



Утверждаю  
Директор МБОУ ЦО №20  
Матвиевский А.А.

## Меню учащихся 1 - 4 классов

МБОУ ЦО № 20  
на 12 января 2023 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Калорийность	Масса порции
<b>Завтрак</b>	Икра морковная	113,2	100
	Макароны отварные с сыром	235,4	170
	Батон йодированный	71,2	30
	Сок яблочный	86,6	200
Стоимость завтрака			74.00
<b>Обед</b>	Салат из свежих помидоров с огурцами	37,5	60
	Суп картофельный с рыбой (треска)	114,5	200
	Капуста тушенная с мясом	407,3	240
	Хлеб ржано-пшеничный	58,7	30
	Сок абрикосовый	105,6	200
	Батон йодированный	71,2	30
Стоимость обеда			74.00
<b>Полдник</b>	Омлет с зеленым горошком	122,8	120
	Ряженка 2,5%	101,8	200
	Батон йодированный	71,2	30
Стоимость полдника			37,00

## Меню учащихся 5 - 11 классов

МБОУ ЦО № 20  
на 12 января 2023 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Калорийность	Масса порции
<b>Завтрак</b>	Икра морковная	113,2	100
	Макароны отварные с сыром	235,4	170
	Батон йодированный	71,2	30
	Сок яблочный	86,6	200
Стоимость завтрака			74.00
<b>Обед</b>	Салат из свежих помидоров с огурцами	37,5	60
	Суп картофельный с рыбой (треска)	114,5	200
	Капуста тушенная с мясом	407,3	240
	Хлеб ржано-пшеничный	58,7	30
	Сок абрикосовый	105,6	200
	Батон йодированный	71,2	30
Стоимость обеда			74.00
<b>Полдник</b>	Омлет с зеленым горошком	122,8	120
	Ряженка 2,5%	101,8	200
	Батон йодированный	71,2	30
Стоимость полдника			37,00