

МЕНЮ
МБОУ ЦО №33
на 20.05.2024 года
для учащихся 1-4х классов

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции(гр)	ККАЛ
Завтрак	Омлет с зеленым горошком	150	151,52
	Чай с сахаром	200	26,8
	Батон йодированный	40	95
	Яблоко	120	53,3
	Печенье	35	145,25
	Стоимость завтрака:		77,00
Обед	Салат из квашеной капусты	60	81,6
	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:		77,00
Полдник	Сыр твердых сортов в нарезке	10	35,8
	Мандарин	100	35
	Сок фруктовый	200	111,4
	Галеты	20	78,6
	Стоимость полдника:		45,00

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
	Печенье	35	145,25
	Стоимость завтрака:		77,00
Обед	Салат из квашеной капусты	100	136,00
	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:		77,00

МЕНЮ
МБОУ ЦО №33
на 21.05.2024 года
для учащихся 1-4х классов

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции(гр)	ККАЛ
Завтрак	Салат из свеклы отварной	60	45,7
	Масло сливочное	10	66,1
	Макароны отварные	160	209,9
	Котлета из курицы	90	151,8
	Чай с лимоном и сахаром	200	27,9
	Батон йодированный	30	71,2
	Стоимость завтрака:		77,00
Обед	Огурец консервированный	60	8,4
	Суп гороховый	200	133,12
	Картофельное пюре	150	139,4
	Гуляш из говядины	90	208,9
	Напиток из шиповника	200	65,4
	Батон йодированный	30	71,2
	Хлеб ржано-пшеничный	30	58,7
Стоимость обеда:		77,00	
Полдник	Напиток тыквенный	200	84
	Булочка с кунжутом	100	266
	Стоимость полдника:		45,00

для учащихся 5-11х классов

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции(гр)	ККАЛ
Завтрак	Салат из свеклы отварной	60	45,7
	Масло сливочное	10	66,1
	Макароны отварные	160	209,9
	Котлета из курицы	90	151,8
	Чай с лимоном и сахаром	200	27,9
	Батон йодированный	30	71,2
	Стоимость завтрака:		77,00
Обед	Огурец консервированный	100	14
	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
	Хлеб ржано-пшеничный	30	58,7
Стоимость обеда:		77,00	

МЕНЮ
МБОУ ЦО №33
на 22.05.2024 года
для учащихся 1-4х классов

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции(гр)	ККАЛ
Завтрак	Яблоко	120	53,3
	Каша вязкая молочная пшеничная	200	274,9
	Кофейный напиток с молоком	200	86
	Батон йодированный	30	71,2
Стоимость завтрака:		77,00	
Обед	Винегрет с растительным маслом	80	89,5
	Щи из свежей капусты со сметаной	200	92,24
	Рагу из овощей	150	133,3
	Котлета рыбная любительская	90	99,8
	Компот из яблок с лимоном	200	46,7
	Хлеб ржано-пшеничный	40	78,2
	Батон йодированный	30	71,2
	Печенье	35	145,25
Стоимость обеда:		77,00	
Полдник	Кефир	200	109,6
	Апельсин	100	45,5
	Корж молочный	50	217,4
Стоимость полдника:		45,00	

для учащихся 5-11х классов

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции(гр)	ККАЛ
Завтрак	Яблоко	120	53,3
	Каша вязкая молочная пшеничная	250	343,63
	Кофейный напиток с молоком	200	86
	Батон йодированный	30	71,2
Стоимость завтрака:		77,00	
Обед	Винегрет с растительным маслом	100	111,88
	Щи из свежей капусты со сметаной	250	115,3
	Рагу из овощей	180	159,96
	Котлета рыбная любительская	100	110,89
	Компот из яблок с лимоном	200	46,7
	Хлеб ржано-пшеничный	40	78,2
	Батон йодированный	50	118,67
	Печенье	35	145,25
Стоимость обеда:		77,00	

МЕНЮ
МБОУ ЦО №33
на 23.05.2024 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:		77,00
Обед	Салат из квашеной капусты	60	81,6
	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:		77,00	
Полдник	Ряженка	200	100,2
	Печенье	30	124,7
	Яблоко	150	56,7
Стоимость полдника:		45,00	

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:		77,00
Обед	Салат из квашеной капусты	100	136,00
	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:		77,00	

МЕНЮ
МБОУ ЦО №33
на 24.05.2024 года
для учащихся 1-4х классов

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции(гр)	ККАЛ
Завтрак	Салат из свеклы отварной	60	45,7
	Макароны отварные	150	196,8
	Биточек из курицы	90	151,8
	Чай с лимоном и сахаром	200	27,9
	Батон йодированный	40	95
Стоимость завтрака:		77,00	
Обед	Икра кабачковая	60	71,4
	Суп картофельный с рыбой	200	114,56
	Голубцы ленивые	240	307,9
	Компот из изюма	200	75,9
	Хлеб ржано-пшеничный	30	58,7
Батон йодированный	40	95	
Стоимость обеда:		77,00	
Полдник	Слойка с повидлом	100	382
	Кефир	200	101,8
Стоимость полдника:		45,00	

для учащихся 5-11х классов

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции(гр)	ККАЛ
Завтрак	Салат из свеклы отварной	60	45,7
	Макароны отварные	160	209,92
	Биточек из курицы	90	151,8
	Чай с лимоном и сахаром	200	27,9
	Батон йодированный	40	95
Стоимость завтрака:		77,00	
Обед	Икра кабачковая	100	119
	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:		77,00	