-85
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	99-50
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						
Дата	14.09. 2024					
	48					17-23
Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	168,0	2,4	4,6	14,1	13-75
Тефтели (говядина)	110	206,0	18,0	16,6	10,7	38-09
Рис отварной рассыпчатый	150	228,0	3,8	6,1	38,6	19-93
Компот их сухофруктов	200	133,0	0,5	0,0	34,0	7-62
Хлеб пшеничн и ржано-пшеничн	20/20	94,0	3,2	0,4	19,3	2-88
Итого		829,0	27,9	27,7	116,7	99-50
Количество учащихся						
Директор						
Повар-бригадир						