



Утверждаю  
Директор МБОУ ЦО №20  
Матвиевский А.А.

## Меню учащихся 1 - 4 классов

МБОУ ЦО № 20  
на 13 января 2023 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Калорийность	Масса порции
<b>Завтрак</b>	Салат из моркови и яблок	99	80
	Рагу из овощей	133,3	150
	Котлета из курицы	151,8	90
	Чай с лимоном и сахаром	27,9	200
	Батон йодированный	71,2	30
	Стоимость завтрака		
<b>Обед</b>	Огурец в нарезке	8,5	60
	Борщ с капустой и картофелем со сметанной	138	250
	Рис припущенный	19698	150
	Оладьи из печени по-кунцевски	210,9	90
	Напиток из шиповника	65,4	200
	Батон йодированный	71,2	30
	Хлеб ржано-пшеничный	58,7	30
Стоимость обеда			74,00
<b>Полдник</b>	Ватрушка творожная	185,7	50
	Сок ананасовый	98,6	200
	Груша	45,5	100
Стоимость полдника			37,00

## Меню учащихся 5 - 11 классов

МБОУ ЦО № 20  
на 13 января 2023 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Калорийность	Масса порции
<b>Завтрак</b>	Салат из моркови и яблок	99	80
	Рагу из овощей	133,3	150
	Котлета из курицы	151,8	90
	Чай с лимоном и сахаром	27,9	200
	Батон йодированный	71,2	30
	Стоимость завтрака		
<b>Обед</b>	Огурец в нарезке	8,5	60
	Борщ с капустой и картофелем со сметанной	138	250
	Рис припущенный	19698	150
	Оладьи из печени по-кунцевски	210,9	90
	Напиток из шиповника	65,4	200
	Батон йодированный	71,2	30
	Хлеб ржано-пшеничный	58,7	30
Стоимость обеда			74,00
<b>Полдник</b>	Ватрушка творожная	185,7	50
	Сок ананасовый	98,6	200
	Груша	45,5	100
Стоимость полдника			37,00