



Утверждаю
Директор МБОУ ЦО №20
Матвиевский А.А.

Меню учащихся 1 - 4 классов

МБОУ ЦО № 20
на 18 января 2023 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Калорийность	Масса порции
Завтрак	Салат из моркови и яблок	86,7	70
	Каша вязкая молочная пшеничная	274,9	200
	Кофейный напиток с молоком	86	200
	Батон иодированный	71,2	30
Стоимость завтрака			74,00
Обед	Винегрет с растительным маслом	89,5	80
	Щи из свежей капусты с о сметанной	115,3	250
	Рагу из овощей	175,5	150
	Тефтели из говядины паровые	66,9	90
	Компот из кураги	78,2	200
	Хлеб ржано-пшеничный	66,9	40
	Батон йодированный	78,2	30
	Пастила	71,2	25
Стоимость обеда			74,00
Полдник	Афидофилин 3,2%	109,6	200
	Груша	45,5	100
	Корж молочный	217,4	50
Стоимость полдника			37,00

Меню учащихся 5 - 11 классов

МБОУ ЦО № 20
на 18 января 2023 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Калорийность	Масса порции
Завтрак	Салат из моркови и яблок	86,7	70
	Каша вязкая молочная пшеничная	274,9	200
	Кофейный напиток с молоком	86	200
	Батон иодированный	71,2	30
Стоимость завтрака			74,00
Обед	Винегрет с растительным маслом	89,5	80
	Щи из свежей капусты с о сметанной	115,3	250
	Рагу из овощей	175,5	150
	Тефтели из говядины паровые	66,9	90
	Компот из кураги	78,2	200
	Хлеб ржано-пшеничный	66,9	40
	Батон йодированный	78,2	30
	Пастила	71,2	25
Стоимость обеда			74,00
Полдник	Афидофилин 3,2%	109,6	200
	Груша	45,5	100
	Корж молочный	217,4	50
Стоимость полдника			37,00