

Утверждаю Генеральный директор ООО «ВЕКТОР»
Бабаков Р.И.

«Согласовано» Директор МБОУ ЦО № 38

Максимова Т. В.

МЕНЮ

на 21.11.2022 года

для учащихся 1-4х классов

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции(гр)	ККАЛ
Завтрак	Омлет с зеленым горошком	185	189,4
	Чай с сахаром	200	26,8
	батон йодированный	40	95
	Яблоко	120	53,3
	Зефир	35	113,2
Стоимость завтрака:			74,00
Обед	Салат из белокочанной капусты	60	85,8
	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	100,9
	Рис отварной	150	203,5
	Курица тушеная с морковью	90	113,7
	Компот из смеси сухофруктов	200	81
	батон йодированный	30	71,2
	Хлеб ржано-пшеничный	30	58,7
Стоимость обеда:			74,00
Полдник	Сыр твердых сортов в нарезке	10	35,8
	Мандарин	100	35
	Сок морковный	200	111,4
	Галеты	20	78,6
Стоимость полдника:			37,00

для учащихся 5-11х классов

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции(гр)	ККАЛ
Завтрак	Омлет с зеленым горошком	200	204,76
	Чай с сахаром	200	26,8
	батон йодированный	40	95
	Яблоко	120	53,3
	Зефир	35	113,2
Стоимость завтрака:			74,00
Обед	Салат из белокочанной капусты	100	143,00
	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	126,13
	Рис отварной	180	244,20
	Курица тушеная с морковью	100	126,33
	Компот из смеси сухофруктов	200	81
	батон йодированный	50	118,67
	Хлеб ржано-пшеничный	30	58,7
Стоимость обеда:			74,00

Утверждаю Генеральный директор ООО «ВЕКТОР»
Бабаков Р.И.

«Согласовано» Директор МБОУ ДО № 38

Максимова Т. В.

МЕНЮ

на 22.11.2022 года

для учащихся 1-4х классов

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции(гр)	ККАЛ
Завтрак	Свекла отварная дольками	60	25,2
	Масло сливочное	10	66,1
	Макароны отварные	160	209,9
	Котлета рыбная любительская	90	99,8
	Чай с лимоном и сахаром	200	27,9
	батон йодированный	30	71,2
Стоимость завтрака:		74,00	
Обед	Салат из квашеной капусты	60	81,6
	Суп гороховый	250	166,4
	Картофельное пюре	150	139,4
	Гуляш из говядины	90	208,9
	Напиток из шиповника	200	65,4
	батон йодированный	30	71,2
Стоимость обеда:		30	58,7
Полдник			74,00
	Напиток тыквенный	200	84
	Булочка с кунжутом	100	266
Стоимость полдника:		100	37,00

для учащихся 5-11х классов

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции(гр)	ККАЛ
Завтрак	Свекла отварная дольками	60	25,2
	Масло сливочное	10	66,1
	Макароны отварные	160	209,9
	Котлета рыбная любительская	90	99,8
	Чай с лимоном и сахаром	200	27,9
	батон йодированный	30	71,2
Стоимость завтрака:		74,00	
Обед	Салат из квашеной капусты	100	136
	Суп гороховый	250	166,40
	Картофельное пюре	180	167,28
	Гуляш из говядины	100	232,11
	Напиток из шиповника	200	65,4
	батон йодированный	50	118,67
Стоимость обеда:		30	58,7
		74,00	

Утверждаю Генеральный директор ООО «ВЕКТОР»

Бабаков Р.И.

«Согласовано» Директор МБОУ ЦО № 38»

Максимова Т. В.

МЕНЮ

на 23.11.2022 года

для учащихся 1-4х классов

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции(гр)	ККАЛ
Завтрак	Салат из моркови и яблок	70	86,7
	Каша вязкая молочная пшеничная	200	274,9
	Кофейный напиток с молоком	200	86
	батон йодированный	30	71,2
Стоимость завтрака:			74,00
Обед	Винегрет с растительным маслом	80	89,5
	Щи из свежей капусты со сметаной	250	115,3
	Рагу из овощей	150	133,3
	Тефтели из говядины паровые	90	175,5
	Компот из кураги	200	66,9
	Хлеб ржано-пшеничный	40	78,2
	батон йодированный	30	71,2
	Пастила	25	80,5
Стоимость обеда:			74,00
Полдник	Ацидофилин	200	109,6
	Груша	100	45,5
	Корж молочный	50	217,4
Стоимость полдника:			37,00

для учащихся 5-11х классов

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции(гр)	ККАЛ
Завтрак	Салат из моркови и яблок	70	86,7
	Каша вязкая молочная пшеничная	250	343,63
	Кофейный напиток с молоком	200	86
	батон йодированный	30	71,2
Стоимость завтрака:			74,00
Обед	Винегрет с растительным маслом	100	111,88
	Щи из свежей капусты со сметаной	250	115,3
	Рагу из овощей	180	159,96
	Тефтели из говядины паровые	100	195,00
	Компот из кураги	200	66,9
	Хлеб ржано-пшеничный	40	78,2
	батон йодированный	50	118,67
	Пастила	25	80,5
Стоимость обеда:			74,00

Утверждаю Генеральный директор ООО «ВЕКТОР»

Бабаков Р.И.

«Согласовано» Директор МБОУ ЦО № 38

Максимова Т. В.

МЕНЮ

на 24.11.2022 года
для учащихся 1-4х классов

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции(гр)	ККАЛ
Завтрак	Запеканка из творога с морковью	150	249,6
	Какао с молоком	200	100,4
	Мандарин	100	35
	молоко сгущенное с сахаром	20	65,5
	батон йодированный	30	71,2
Стоимость завтрака:			74,00
Обед	Салат из белокочанной капусты	60	85,8
	Суп крестьянский с крупой (крупя перловая)	200	115,6
	Плов с курицей	220	346,1
	Компот из свежих яблок	200	41,6
	Хлеб ржано-пшеничный	30	58,7
	батон йодированный	30	71,2
Стоимость обеда:			74,00
Полдник	Кефир	200	100,2
	Печенье	30	124,7
	Апельсин	150	56,7
Стоимость полдника:			37,00

для учащихся 5-11х классов

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции(гр)	ККАЛ
Завтрак	Запеканка из творога с морковью	200	332,80
	Какао с молоком	200	100,4
	Мандарин	100	35
	молоко сгущенное с сахаром	20	65,5
	батон йодированный	30	71,2
Стоимость завтрака:			74,00
Обед	Салат из белокочанной капусты	100	143,00
	Суп крестьянский с крупой (крупя перловая)	250	144,50
	Плов с курицей	280	440,49
	Компот из свежих яблок	200	41,6
	Хлеб ржано-пшеничный	30	58,7
	батон йодированный	50	118,67
Стоимость обеда:			74,00

Утверждаю Генеральный директор ООО «ВЕКТОР»
Бабаков Р.И.

«Согласовано» Директор МБОУ СО № 38»

Максимова Т. В.

МЕНЮ

на 25.11.2022 года

для учащихся 1-4х классов

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции(гр)	ККАЛ
Завтрак	Салат из свеклы отварной	60	45,7
	Макаронны отварные	150	196,8
	Биточек из курицы	90	151,8
	Чай с лимоном и сахаром	200	27,9
	батон йодированный	40	95
Стоимость завтрака:			74,00
Обед	Салат из моркови и чернослива	100	94,6
	Суп картофельный с рыбой	250	143,2
	Голубцы ленивые	240	307,9
	Компот из изюма	200	75,9
	Хлеб ржано-пшеничный	30	58,7
	батон йодированный	40	95
Стоимость обеда:			74,00
Полдник	Слойка с повидлом	100	382
	Ряженка	200	101,8
	Стоимость полдника:		

для учащихся 5-11х классов

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции(гр)	ККАЛ
Завтрак	Салат из свеклы отварной	60	45,7
	Макаронны отварные	160	209,92
	Биточек из курицы	90	151,8
	Чай с лимоном и сахаром	200	27,9
	батон йодированный	40	95
Стоимость завтрака:			74,00
Обед	Салат из моркови и чернослива	100	94,6
	Суп картофельный с рыбой	250	143,2
	Голубцы ленивые	280	359,22
	Компот из изюма	200	75,9
	Хлеб ржано-пшеничный	30	58,7
	батон йодированный	50	118,67
Стоимость обеда:			74,00

Утверждаю Генеральный директор ООО «ВЕКТОР»

Бабаков Р.И.

«Согласовано» Директор МБОУ ДО №38»

Максимова Т. В.

МЕНЮ

на 26.11.2022 года

для учащихся 1-4х классов

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции(гр)	ККАЛ
Завтрак	Масло сливочное	10	66,1
	Суп молочный с гречневой крупой	200	129,9
	Яйцо вареное	40	56,6
	Кофейный напиток с молоком	200	86
	батон йодированный	40	95
	Яблоко	120	53,3
	Стоимость завтрака:		74,00
Обед	Салат из соленых огурцов с луком	100	59,1
	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	149,5
	Картофельное пюре	150	139,4
	Рыба тушеная в томате с овощами	100	147,3
	Компот из кураги	200	66,9
	Хлеб ржано-пшеничный	40	78,2
	Мармелад фруктово-ягодный формовой	20	69,1
	батон йодированный	40	95
Стоимость обеда:		74,00	
Полдник	Молоко	200	118,4
	Корж молочный	50	217,4
	Груша	100	45,5
Стоимость полдника:		37,00	

для учащихся 5-11х классов

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции(гр)	ККАЛ
Завтрак	Масло сливочное	10	66,1
	Суп молочный с гречневой крупой	200	129,9
	Яйцо вареное	40	56,6
	Кофейный напиток с молоком	200	86
	батон йодированный	40	95
	Яблоко	120	53,3
	Стоимость завтрака:		74,00
Обед	Салат из соленых огурцов с луком	100	59,1
	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	149,5
	Картофельное пюре	180	167,28
	Рыба тушеная в томате с овощами	100	147,3
	Компот из кураги	200	66,9
	Хлеб ржано-пшеничный	40	78,2
	Мармелад фруктово-ягодный формовой	20	69,1
	батон йодированный	50	118,67
Стоимость обеда:		74,00	