Школа№11

Меню для общеобразовательных школ на 02/09 2022 год

УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО «Общепит-2»
Макешина И.В.

СОГЛАСОВАНО
Директор МАОУ «СОШ №11»
Т.В. Кириллова

Рацион: 7-11 лет

	цена	выход	белки	жиры	углев	Ккал
Завтрак						
Гефтели из говядины с томатным соусом		60/40	7,9	13	10	189
Картофельное пюре		180	3,6	6,2	23,4	168
Масло сливочное		10	0,08	7,3	0,1	66,1
Чай с сахаром		200			10	39,9
Хлеб пшеничный с добавлением ВМС «Свежий 2»		25	2	0,35	13,3	64,5
Хлеб ржаной с добавлением ВМС «Свежий 1»		25	2	1	17,2	80,6
Итого:	**75-76**	**540**	**15,58**	**27,85**	**74**	**608,1**
Обед						
Огурцы свежие порц		60	0,5	0,06	1,5	8,4
Свекольник со сметаной		250/10	2	5,2	14,8	113
Птица тушеная с морковью		60/50	15,3	6,6	4,4	125,4
Каша гречневая вязкая с маслом		150	4,7	5	20,7	146,4
Компот из яблок и клубники		200			17,6	67
Хлеб пшеничный с добавлением ВМС «Свежий 2»		40	3,24	0,56	21,20	103,2
Хлеб ржаной с добавлением ВМС «Свежий 1»		40	3,12	1,59	27,5	112
Итого:	**83-12**	**860**	**28,86**	**19,01**	**107,7**	**675,4**
Рацион: 12 лет и старше (родительская плата)						
Обед						
Свекольник со сметаной		250/10	2	5,2	14,8	113
Птица тушеная с морковью		50/50	12,9	4,9	4,4	114,4
Каша гречневая вязкая с маслом		150	4,7	5	20,7	146,4
Компот из яблок и клубники		200			17,6	67
Хлеб пшеничный с добавлением ВМС «Свежий 2»		40	3,24	0,56	21,20	103,2
Итого:	**67-12**	**750**	**22,84**	**15,66**	**78,7**	**544**

Бухгалтер :

Повар-бр-р :

Школа №11

Меню для общеобразовательных школ на 02/09 2022 год

УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО «Общепит-2»
Макешина И.В.

СОГЛАСОВАНО
Директор МАОУ «СОШ №11»

Льготное двухразовое
Рацион: 7-11 лет (1 смена)

	цена	выход	белки	жиры	углев	Ккал
Завтрак						
Тефтели из говядины с томатным соусом		45/50	6	10,4	8,5	153,1
Картофельное пюре		150	3	5,2	19,5	140
Чай с сахаром		200			10	39,9
Хлеб пшеничный с добавлением ВМС «Свежий 2»		25	2	0,35	13,3	64,5
Хлеб ржаной с добавлением ВМС «Свежий 1»		25	2	1	17,2	80,6
Итого :		**495**	**13**	**16,95**	**68,5**	**478,1**
Обед						
Огурцы свежие порц		60	0,5	0,06	1,5	8,4
Свекольник со сметаной		250/10	2	5,2	14,8	113
Птица тушеная с морковью		60/50	15,3	6,6	4,4	125,4
Каша гречневая вязкая с маслом		150	4,7	5	20,7	146,4
Компот из яблок и клубники		200			17,6	67
Хлеб пшеничный с добавлением ВМС «Свежий 2»		40	3,24	0,56	21,20	103,2
Хлеб ржаной с добавлением ВМС «Свежий 1»		40	3,12	1,59	27,5	112
Итого:		**860**	**28,86**	**19,01**	**107,7**	**675,4**
Итого за день:	**137-66**	**1355**	**41,86**	**35,96**	**176,2**	**1153,5**

Рацион: 7-11 лет (2 смена)

	цена	выход	белки	жиры	углев	Ккал
Обед						
Огурцы свежие порц		60	0,5	0,06	1,5	8,4
Свекольник со сметаной		250/10	2	5,2	14,8	113
Птица тушеная с морковью		60/50	15,3	6,6	4,4	125,4
Каша гречневая вязкая с маслом		150	4,7	5	20,7	146,4
Компот из яблок и клубники		200			17,6	67
Хлеб пшеничный с добавлением ВМС «Свежий 2»		40	3,24	0,56	21,20	103,2
Хлеб ржаной с добавлением ВМС «Свежий 1»		40	3,12	1,59	27,5	112
Итого:		**860**	**28,86**	**19,01**	**107,7**	**675,4**
Полдник						
Кекс с изюмом		50	2,5	9	29	202
Сок фруктовый		200	1	0,2	12	96
Сыр		10	2,6	2,7		35
Хлеб пшеничный с добавлением ВМС «Свежий 2»		20	1,6	0,3	10,6	51,6
Итого:	**137-66**	**280**	**7,7**	**12,2**	**51,6**	**384,1**
Итого за день:		**1140**	**36,56**	**31,21**	**159,3**	**1059,5**

Бухгалтер :

Повар-бр-р :

Школа №11

Меню для общеобразовательных школ
на 02/09 2022 год

УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО «Общепит-2»
Макешина И.В.

СОГЛАСОВАНО
Директор МАОУ «СОШ №11»

Льготное двухразовое

Рацион: 12 лет и старше (1 смена)

	цена	выход	белки	жиры	углев	Ккал
Завтрак						
Тефтели из говядины с томатным соусом		60/40	7,9	13	10	189
Картофельное пюре		150	3	5,2	19,5	140
Чай с сахаром		200			10	39,9
Хлеб пшеничный с добавлением ВМС «Свежий 2»		25	2	0,35	13,3	64,5
Хлеб ржаной с добавлением ВМС «Свежий 1»		25	2	1	17,2	80,6
Итого :		**500**	**14,9**	**19,55**	**70**	**514**
Обед						
Огурцы свежие порц		60	0,5	0,06	1,5	8,4
Свекольник со сметаной		250/10	2	5,2	14,8	113
Птица тушеная с морковью		55/50	14,1	5,7	4,4	126,4
Каша гречневая вязкая с маслом		150	4,7	5	20,7	146,4
Компот из яблок и клубники		200			17,6	67
Хлеб пшеничный с добавлением ВМС «Свежий 2»		30	2,4	0,4	15,9	66,8
Хлеб ржаной с добавлением ВМС «Свежий 1»		30	2,3	1,2	20,6	84
Итого:		**835**	**26**	**17,56**	**95,5**	**612**
Итого за день:	**141-36**	**1335**	**40,9**	**37,11**	**165,5**	**1126**

Рацион: 12 лет и старше (2 смена)

	цена	выход	белки	жиры	углев	Ккал
Обед						
Огурцы свежие порц		60	0,5	0,06	1,5	8,4
Свекольник со сметаной		250/10	2	5,2	14,8	113
Птица тушеная с морковью		55/50	14,1	5,7	4,4	126,4
Каша гречневая вязкая с маслом		150	4,7	5	20,7	146,4
Компот из яблок и клубники		200			17,6	67
Хлеб пшеничный с добавлением ВМС «Свежий 2»		30	2,4	0,4	15,9	66,8
Хлеб ржаной с добавлением ВМС «Свежий 1»		30	2,3	1,2	20,6	84
Итого:		**835**	**26**	**17,56**	**95,5**	**612**
Полдник						
Кекс с изюмом		50	2,5	9	29	202
Сок фруктовый		200	1	0,2	12	96
Фрукты		60	0,2	0,2	5,9	28,2
Сыр		10	2,6	2,7		35
Хлеб пшеничный с добавлением ВМС «Свежий 2»		20	1,6	0,3	10,6	51,6
Итого:		**340**	**7,9**	**12,4**	**57,5**	**412,3**
Итого за день:	**141-36**	**1175**	**33,9**	**29,96**	**153**	**1024,3**

Бухгалтер :

Повар-бр-р

Школа №11

Меню для общеобразовательных школ
на 02/09 2022 год

УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО «Общепит-2»
Макешина И.В.

СОГЛАСОВАНО
Директор МАОУ «СОШ №11»

ММС 5-11 классы

	цена	выход	белки	жиры	углев	Ккал
Огурцы свежие порц		60	0,5	0,06	1,5	8,4
Свекольник со сметаной		250/10	2	5,2	14,8	113
Птица тушеная с морковью		55/50	14,1	5,7	4,4	126,4
Каша гречневая вязкая с маслом		150	4,7	5	20,7	146,4
Компот из яблок и клубники		200			17,6	67
Хлеб пшеничный с добавлением ВМС «Свежий 2»		30	2,4	0,4	15,9	66,8
Хлеб ржаной с добавлением ВМС «Свежий 1»		30	2,3	1,2	20,6	84
Итого:	**77-54**		**26**	**17,56**	**95,5**	**612**

Бухгалтер :

Повар-бр-р :