

ООО "Большая Перемена Нск"

Утверждено

Генеральный директор Даниленко Е.Е.

## Меню

МАОУ СОШ № 215 им. Д.А. Бакурова

23 Октября 2024 г.

Неделя №2

День №9

Среда

Для учащихся 7-11 лет

Пищевые вещества, г.

Наименование блюда	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Белки	Жиры	Угле-воды
<b>Комплекс 1 Завтрак1</b>	<b>598</b>	<b>109.00 руб.</b>	<b>536.9</b>	<b>14.6</b>	<b>16.2</b>	<b>80.2</b>
Каша манная молочная жидкая 200/3	203	40.00 руб.	215.4	6.2	7.5	30.8
Бутерброд с сыром (2 вар.)35	35	28.00 руб.	123.0	5.0	8.1	7.4
Яблоки 100	110	25.00 руб.	47.0	0.0	0.0	9.8
Чай с лимоном 200	200	8.00 руб.	61.0	0.1	0.0	15.2
Хлеб ржано-пшеничный 50	50	8.00 руб.	90.5	3.3	0.6	17.0
<b>Комплекс 2 Завтрак2</b>	<b>580</b>	<b>148.00 руб.</b>	<b>524.3</b>	<b>17.4</b>	<b>14.2</b>	<b>74.6</b>
Овощи отварные морковь 60	60	18.00 руб.	33.0	0.8	2.2	2.2
Тефтели из минтая с соусом красным 60/30	90	65.00 руб.	125.9	7.7	4.7	7.6
Картофельное пюре 150	150	45.00 руб.	138.0	3.2	6.6	16.3
Чай с лимоном 200	200	8.00 руб.	61.0	0.1	0.0	15.2
Хлеб пшеничный 40	40	6.00 руб.	94.0	3.0	0.2	19.7
Хлеб ржано-пшеничный 40	40	6.00 руб.	72.4	2.6	0.5	13.6
<b>Комплекс 3 Обед1</b>	<b>830</b>	<b>193.00 руб.</b>	<b>750.3</b>	<b>24.1</b>	<b>19.3</b>	<b>109.9</b>
Салат из свежих помидоров и огурцов 60	60	30.00 руб.	38.4	0.0	3.0	2.1
Щи из свежей капусты с картофелем 200	200	28.00 руб.	96.4	1.4	4.0	6.2
Запеканка из печени с рисом/соус 70/30	100	65.00 руб.	151.4	8.4	4.1	7.7
Макаронные изд. отварные 150	150	30.00 руб.	144.9	5.5	7.0	29.0
Компот из свежих яблок 200	200	20.00 руб.	69.6	0.2	0.0	15.0
Хлеб пшеничный 60	60	10.00 руб.	141.0	4.6	0.5	29.5
Хлеб ржано-пшеничный 60	60	10.00 руб.	108.6	4.0	0.7	20.4
<b>Полдник</b>	<b>300</b>	<b>65.00 руб.</b>	<b>247.0</b>	<b>8.1</b>	<b>13</b>	<b>78.3</b>
Булочка Домашняя 100	100	30.00 руб.	155.0	7.5	13.0	60.3
Сок яблочный 200	200	35.00 руб.	92.0	0.6	0.0	18.0

Согласовано Директор

МАОУ СОШ № 215 им. Д.А. Бакурова

Заведующая столовой

Шульга А.А.

Федорова А.В.



ООО "Большая Перемена Нск"  
Утверждено  
Генеральный директор \_\_\_\_\_ Даниленко Е.Е.



## Меню

МАОУ СОШ № 215 им Д.А. Бакурова  
23 Октября 2024 г.

Неделя №2  
День №9  
Среда

Для учащихся с 12 лет и старше

Пищевые вещества, г.

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Белки	Жиры	Угле- воды
<b>Комплекс 1 Завтрак1</b>	<b>638</b>	<b>121.00 руб.</b>	<b>560.4</b>	<b>14.6</b>	<b>16.2</b>	<b>85.1</b>
Каша манная молочная жидкая 200/3	203	40.00 руб.	215.4	6.2	7.5	30.8
Бутерброд с сыром (2 вар.)35	35	28.00 руб.	123.0	5.0	8.1	7.4
Яблоки 150	150	37.00 руб.	70.5	0.0	0.0	14.7
Чай с лимоном 200	200	8.00 руб.	61.0	0.1	0.0	15.2
Хлеб ржано-пшеничный 50	50	8.00 руб.	90.5	3.3	0.6	17.0
<b>Комплекс 2 Завтрак2</b>	<b>640</b>	<b>177.00 руб.</b>	<b>549.1</b>	<b>17.1</b>	<b>17.9</b>	<b>72.4</b>
Овощи отварные – морковь 100	100	30.00 руб.	55.0	0.0	3.8	3.7
Тефтели из минтая с соусом красным 70/30	100	75.00 руб.	121.3	8.9	5.6	8.9
Картофельное пюре 180	180	54.00 руб.	187.0	3.8	7.9	19.6
Чай с лимоном 200	200	8.00 руб.	61.0	0.1	0.0	15.2
Хлеб пшеничный 30	30	5.00 руб.	70.5	2.3	0.2	14.8
Хлеб ржано-пшеничный 30	30	5.00 руб.	54.3	2.0	0.4	10.2
<b>Комплекс 3 Обед1</b>	<b>950</b>	<b>231.00 руб.</b>	<b>892.4</b>	<b>25.5</b>	<b>21.9</b>	<b>118.8</b>
Салат из свежих помидор и огурцов 100	100	55.00 руб.	64.0	0.0	5.1	3.6
Щи из свежей капусты с картофелем 250	250	35.00 руб.	111.0	1.7	5.0	7.8
Запеканка из печени с рисом/соус 70/30	100	65.00 руб.	151.4	8.4	4.1	7.7
Макаронные изделия отварные 180	180	36.00 руб.	246.8	6.6	6.5	34.8
Компот из свежих яблок 200	200	20.00 руб.	69.6	0.2	0.0	15.0
Хлеб пшеничный 60	60	10.00 руб.	141.0	4.6	0.5	29.5
Хлеб ржано-пшеничный 60	60	10.00 руб.	108.6	4.0	0.7	20.4
<b>Полдник</b>	<b>350</b>	<b>65.00 руб.</b>	<b>368.7</b>	<b>6.7</b>	<b>10.4</b>	<b>70.8</b>
Булочка Домашняя 80	100	25.00 руб.	250.7	6.0	10.4	48.3
Сок яблочный 250	250	40.00 руб.	118.0	0.7	0.0	22.5

Согласовано Директор \_\_\_\_\_  
МАОУ СОШ № 215 им Д.А. Бакурова  
Заведующая столовой \_\_\_\_\_



Шульга А.А.

Федорова А.В.

ООО "Большая Перемена Нск"  
 Утверждено  
 Генеральный директор Даниленко Е.Е.



## Меню

МАОУ СОШ № 215 им. Д.А. Бакурова  
 23 Октября 2024 г.

Неделя №2  
 День №9  
 Среда

Бесплатное питание 7-11 лет (с 1-4 класс)

Пищевые вещества, г.

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Белки	Жиры	Угле-воды
<b>Комплекс 1 Завтрак1</b>	<b>593</b>	<b>79.25 руб.</b>	<b>470.3</b>	<b>11.1</b>	<b>8.3</b>	<b>84.6</b>
Каша манная молочная жидкая 200/3	203		215.4	6.2	7.5	30.8
Яблоки 120	120		56.4	0.0	0.0	11.8
Чай с лимоном 200	200		61.0	0.1	0.0	15.2
Хлеб пшеничный 20	20		47.0	1.5	0.2	9.8
Хлеб ржано-пшеничный 50	50		90.5	3.3	0.6	17.0
<b>Комплекс 2 Завтрак2</b>	<b>530</b>	<b>79.25 руб.</b>	<b>514.8</b>	<b>17.4</b>	<b>12.2</b>	<b>77.3</b>
Тефтели из минтая с соусом красным 60/30	90		125.9	7.7	4.7	7.6
Картофельное пюре 150	150		138.0	3.2	6.6	16.3
Чай с лимоном 200	200		61.0	0.1	0.0	15.2
Хлеб пшеничный 50	50		117.5	3.8	0.4	24.6
Хлеб ржано-пшеничный 40	40		72.4	2.6	0.5	13.6
<b>Комплекс 3 Обед1</b>	<b>770</b>	<b>79.25 руб.</b>	<b>711.9</b>	<b>24.1</b>	<b>16.3</b>	<b>107.8</b>
Запеканка из печени с рисом/соус 70/30	100		151.4	8.4	4.1	7.7
Макаронные изд. отварные 150	150		144.9	5.5	7.0	29.0
Компот из свежих яблок 200	200		69.6	0.2	0.0	15.0
Хлеб пшеничный 60	60		141.0	4.6	0.5	29.5
Хлеб ржано-пшеничный 60	60		108.6	4.0	0.7	20.4
Щи *из свежей капусты с картофелем 200 род пл. 28р	200		96.4	1.4	4.0	6.2

Согласовано Директор \_\_\_\_\_ Шульга А.А.  
 МАОУ СОШ № 215 им. Д.А. Бакурова  
 Заведующая столовой \_\_\_\_\_ Федорова А.В.



ООО "Большая Перемена Нск"  
 Утверждено  
 Генеральный директор Даниленко Е.Е.



## Меню

МАОУ СОШ № 215 им Д.А. Бакурова  
 23 Октября 2024 г.

Неделя №2  
 День №5  
 Среда

Льготное 7-11

Пищевые вещества, г.

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Белки	Жиры	Угле- воды
<b>Комплекс 1 Завтрак1</b>	<b>598</b>	<b>94.25 руб.</b>	<b>536.9</b>	<b>14.6</b>	<b>16.2</b>	<b>80.2</b>
Каша манная молочная жидкая 200/3	203		215.4	6.2	7.5	30.8
Бутерброд с сыром (2 вар.)35	35		123.0	5.0	8.1	7.4
Яблоки 100	110		47.0	0.0	0.0	9.8
Чай с лимоном 200	200		61.0	0.1	0.0	15.2
Хлеб ржано-пшеничный 50	50		90.5	3.3	0.6	17.0
<b>Комплекс 2 Завтрак2</b>	<b>550</b>	<b>94.25 руб.</b>	<b>507.8</b>	<b>16.6</b>	<b>13.1</b>	<b>73.5</b>
Овощи отварные морковь 30	30		16.5	0.0	1.1	1.1
Тефтели из минтая с соусом красным 60/30	90		125.9	7.7	4.7	7.6
Картофельное пюре 150	150		138.0	3.2	6.6	16.3
Чай с лимоном 200	200		61.0	0.1	0.0	15.2
Хлеб пшеничный 40	40		94.0	3.0	0.2	19.7
Хлеб ржано-пшеничный 40	40		72.4	2.6	0.5	13.6
<b>Комплекс 3 Обед1</b>	<b>770</b>	<b>94.25 руб.</b>	<b>711.9</b>	<b>24.1</b>	<b>16.3</b>	<b>107.8</b>
Щи из свежей капусты с картофелем 200	200		96.4	1.4	4.0	6.2
Запеканка из печени с рисом/соус 70/30	100		151.4	8.4	4.1	7.7
Макаронные изд. отварные 150	150		144.9	5.5	7.0	29.0
Компот из свежих яблок 200	200		69.6	0.2	0.0	15.0
Хлеб пшеничный 60	60		141.0	4.6	0.5	29.5
Хлеб ржано-пшеничный 60	60		108.6	4.0	0.7	20.4

Согласовано Директор \_\_\_\_\_ Шульга А.А.  
 МАОУ СОШ № 215 им Д.А. Бакурова  
 Заведующая столовой \_\_\_\_\_ Федорова А.В.



ООО "Большая Перемена Нек"  
 Утверждено  
 Генеральный директор Даниленко Е.Е.



## Меню

МАОУ СОШ № 215 им. Д.А. Бакурова  
 23 Октября 2024 г.

Неделя №2  
 День №5  
 Среда

Льготное С 12 лет и старше

Пищевые вещества, г.

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Белки	Жиры	Угле-воды
<b>Комплекс 1 Завтрак1</b>	<b>638</b>	<b>92.00 руб.</b>	<b>560.4</b>	<b>14.6</b>	<b>16.2</b>	<b>85.1</b>
Каша манная молочная жидкая 200/3	203		215.4	6.2	7.5	30.8
Бутерброд с сыром (2 вар.)35	35		123.0	5.0	8.1	7.4
Яблоки 150	150		70.5	0.0	0.0	14.7
Чай с лимоном 200	200		61.0	0.1	0.0	15.2
Хлеб ржано-пшеничный 50	50		90.5	3.3	0.6	17.0
<b>Комплекс 2 Завтрак2</b>	<b>580</b>	<b>92.00 руб.</b>	<b>556.8</b>	<b>17.2</b>	<b>14.4</b>	<b>76.8</b>
Овощи отварные морковь 30	30		16.5	0.0	1.1	1.1
Тефтели из минтая с соусом красным 60/30	90		125.9	7.7	4.7	7.6
Картофельное пюре 180	180		187.0	3.8	7.9	19.6
Чай с лимоном 200	200		61.0	0.1	0.0	15.2
Хлеб пшеничный 40	40		94.0	3.0	0.2	19.7
Хлеб ржано-пшеничный 40	40		72.4	2.6	0.5	13.6
<b>Комплекс 3 Обед1</b>	<b>850</b>	<b>92.00 руб.</b>	<b>828.4</b>	<b>25.5</b>	<b>16.8</b>	<b>115.2</b>
Щи из свежей капусты с картофелем 250	250		111.0	1.7	5.0	7.8
Запеканка из печени с рисом/соус 70/30	100		151.4	8.4	4.1	7.7
Макаронные изделия отварные 180	180		246.8	6.6	6.5	34.8
Компот из свежих яблок 200	200		69.6	0.2	0.0	15.0
Хлеб пшеничный 60	60		141.0	4.6	0.5	29.5
Хлеб ржано-пшеничный 60	60		108.6	4.0	0.7	20.4

Согласовано Директор  
 МАОУ СОШ № 215 им. Д.А. Бакурова  
 Заведующая столовой



Шульга А.А.

Федорова А.В.

ООО "Большая Перемена Нск"  
Утверждено  
Генеральный директор Даниленко Е.Е.



## Меню

МАОУ СОШ № 215 им Д.А. Бакурова  
23 Октября 2024 г.

Неделя №2  
День №5  
Среда

Учащиеся, родители которых принимают участие в СВО (мобилизованные, добровольцы)

Пищевые вещества, г.

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Белки	Жиры	Угле-воды
<b>Комплект №1</b>	<b>633</b>	<b>92.00 руб.</b>	<b>564.3</b>	<b>14.2</b>	<b>8.6</b>	<b>104.3</b>
Каша манная молочная жидкая 200/3	203		215.4	6.2	7.5	30.8
Яблоки 120	120		56.4	0.0	0.0	11.8
Чай с лимоном 200	200		61.0	0.1	0.0	15.2
Хлеб пшеничный 60	60		141.0	4.6	0.5	29.5
Хлеб ржано-пшеничный 50	50		90.5	3.3	0.6	17.0
<b>Комплект №2</b>	<b>840</b>	<b>92.00 руб.</b>	<b>894.5</b>	<b>22.4</b>	<b>19.6</b>	<b>102.2</b>
Щи из свежей капусты с картофелем 250	250		111.0	1.7	5.0	7.8
Тефтели из минтая с соусом красным 60/30	90		125.9	7.7	4.7	7.6
Картофельное пюре 200	180		207.0	4.3	8.7	21.7
Чай с лимоном 200гр	200		201.0	0.1	0.0	15.2
Хлеб пшеничный 60	60		141.0	4.6	0.5	29.5
Хлеб ржано-пшеничный 60	60		108.6	4.0	0.7	20.4
<b>Комплект №3</b>	<b>850</b>	<b>92.00 руб.</b>	<b>828.4</b>	<b>25.5</b>	<b>16.8</b>	<b>115.2</b>
Щи из свежей капусты с картофелем 250	250		111.0	1.7	5.0	7.8
Запеканка из печени с рисом/соус 70/30	100		151.4	8.4	4.1	7.7
Макаронные изделия отварные 180	180		246.8	6.6	6.5	34.8
Компот из свежих яблок 200	200		69.6	0.2	0.0	15.0
Хлеб пшеничный 60	60		141.0	4.6	0.5	29.5
Хлеб ржано-пшеничный 60	60		108.6	4.0	0.7	20.4

Согласовано Директор  
МАОУ СОШ № 215 им Д.А. Бакурова  
Заведующая столовой



Шульга А.А.

Федорова А.В.

ООО "Большая Перемена Нск"  
 Утверждено  
 Генеральный директор Даниленко Е.Е.

МАОУ СОШ № 215 им Д.А. Бакурова  
 23 Октября 2024 г.

Неделя №2

День №9

Среда

Для учащихся с ОВЗ (1-4 класс) 7-11 лет

Пищевые вещества, г.

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Белки	Жиры	Угле- воды
<b>Комплекс 1 Завтрак1</b>	<b>598</b>	<b>166.56 руб.</b>	<b>536,9</b>	<b>14,6</b>	<b>16,2</b>	<b>80,2</b>
Каша манная молочная жидкая 200/3	203		215.4	6.2	7.5	30.8
Бутерброд с сыром (2 вар.)35	35		123.0	5.0	8.1	7.4
Яблоки 100	110		47.0	0.0	0.0	9.8
Чай с лимоном 200	200		61.0	0.1	0.0	15.2
Хлеб ржано-пшеничный 50	50		90.5	3.3	0.6	17.0
<b>Обед № 1</b>	<b>820</b>	<b>166.56 руб.</b>	<b>712.5</b>	<b>21,9</b>	<b>18,7</b>	<b>97,2</b>
Овощи отварные морковь 60	60		33.0	0.8	2.2	2.2
Щи из свежей капусты с картофелем 200	200		96.4	1.4	4.0	6.2
Тефтели из минтая с соусом красным 60/30	90		125.9	7.7	4.7	7.6
Картофельное пюре 150	150		138.0	3.2	6.6	16.3
Компот из свежих яблок 200	200		69.6	0.2	0.0	15.0
Хлеб пшеничный 60	60		141.0	4.6	0.5	29.5
Хлеб ржано-пшеничный 60	60		108.6	4.0	0.7	20.4
<b>Обед № 2</b>	<b>810</b>	<b>166.56 руб.</b>	<b>708,7</b>	<b>22,6</b>	<b>19,1</b>	<b>101,6</b>
Салат из свежих помидоров и огурцов 60	60		38.4	0.0	3.0	2.1
Щи из свежей капусты с картофелем 200	200		96.4	1.4	4.0	6.2
Запеканка из печени с рисом/соус 70/30	100		151.4	8.4	4.1	7.7
Макаронные изд. отварные 150	150		144.9	5.5	7.0	29.0
Компот из свежих яблок 200	200		69.6	0.2	0.0	15.0
Хлеб пшеничный 50	50		117.5	3.8	0.4	24.6
Хлеб ржано-пшеничный 50	50		90.5	3.3	0.6	17.0
<b>Полдник</b>	<b>300</b>	<b>166.56 руб.</b>	<b>247,0</b>	<b>8,1</b>	<b>13</b>	<b>78,3</b>
Булочка Домашняя 100	100		155.0	7.5	13.0	60.3
Сок яблочный 200	200		92.0	0.6	0.0	18.0

Согласовано Директор

МАОУ СОШ № 215 им Д.А. Бакурова

Заведующая столовой

Шульга А.А.

Федорова А.В.

ООО "Большая Перемена Нск"  
 Утверждено  
 Генеральный директор



Меню

Д.А. Даниленко Е.Е.  
 Д.А. Бакурова

Для учащихся с ОВЗ (5-11 класс) 12 лет и старше.

Неделя №2  
 День №9  
 Среда

Пищевые вещества, г.

Наименование блюд	Выход, г.	Цена, руб.	Калорийность, ккал.	Белки	Жиры	Угле-воды
<b>Комплекс 1 Завтрак1</b>						
Каша манная молочная жидкая 200/3	638	184.60 руб.	560.4	14.6	16.2	85.1
Бутерброд с сыром (2 вар.)35	203		215.4	6.2	7.5	30.8
Яблоки 150	35		123.0	5.0	8.1	7.4
Чай с лимоном 200	150		70.5	0.0	0.0	14.7
Хлеб ржано-пшеничный 50	200		61.0	0.1	0.0	15.2
	50		90.5	3.3	0.6	17.0
<b>Обед № 1</b>						
Овощи отварные - морковь 100	950	184.60 руб.	793.5	23.2	23.5	104.9
Щи из свежей капусты с картофелем 250	100		55.0	0.0	3.8	3.7
Тефтели из минтая с соусом красным 70/30	250		111.0	1.7	5.0	7.8
Картофельное пюре 180	100		121.3	8.9	5.6	8.9
Компот из свежих яблок 200	180		187.0	3.8	7.9	19.6
Хлеб пшеничный 60	200		69.6	0.2	0.0	15.0
Хлеб ржано-пшеничный 60	60		141.0	4.6	0.5	29.5
	60		108.6	4.0	0.7	20.4
<b>Обед № 2</b>						
Салат из свежих помидор и огурцов 100	950	184.60 руб.	892.4	25.5	21.9	118.8
Щи из свежей капусты с картофелем 250	100		64.0	0.0	5.1	3.6
Запеканка из печени с рисом/соус 70/30	250		111.0	1.7	5.0	7.8
Макаронные изделия отварные 180	100		151.4	8.4	4.1	7.7
Компот из свежих яблок 200	180		246.8	6.6	6.5	34.8
Хлеб пшеничный 60	200		69.6	0.2	0.0	15.0
Хлеб ржано-пшеничный 60	60		141.0	4.6	0.5	29.5
	60		108.6	4.0	0.7	20.4
<b>Полдник</b>						
Булочка Домашняя 80	350	184.60 руб.	368.7	6.7	10.4	70.8
Сок яблочный 250	100		250.7	6.0	10.4	48.3
	250		118.0	0.7	0.0	22.5

Согласовано Директор  
 МАОУ СОШ № 215 им Д.А. Бакурова  
 Заведующая столовой



Щульга А.А.  
 Федорова А.В.