

Утверждаю директор ООО «ОРИОН»

«Согласовано» Директор МБОУ ЦО № 38

Максимова Т. В.

**МЕНЮ**

на 14.10.2024 года  
для учащихся 1-4х классов

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции(гр)	ККАЛ
<b>Завтрак</b>	Каша из крупы «Геркулес» вязкая	180	212,800
	Кофейный напиток с молоком	200	88,000
	Бутерброд с сыром	20/5/15	149,000
	Фрукты свежие (Яблоко)	100	44,000
Стоимость завтрака:		102,00	
<b>Обед</b>	Овощи натуральные (помидор)	60	14,400
	Рассольник "Ленинградский" на м/б	200	131,000
	Котлеты рыбные	100	234,900
	Рис с овощами	150	182,000
	Компот из плодов и ягод сушеных (курага)	200	40,000
	Хлеб ржано-пшеничный	30	54,300
	Батон нарезной	20	52,400
Стоимость обеда:		102,00	
<b>Полдник</b>	Плюшка Московская	100	235,5
	Чай с сахаром	200	38,00
Стоимость полдника:		55,00	

для учащихся 5-11х классов

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции(гр)	ККАЛ
<b>Завтрак</b>	Каша из крупы «Геркулес» вязкая	210	248,267
	Кофейный напиток с молоком	200	88,000
	Бутерброд с сыром	20/5/15	149,000
	Фрукты свежие (Яблоко)	100	44,000
Стоимость завтрака:		102,00	
<b>Обед</b>	Овощи натуральные (помидор)	100	24,000
	Рассольник "Ленинградский" на м/б	250	163,750
	Котлеты рыбные	100	234,900
	Рис с овощами	180	218,400
	Компот из плодов и ягод сушеных (курага)	200	40,000
	Хлеб ржано-пшеничный	40	72,400
	Батон нарезной	30	78,600
Стоимость обеда:		102,00	

Утверждаю директор ООО «ОРИОН»

Сычугова Л.В.

«Согласовано» директор МБОУ ЦО № 38

Максимова Т. В.

## МЕНЮ

на 15.10.2024 года  
для учащихся 1-4х классов

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции(гр)	ККАЛ
<b>Завтрак</b>	Запеканка из творога с джемом	170	343,400
	Чай с лимоном	200	40,000
	Батон нарезной	30	78,600
	Фрукты свежие (Груша)	100	38,000
Стоимость завтрака:		102,00	
<b>Обед</b>	Салат из свеклы отварной	60	55,000
	Суп картофельный с бобовыми на м/б	200	130,000
	Печень говяжья по-строгановски	100	193,000
	Каша гречневая рассыпчатая	150	253,000
	Компот из плодов и ягод сушеных (изюм)	200	40,000
	Хлеб ржано-пшеничный	30	54,300
	Батон нарезной	20	52,400
Стоимость обеда:		102,00	
<b>Полдник</b>	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
<b>Завтрак</b>	Запеканка из творога с джемом	220	444,400
	Чай с лимоном	200	40,000
	Батон нарезной	30	78,600
	Фрукты свежие (Груша)	100	38,000
Стоимость завтрака:		102,00	
<b>Обед</b>	Салат из свеклы отварной	100	91,667
	Суп картофельный с бобовыми на м/б	250	162,500
	Печень говяжья по-строгановски	100	193,000
	Каша гречневая рассыпчатая	180	303,600
	Компот из плодов и ягод сушеных (изюм)	200	40,000
	Хлеб ржано-пшеничный	40	72,400
	Батон нарезной	30	78,600
Стоимость обеда:		102,00	

Утверждено директор ООО «ОРИОН» Сычугова Л.В.  
 «Согласовано» Директор МБОУ СО № 38 Максимова Т. В.

**МЕНЮ**

на 16.10.2024 года  
 для учащихся 1-4х классов

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции(гр)	ККАЛ
<b>Завтрак</b>	Каша рисовая вязкая	180	208,430
	Какао с молоком	200	94,000
	Батон нарезной	20	52,400
	Масло сливочное	10	73,180
	Фрукты свежие (Яблоко)	100	47,000
Стоимость завтрака:		102,00	
<b>Обед</b>	Салат витаминный	60	44,000
	Суп картофельный с крупой (гречневый) на к/б	200	100,6
	Бефстроганов из отварной говядины	100	202
	Макаронны отварные	150	184,500
	Сок фруктовый	205	90,3
	Хлеб ржано-пшеничный	30	54,300
	Батон нарезной	20	52,400
Стоимость обеда:		102,00	
<b>Полдник</b>	Булочка школьная	40	115,100
	Кисломолочный напиток (Кефир)	200	109,6
	Стоимость полдника:		55,00

для учащихся 5-11х классов

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции(гр)	ККАЛ
<b>Завтрак</b>	Каша рисовая вязкая	210	243,168
	Какао с молоком	200	94,000
	Батон нарезной	30	78,600
	Масло сливочное	10	73,180
	Фрукты свежие (Яблоко)	100	47,000
Стоимость завтрака:		102,00	
<b>Обед</b>	Салат витаминный	100	73,333
	Суп картофельный с крупой (гречневый) на к/б	250	125,750
	Бефстроганов из отварной говядины	100	202
	Макаронны отварные	180	221,400
	Сок фруктовый	205	90,3
	Хлеб ржано-пшеничный	40	72,400
	Батон нарезной	30	78,600
Стоимость обеда:		102,00	

Утверждено директором ООО «ОРИОН»  
 Сычугова Д.В.  
 «Согласовано» Директор МБОУ ЦО № 38

Максимова Т. В.

**МЕНЮ**

на 17.10.2024 года  
 для учащихся 1-4х классов

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции(гр)	ККАЛ
<b>Завтрак</b>	Овощи натуральные (огурец свежий)	60	35,6
	Омлет натуральный	150	246,000
	Батон нарезной	20	52,400
	Кофейный напиток с молоком	200	88,000
	Фрукты свежие (Груша)	100	49,200
	Стоимость завтрака:		102,00
<b>Обед</b>	Винегрет овощной	60	52,800
	Суп картофельный с рыбой	200	110
	Плов из отварной птицы	240	352,5
	Компот из смеси сухофруктов	200	84,000
	Хлеб ржано-пшеничный	30	54,300
	Батон нарезной	20	52,400
Стоимость обеда:		102,00	
<b>Полдник</b>	Коржик молочный	50	217,400
	Компот из яблок и лимона	200	46,700
	Стоимость полдника:		55,00

для учащихся 5-11х классов

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции(гр)	ККАЛ
<b>Завтрак</b>	Овощи натуральные (огурец свежий)	60	35,6
	Омлет натуральный	170	315,973
	Батон нарезной	20	52,400
	Кофейный напиток с молоком	200	88,000
	Фрукты свежие (Груша)	100	49,200
	Стоимость завтрака:		102,00
<b>Обед</b>	Винегрет овощной	100	88,000
	Суп картофельный с рыбой	250	137,5
	Плов из отварной птицы	280	411,250
	Компот из смеси сухофруктов	200	84,000
	Хлеб ржано-пшеничный	40	72,400
	Батон нарезной	30	78,600
Стоимость обеда:		102,00	

Утверждаю директор ООО «ОРИОН»

«ОРИОН»

Сычугова Л.В.

«Согласовано»

Директор МБОУ ДО № 38

Максимова Т. В.

**МЕНЮ**

**На 18.10.2024 года  
для учащихся 1-4х классов**

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции(гр)	ККАЛ
<b>Завтрак</b>	Макароны отварные с сыром	170	336,000
	Чай с сахаром	200	38,000
	Батон нарезной	30	78,600
	Фрукты свежие (Яблоко)	100	44,000
Стоимость завтрака:		102,00	
<b>Обед</b>	Салат картофельный с соленым огурцом и зеленым горошком	60	60,000
	Борщ с капустой и картофелем на м/б	200	120
	Рыба, запеченная под молочным соусом	140	180,000
	Картофельное пюре	150	161,000
	Напиток из шиповника	200	78,000
	Хлеб ржано-пшеничный	30	54,300
	Батон нарезной	20	52,400
Стоимость обеда:		102,00	
<b>Полдник</b>	Булочка Ванильная	100	298,330
	Сок фруктовый	200	88,10
Стоимость полдника:		55,00	

**для учащихся 5-11х классов**

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции(гр)	ККАЛ
<b>Завтрак</b>	Макароны отварные с сыром	220	434,824
	Чай с сахаром	200	38,000
	Батон нарезной	30	78,600
	Фрукты свежие (Яблоко)	100	44,000
Стоимость завтрака:		102,00	
<b>Обед</b>	Салат картофельный с соленым огурцом и зеленым горошком	100	100,000
	Борщ с капустой и картофелем на м/б	250	150,000
	Рыба, запеченная под молочным соусом	140	180,000
	Картофельное пюре	180	193,200
	Напиток из шиповника	200	78,000
	Хлеб ржано-пшеничный	40	72,400
	Батон нарезной	30	78,600
Стоимость обеда:		102,00	

Утверждаю, директор ООО «ОРИОН» Свечугова Л.В.  
 «Согласовано» Директор МБОУ ЦО № 38 Максимова Т. В.

**МЕНЮ**  
**На 19.10.2024 года**  
**для учащихся 1-4х классов**

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции(гр)	ККАЛ
<b>Завтрак</b>	Каша жидкая молочная кукурузная	180	204
	Какао с молоком	200	94,000
	Масло сливочное	10	73,180
	Батон нарезной	30	78,600
	Фрукты свежие (Груша)	100	96,000
Стоимость завтрака:		102,00	
<b>Обед</b>	Овощи натуральные (помидор свежий)	60	14,400
	Суп с макаронными изделиями и картофелем на к/б	200	119,000
	Фрикадельки из говядины	90	172,000
	Рис отварной	150	219,300
	Кисель плодово-ягодный	200	122,000
	Хлеб ржано-пшеничный	30	54,300
	Батон нарезной	20	52,400
Стоимость обеда:		102,00	
<b>Полдник</b>	Кондитерское изделие (печенье)	40	166,000
	Сок фруктовый	200	88,10
Стоимость полдника:		55,00	

**для учащихся 5-11х классов**

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции(гр)	ККАЛ
<b>Завтрак</b>	Каша жидкая молочная кукурузная	210	238,000
	Какао с молоком	200	94,000
	Масло сливочное	10	73,180
	Батон нарезной	30	78,600
	Фрукты свежие (Груша)	100	96,000
Стоимость завтрака:		102,00	
<b>Обед</b>	Овощи натуральные (помидор свежий)	100	24,000
	Суп с макаронными изделиями и картофелем на к/б	250	148,750
	Фрикадельки из говядины	100	191,111
	Рис отварной	180	263,160
	Кисель плодово-ягодный	200	122,000
	Хлеб ржано-пшеничный	40	72,400
	Батон нарезной	30	78,600
Стоимость обеда:		102,00	