

Утверждаю директор ООО «ОРИОН»
Сычугова Л.В.

«Согласовано» Директор МБОУ ЦО № 53 *И.И. Артамонова*

МЕНЮ

на 18.11.2024 года
для учащихся 1-4х классов

| Прием пищи | Наименование блюда | Масса порции(гр) | ККАЛ |
|---------------------|--|------------------|-------|
| Завтрак | Каша из крупы «Геркулес» вязкая | 180 | 212,8 |
| | Кофейный напиток с молоком | 200 | 88 |
| | Бутерброд с сыром | 20/5/15 | 149 |
| | Фрукты свежие (Яблоко) | 100 | 44 |
| Стоимость завтрака: | | 102,00 | |
| Обед | Икра кабачковая | 60 | 71,4 |
| | Рассольник "Ленинградский" на м/б | 200 | 131 |
| | Котлеты рыбные | 100 | 234,9 |
| | Рис с овощами | 150 | 182 |
| | Компот из плодов и ягод сушеных (курага) | 200 | 40 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 54,3 |
| | Батон нарезной | 20 | 52,4 |
| Стоимость обеда: | | 102,00 | |
| Полдник | Плюшка Московская | 100 | 235,5 |
| | Чай с сахаром | 200 | 38 |
| | Стоимость полдника: | | 55,00 |

для учащихся 5-11х классов

| Прием пищи | Наименование блюда | Масса порции(гр) | ККАЛ |
|---------------------|--|------------------|-------|
| Завтрак | Каша из крупы «Геркулес» вязкая | 210 | 248,3 |
| | Кофейный напиток с молоком | 200 | 88 |
| | Бутерброд с сыром | 20/5/15 | 149 |
| | Фрукты свежие (Яблоко) | 100 | 44 |
| Стоимость завтрака: | | 102,00 | |
| Обед | Икра кабачковая | 100 | 119 |
| | Рассольник "Ленинградский" на м/б | 250 | 163,8 |
| | Котлеты рыбные | 100 | 234,9 |
| | Рис с овощами | 180 | 218,4 |
| | Компот из плодов и ягод сушеных (курага) | 200 | 40 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 72,4 |
| | Батон нарезной | 30 | 78,6 |
| Стоимость обеда: | | 102,00 | |

Утверждаю директор ООО «ОРИОН»
Сычугова Л.В.

«Согласовано» Директор МБОУ ЦО № 53 *И.И. Селезнев*
Артamonov

МЕНЮ

на 19.11.2024 года
для учащихся 1-4х классов

| Прием пищи | Наименование блюда | Масса порции(гр) | ККАЛ |
|---------------------|--|------------------|-------|
| Завтрак | Запеканка из творога с джемом | 170 | 343,4 |
| | Чай с лимоном | 200 | 40 |
| | Батон нарезной | 30 | 78,6 |
| | Фрукты свежие (Апельсин) | 100 | 38 |
| Стоимость завтрака: | | 102,00 | |
| Обед | Салат из свеклы отварной | 60 | 55 |
| | Суп картофельный с бобовыми на м/б | 200 | 130 |
| | Печень говяжья по-строгановски | 100 | 193 |
| | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 253 |
| | Компот из плодов и ягод сушеных (изюм) | 200 | 40 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 54,3 |
| | Батон нарезной | 20 | 52,4 |
| Стоимость обеда: | | 102,00 | |
| Полдник | Ватрушка творожная | 50 | 185,7 |
| | Сок фруктовый | 200 | 88,1 |
| | Стоимость полдника: | | 55,00 |

для учащихся 5-11х классов

| Прием пищи | Наименование блюда | Масса порции(гр) | ККАЛ |
|---------------------|--|------------------|-------|
| Завтрак | Запеканка из творога с джемом | 220 | 444,4 |
| | Чай с лимоном | 200 | 40 |
| | Батон нарезной | 30 | 78,6 |
| | Фрукты свежие (Апельсин) | 100 | 38 |
| Стоимость завтрака: | | 102,00 | |
| Обед | Салат из свеклы отварной | 100 | 91,7 |
| | Суп картофельный с бобовыми на м/б | 250 | 162,5 |
| | Печень говяжья по-строгановски | 100 | 193 |
| | Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 303,6 |
| | Компот из плодов и ягод сушеных (изюм) | 200 | 40 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 72,4 |
| Батон нарезной | 30 | 78,6 | |
| Стоимость обеда: | | 102,00 | |

Утверждаю директор ООО «ОРИОН»
 Сычугова Л.В.

«Согласовано» Директор МБОУ СО № 55 г.ч. А.М.Толстого
 Артемасова И.В.

МЕНЮ

на 20.11.2024 года
 для учащихся 1-4х классов

| Прием пищи | Наименование блюда | Масса порции(гр) | ККАЛ |
|---------------------|--|------------------|-------|
| Завтрак | Каша рисовая вязкая | 180 | 208,4 |
| | Какао с молоком | 200 | 94 |
| | Батон нарезной | 20 | 52,4 |
| | Масло сливочное | 10 | 73,2 |
| | Фрукты свежие (Яблоко) | 100 | 47 |
| Стоимость завтрака: | | 102,00 | |
| Обед | Салат витаминный | 60 | 44 |
| | Суп картофельный с крупой (гречневый) на к/б | 200 | 100,6 |
| | Бефстроганов из отварной говядины | 100 | 202 |
| | Макароны отварные | 150 | 184,5 |
| | Сок фруктовый | 205 | 90,3 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 54,3 |
| | Батон нарезной | 20 | 52,4 |
| Стоимость обеда: | | 102,00 | |
| Полдник | Булочка школьная | 40 | 115,1 |
| | Кисломолочный напиток (Кефир) | 200 | 109,6 |
| | Стоимость полдника: | | 55,00 |

для учащихся 5-11х классов

| Прием пищи | Наименование блюда | Масса порции(гр) | ККАЛ |
|---------------------|--|------------------|-------|
| Завтрак | Каша рисовая вязкая | 210 | 243,2 |
| | Какао с молоком | 200 | 94 |
| | Батон нарезной | 30 | 78,6 |
| | Масло сливочное | 10 | 73,2 |
| | Фрукты свежие (Яблоко) | 100 | 47 |
| Стоимость завтрака: | | 102,00 | |
| Обед | Салат витаминный | 100 | 73,3 |
| | Суп картофельный с крупой (гречневый) на к/б | 250 | 125,8 |
| | Бефстроганов из отварной говядины | 100 | 202 |
| | Макароны отварные | 180 | 221,4 |
| | Сок фруктовый | 205 | 90,3 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 72,4 |
| | Батон нарезной | 30 | 78,6 |
| Стоимость обеда: | | 102,00 | |

Утверждаю директор ООО «ОРИОН»

Сычугова Л.В.

«Согласовано» Директор МБОУ ЦО № 5 *Зини Л.И. Толстова*

Артamonova M.

МЕНЮ

на 21.11.2024 года
для учащихся 1-4х классов

| Прием пищи | Наименование блюда | Масса порции(гр) | ККАЛ |
|---------------------|-----------------------------|------------------|-------|
| Завтрак | Горошек зеленый | 60 | 40 |
| | Омлет натуральный | 150 | 246 |
| | Батон нарезной | 20 | 52,4 |
| | Кофейный напиток с молоком | 200 | 88 |
| | Фрукты свежие (Апельсин) | 100 | 49,2 |
| Стоимость завтрака: | | 102,00 | |
| Обед | Винегрет овощной | 60 | 52,8 |
| | Суп картофельный с рыбой | 200 | 110 |
| | Плов из отварной птицы | 240 | 352,5 |
| | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 84 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 54,3 |
| | Батон нарезной | 20 | 52,4 |
| Стоимость обеда: | | 102,00 | |
| Полдник | Коржик молочный | 50 | 217,4 |
| | Компот из яблок и лимона | 200 | 46,7 |
| | Стоимость полдника: | | 55,00 |

для учащихся 5-11х классов

| Прием пищи | Наименование блюда | Масса порции(гр) | ККАЛ |
|---------------------|-----------------------------|------------------|-------|
| Завтрак | Горошек зеленый | 60 | 40 |
| | Омлет натуральный | 170 | 316 |
| | Батон нарезной | 20 | 52,4 |
| | Кофейный напиток с молоком | 200 | 88 |
| | Фрукты свежие (Апельсин) | 100 | 49,2 |
| Стоимость завтрака: | | 102,00 | |
| Обед | Винегрет овощной | 100 | 88 |
| | Суп картофельный с рыбой | 250 | 137,5 |
| | Плов из отварной птицы | 280 | 411,3 |
| | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 84 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 72,4 |
| | Батон нарезной | 30 | 78,6 |
| Стоимость обеда: | | 102,00 | |

Утверждаю директор ООО «ОРИОН»
 Сычугова Л.В.

«Согласовано» Директор МБОУ ЦО № 53 *М.П. Сонцова*
В.А. Александрова

МЕНЮ

На 22.11.2024 года
 для учащихся 1-4х классов

| Прием пищи | Наименование блюда | Масса порции(гр) | ККАЛ |
|---------------------|---|------------------|-------|
| Завтрак | Макароны отварные с сыром | 170 | 336 |
| | Чай с сахаром | 200 | 38 |
| | Батон нарезной | 30 | 78,6 |
| | Фрукты свежие (Яблоко) | 100 | 44 |
| Стоимость завтрака: | | 102,00 | |
| Обед | Салат картофельный с соленым огурцом и зеленым горошком | 60 | 60 |
| | Борщ с капустой и картофелем на м/б | 200 | 120 |
| | Рыба, запеченная под молочным соусом | 140 | 180 |
| | Картофельное пюре | 150 | 161 |
| | Напиток из шиповника | 200 | 78 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 54,3 |
| | Батон нарезной | 20 | 52,4 |
| Стоимость обеда: | | 102,00 | |
| Полдник | Булочка Ванильная | 100 | 298,3 |
| | Сок фруктовый | 200 | 88,1 |
| | Стоимость полдника: | | 55,00 |

для учащихся 5-11х классов

| Прием пищи | Наименование блюда | Масса порции(гр) | ККАЛ |
|---------------------|---|------------------|-------|
| Завтрак | Макароны отварные с сыром | 220 | 434,8 |
| | Чай с сахаром | 200 | 38 |
| | Батон нарезной | 30 | 78,6 |
| | Фрукты свежие (Яблоко) | 100 | 44 |
| Стоимость завтрака: | | 102,00 | |
| Обед | Салат картофельный с соленым огурцом и зеленым горошком | 100 | 100 |
| | Борщ с капустой и картофелем на м/б | 250 | 150 |
| | Рыба, запеченная под молочным соусом | 140 | 180 |
| | Картофельное пюре | 180 | 193,2 |
| | Напиток из шиповника | 200 | 78 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 72,4 |
| | Батон нарезной | 30 | 78,6 |
| Стоимость обеда: | | 102,00 | |