

Утверждаю директор ООО «ОРИОН»

Сычугова Л.В.

«Согласовано» директор МБОУ ЦО № 30

МЕНЮ

на 25.10.2024 года  
для учащихся 1-4х классов

| Прием пищи       | Наименование блюда                       | Масса порции(гр) | ККАЛ    |
|------------------|--|------------------|---------|
| <b>Завтрак</b>   | Каша рисовая вязкая                      | 180              | 208,430 |
|                  | Чай с лимоном                            | 200              | 40,000  |
|                  | Масло сливочное                          | 10               | 73,180  |
|                  | Батон нарезной                           | 30               | 78,600  |
|                  | Фрукты свежие (Яблоко)                   | 100              | 96,000  |
|                  | Стоимость завтрака:                      |                  | 102,00  |
| <b>Обед</b>      | Овощи натуральные (огурец свежий)        | 60               | 6,6     |
|                  | Щи из свежей капусты с картофелем на к/б | 200              | 136,000 |
|                  | Рыба, тушенная в томате с овощами        | 130              | 177,360 |
|                  | Картофель отварной                       | 150              | 180,000 |
|                  | Сок фруктовый                            | 205              | 102,500 |
|                  | Хлеб ржано-пшеничный                     | 30               | 54,300  |
|                  | Батон нарезной                           | 20               | 52,400  |
| Стоимость обеда: |  | 102,00           |         |
| <b>Полдник</b>   | Плюшка Московская                        | 100              | 235,500 |
|                  | Чай с сахаром                            | 200              | 38,000  |
|                  | 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 |
|                | Чай с лимоном                            | 200              | 40,000  |
|                | Масло сливочное                          | 10               | 73,180  |
|                | Батон нарезной                           | 30               | 78,600  |
|                | Фрукты свежие (Яблоко)                   | 100              | 96,000  |
|                | Стоимость завтрака:                      |                  | 102,00  |
| <b>Обед</b>    | Овощи натуральные (огурец свежий)        | 100              | 11,000  |
|                | Щи из свежей капусты с картофелем на к/б | 250              | 170,000 |
|                | Рыба, тушенная в томате с овощами        | 130              | 177,360 |
|                | Картофель отварной                       | 180              | 216,000 |
|                | Сок фруктовый                            | 205              | 102,500 |
|                | Хлеб ржано-пшеничный                     | 40               | 72,400  |
|                | Батон нарезной                           | 30               | 78,600  |
|                | Стоимость обеда:                         |                  | 102,00  |