

Меню для учащихся 1-4 классов
МКОУ «Центр образования Люторический»
на 23.12.2024

Приём пищи	Наименование блюда	Масса порций (гр.)	Ккал
ЗАВТРАК	Каша Геркулес	180	213
	Кофейный напиток с молоком	200	88
	Бутерброд с сыром	40	149
	Яблоко	100	44
Стоимость завтрака		73.80	
ОБЕД	Помидор свежий	60	14
	Рассольник Ленинградский на м/б	200	127
	Котлеты рыбные	100	235
	Рис с овощами	150	182
	Компот из кураги	200	40
	Батон	20	54
	Хлеб ржаной	30	52
Стоимость обеда		95.00	

Меню для учащихся 5-9 классов
МКОУ «Центр образования Люторический»
на 23.12.2024

Приём пищи	Наименование блюда	Масса порций (гр.)	Ккал
Завтрак	Каша Геркулес	180	213
	Кофейный напиток с молоком	200	88
	Бутерброд с сыром	40	149
	Яблоко	100	44
Стоимость завтрака		73,80	
ОБЕД	Помидор свежий	60	14
	Рассольник Ленинградский на м/б	200	127
	Котлеты рыбные	100	235
	Рис с овощами	150	182
	Компот из кураги	200	40
	Батон	20	54
	Хлеб ржаной	30	52
Стоимость обеда		95.00	

Меню для учащихся 1-4 классов
МКОУ «Центр образования Люторический»
на 24.12.2024

Приём пищи	Наименование блюда	Масса порций (гр.)	Ккал
ЗАВТРАК	Запеканка из творога с джемом	170	343
	Чай с лимоном	200	40
	Батон	20	52
	Мандарин	136	38
Стоимость завтрака		73.80	
ОБЕД	Салат из свеклы отварной	60	55
	Суп гороховый на м/б	200	131
	Печень по-строгановски	100	176
	Каша гречневая рассыпчатая	150	253
	Компот из изюма	200	120
	Хлеб ржаной	30	54
	Батон	20	52
Стоимость обеда		95.00	

Меню для учащихся 5-9 классов
МКОУ «Центр образования Люторический»
на 24.12.2024

Приём пищи	Наименование блюда	Масса порций (гр.)	Ккал
ЗАВТРАК	Запеканка из творога с джемом	170	343
	Чай с лимоном	200	40
	Батон	20	52
	Мандарин	136	38
Стоимость завтрака		73.80	
ОБЕД	Салат из свеклы отварной	60	55
	Суп гороховый на м/б	200	131
	Печень по-строгановски	100	176
	Каша гречневая рассыпчатая	150	253
	Компот из изюма	200	120
	Хлеб ржаной	30	54
	Батон	20	52
Стоимость обеда		95.00	

Меню для учащихся 1-4 классов

МКОУ «Центр образования Люторический»
на 25.12.2024

Приём пищи	Наименование блюда	Масса порций (гр.)	Ккал
ЗАВТРАК	Каша рисовая вязкая	180	208
	Какао с молоком	200	94
	Батон нарезной	20	52
	Масло сливочное	10	73
	Груша	112	47
Стоимость завтрака		73.80	
ОБЕД	Суп с крупой гречневый на к/б	200	106
	Бефстроганов из отварной говядины	100	202
	Макароны отварные	150	185
	Сок яблочный	205	86
	Хлеб ржаной	30	54
Стоимость обеда		95.00	

Меню для учащихся 5-9 классов
МКОУ «Центр образования Люторический»
на 25.12.2024

Приём пищи	Наименование блюда	Масса порций (гр.)	Ккал
ЗАВТРАК	Каша рисовая вязкая	180	208
	Какао с молоком	200	94
	Батон нарезной	20	52
	Масло сливочное	10	73
	Груша	112	47
Стоимость завтрака		73.80	
ОБЕД	Суп с крупой гречневый на к/б	200	106
	Бефстроганов из отварной говядины	100	202
	Макароны отварные	150	185
	Сок яблочный	205	86
	Хлеб ржаной	30	54
Стоимость обеда		95.00	

Меню для учащихся 1-4 классов
МКОУ «Центр образования Люторический»
на 26.12.2024

Приём пищи	Наименование блюда	Масса порций (гр.)	Ккал
	Огурец свежий	60	7
	Омлет натуральный	150	246
	Батон	20	52
	Кофейный напиток с молоком	200	88
	Апельсин	150	49
Стоимость завтрака		73.80	
ОБЕД			
	Винегрет с растительным маслом	60	53
	Суп картофельный с рыбой	200	110
	Плов из отварной птицы	240	353
	Компот из смеси сухофруктов	200	84
	Батон	20	52
	Хлеб ржаной	30	54
Стоимость обеда		95.00	

Меню для учащихся 5-9 классов
МКОУ «Центр образования Люторический»
на 26.12.2024

Приём пищи	Наименование блюда	Масса порций (гр.)	Ккал
	Огурец свежий	60	7
	Омлет натуральный	150	246
	Батон	20	52
	Кофейный напиток с молоком	200	88
	Апельсин	150	49
Стоимость завтрака		73.80	
ОБЕД			
	Винегрет с растительным маслом	60	53
	Суп картофельный с рыбой	200	110
	Плов из отварной птицы	240	353
	Компот из смеси сухофруктов	200	84
	Батон	20	52
	Хлеб ржаной	30	54
Стоимость обеда		95.00	

Меню для учащихся 1-4 классов
МКОУ «Центр образования Люторический»
на 27.12.2024

Приём пищи	Наименование блюда	Масса порций (гр.)	Ккал
ЗАВТРАК	Макароны отварные с сыром	170	336
	Чай с сахаром	200	38
	Батон	30	52
	Яблоко	100	44
	Зефир	100	32
Стоимость завтрака		73.80	
ОБЕД	Салат картофельный с соленым огурцом и зеленым горошком	60	60
	Борщ с капустой и картофелем на м/б	200	120
	Рыба, запеченная по молочным соусом	140	180
	Картофельное пюре	150	161
	Напиток из шиповника	200	78
	Батон	20	52
	Хлеб ржаной	30	54
Стоимость обеда		95.00	

Меню для учащихся 5-9 классов
МКОУ «Центр образования Люторический»
на 27.12.2024

Приём пищи	Наименование блюда	Масса порций (гр.)	Ккал
завтрак	Макароны отварные с сыром	170	336
	Чай с сахаром	200	38
	Батон	30	52
	Яблоко	100	44
	Зефир	100	32
Стоимость завтрака		73,80	
ОБЕД	Салат картофельный с соленым огурцом и зеленым горошком	60	60
	Борщ с капустой и картофелем на м/б	200	120
	Рыба, запеченная по молочным соусом	140	180
	Картофельное пюре	150	161
	Напиток из шиповника	200	78
	Батон	20	52
	Хлеб ржаной	30	54
Стоимость обеда		95.00	

