

«Согласовано»  
Директор МБОУ «ЦО № 19»  
С.В. Данилин



**МЕНЮ**  
**на 09.06.2025 года**  
**для учащихся 1-4х классов**

| Прием пищи     | Наименование блюда                      | Масса порции(гр) | ККАЛ   |
|----------------|-----------------------------------------|------------------|--------|
| <b>Завтрак</b> | Макаронные изделия отварные             | 150              | 180,7  |
|                | Котлеты из курицы                       | 90               | 242,7  |
|                | Печенье                                 | 20               | 72,4   |
|                | Кофейный напиток на молоке              | 200              | 119,6  |
|                | Хлеб из муки пшеничной                  | 40               | 104,7  |
|                |                                         |                  |        |
| <b>Обед</b>    | Огурец свежий                           | 60               | 8,22   |
|                | 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   |
| <b>Полдник</b> |                                         |                  |        |
|                | Ватрушка с творогом                     | 100              | 293,9  |
|                | Яблоко                                  | 200              | 94     |
|                | Сок фруктовый                           | 200              | 110    |

**для учащихся 5-11х классов**

| Прием пищи     | Наименование блюда                      | Масса порции(гр) | ККАЛ   |
|----------------|-----------------------------------------|------------------|--------|
| <b>Завтрак</b> | Макароны с сыром                        | 270              | 511,7  |
|                | Котлеты из курицы                       | 90               | 242,7  |
|                | Печенье                                 | 20               | 72,4   |
|                | Кофейный напиток злаковый на молоке     | 200              | 119,6  |
|                | Хлеб из муки пшеничной                  | 60               | 157    |
|                |                                         |                  |        |
| <b>Обед</b>    | Огурец свежий                           | 100              | 13,7   |
|                | 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  |
| <b>Полдник</b> |                                         |                  |        |
|                | Ватрушка с творогом                     | 100              | 293,9  |
|                | Яблоко                                  | 200              | 94     |
|                | Сок фруктовый                           | 200              | 110    |