

Утверждаю директор Филиал «ЛИБРА» ООО «ОРИОН»
Буянов А.С.

«Согласовано» Директор МБОУ ЦО № 36 »
Н. М. Табунникова



МЕНЮ
на 24.03.2025 года
для учащихся 1-4х классов

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции(гр)	ККАЛ
Завтрак	Макароны с сыром	240	378
	Печенье	20	83
	Кофейный напиток на молоке	200	88
	Хлеб из муки пшеничной	40	104,7
Обед	Икра кабачковая	60	71,4
	Щи из свежей капусты на к/б со сметаной	210	79,57
	Плов с курицей	240	442,39
	Отвар шиповника	200	64,23
	Хлеб из муки пшеничной	30	78,5
	Хлеб ржано-пшеничный	40	78,8
Полдник	Булочка Ванильная	100	298,3
	Яблоко	200	94
	Сок фруктовый	200	110
	Стоимость дня:	477,57	

для учащихся 5-11х классов

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции(гр)	ККАЛ
Завтрак	Макароны с сыром	270	511,7
	Печенье	20	83
	Кофейный напиток на молоке	200	88
	Хлеб из муки пшеничной	60	157
Обед	Икра кабачковая	100	119
	Щи из свежей капусты на к/б со сметаной	260	98,52
	Плов с курицей	280	516,12
	Отвар шиповника	200	64,23
	Хлеб из муки пшеничной	40	104,7
	Хлеб ржано-пшеничный	60	118,2
Полдник	Булочка Ванильная	100	298,3
	Яблоко	200	94
	Сок фруктовый	200	110
Стоимость дня:		477,57	

Утверждаю директор Филиал «ЛИБРА» ООО «ОРИОН»
Буянов А.С.

«Согласовано» Директор МБОУ ЦО № 36 »
Н. М. Табунникова

МЕНЮ
на 25.03.2025 года
для учащихся 1-4х классов

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции(гр)	ККАЛ
Завтрак	Каша Дружба	200	257,0
	Сыр в нарезке	20	71,6
	Масло сливочное	10	74,9
	Пряник	35	114,1
	Чай с сахаром	200	24
	Хлеб из муки пшеничной	40	104,7
Обед	Кукуруза консервированная	60	187,8
	Суп картофельный с бобовыми (горох) и гречками на мясном бульоне	210	97,64
	Гуляш из говядины	100	361,33
	Макаронные изделия отварные	150	211
	Компот из свежих плодов	200	69,25
	Хлеб из муки пшеничной	30	78,5
	Хлеб ржано-пшеничный	40	78,8
Полдник	Булочка калорийная	100	360,0
	Груша	200	86
	Сок фруктовый	200	92
Стоимость дня:		477,57	

для учащихся 5-11х классов

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции(гр)	ККАЛ
Завтрак	Каша Дружба	250	321,3
	Сыр в нарезке	20	71,6
	Масло сливочное	10	74,9
	Пряник	35	114,1
	Чай с сахаром	200	24
	Хлеб из муки пшеничной	40	104,7
Обед	Кукуруза консервированная	100	313
	Суп картофельный с бобовыми (горох) и гречками на мясном бульоне	260	120,89
	Гуляш из говядины	100	361,33
	Макаронные изделия отварные	180	253,2
	Компот из свежих плодов	200	69,25
	Хлеб из муки пшеничной	40	104,7
	Хлеб ржано-пшеничный	60	118,2
Полдник	Булочка калорийная	100	360,0
	Груша	200	86
	Сок фруктовый	200	92
Стоимость дня:		477,57	

Директор МБОУ Ц
Н. М. Табу
а
ассов
Масса
порции(гр)

Н. М. Табунникова

для учащихся 1-4х классов

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции(гр)	ККАЛ
Завтрак	Пудинг из творога запеченный со сгущенным молоком	170	373,4
	Яблоко	100	47
	Масло сливочное	10	74,9
	Какао-напиток на молоке	200	86,5
	Хлеб из муки пшеничной	40	104,7
Обед	Салат из квашеной капусты	60	65,4
	Суп картофельный с макаронными изделиями и курицей	200	71,15
	Котлета рыбная	90	210,84
	Пюре картофельное	150	145,6
	Компот из плодов сухих	200	56
	Хлеб из муки пшеничной	30	78,5
	Хлеб ржано-пшеничный	40	78,8
Полдник			
	Сдоба обыкновенная	100	311,67
	Мандарин	200	94
	Йогурт	200	100,2
Стоимость дня:		477,57	

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции(гр)	ККАЛ
Завтрак	Пудинг из творога запеченный со сгущенным молоком	200	439,3
	Яблоко	100	47
	Масло сливочное	10	74,9
	Какао напиток на молоке	200	86,5
	Хлеб из муки пшеничной	40	104,7
Обед	Салат из квашеной капусты	100	109,49
	Суп картофельный с макаронными изделиями и курицей	250	88,94
	Котлета рыбная	100	234,23
	Пюре картофельное	180	174,72
	Компот из плодов сухих	200	56
	Хлеб из муки пшеничной	40	104,7
	Хлеб ржано-пшеничный	60	118,2
Полдник	Сдоба обыкновенная	100	311,67
	Мандарин	200	94
	Йогурт	200	100,2
Стоимость дня:		477,57	

Утверждаю директор Филиал «ЛИБРА» ООО «ОРИОН»
Буянов А.С.

«Согласовано» Директор МБОУ ЦО №36»
Н.М.Табунникова

МЕНЮ
на 27.03.2025 года
для учащихся 1-4х классов

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции(гр)	ККАЛ
Завтрак	Каша рисовая	200	226,9
	Йогурт	125	119
	Масло сливочное	10	74,9
	Чай с лимоном	200	43,47
	Хлеб из муки пшеничной	20	52,4
Обед	Салат овощной с зеленым горошком	60	20,1
	Борщ с капустой и картофелем с курицей и сметаной	210	83,74
	Биточек куриный	90	349,2
	Соус сметанный	30	22,23
	Каша гречневая рассыпчатая	150	187,8
	Компот из изюма	200	72
	Хлеб из муки пшеничной	30	78,5
	Хлеб ржано-пшеничный	40	78,8
Полдник	Пирожок с повидлом	100	267,05
	Яблоко	200	94
	Сок фруктовый	200	110
	Стоимость дня:	477,57	

для учащихся 5-11х классов

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции(гр)	ККАЛ
Завтрак	Каша рисовая	200	226,9
	Йогурт	125	119
	Масло сливочное	10	74,9
	Чай с лимоном	200	43,47
	Хлеб из муки пшеничной	20	52,4
Обед	Салат овощной с зеленым горошком	100	33,5
	Борщ с капустой и картофелем с курицей и сметаной	260	103,85
	Биточек куриный	100	388
	Соус сметанный	30	22,23
	Каша гречневая рассыпчатая	180	225,4
	Компот из изюма	200	72
	Хлеб из муки пшеничной	40	104,7
	Хлеб ржано-пшеничный	60	118,2
Полдник	Пирожок с повидлом	100	267,05
	Яблоко	200	94
	Сок фруктовый	200	110
Стоимость дня:		477,57	

Утверждаю директор Филиал «ЛИБРА» ООО «ОРИОН»
Буянов А.С.

«Согласовано» Директор МБОУ ЦО № 36 »
Н. М. Табунникова

МЕНЮ
на 28.03.2025 года
для учащихся 1-4х классов



Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции(гр)	ККАЛ
Завтрак	Омлет с сыром запеченный	190	481,20
	Горошек зеленый консервированный	50	163
	Печенье	20	83
	Какао напиток на молоке	200	86,5
	Хлеб из муки пшеничной	40	104,7
Обед	Огурец консервированный	60	8,22
	Рассольник Ленинградский на мясном бульоне и сметаной	210	92,04
	Жаркое по- домашнему	240	544,66
	Компот из свежих плодов	200	69,25
	Хлеб из муки пшеничной	30	78,5
	Хлеб ржано-пшеничный	40	78,8
Полдник	Булочка с изюмом	100	315,51
	Груша	200	86
	Сок фруктовый	200	92
	Стоимость дня:	477,57	

для учащихся 5-11х классов

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции(гр)	ККАЛ
Завтрак	Омлет с сыром запеченный	240	607,73
	Горошек зеленый консервированный	50	163
	Печенье	20	83
	Какао напиток на молоке	200	86,5
	Хлеб из муки пшеничной	40	157
Обед	Огурец консервированный	100	13,7
	Рассольник Ленинградский на мясном бульоне и сметаной	260	113,95
	Жаркое по- домашнему	280	635,44
	Компот из свежих плодов	200	69,25
	Хлеб из муки пшеничной	40	104,7
	Хлеб ржано-пшеничный	60	118,2
Полдник	Булочка с изюмом	100	315,51
	Груша	200	86
	Сок фруктовый	200	92
Стоимость дня:		477,57	