



Утверждаю
Директор МБОУ ЦО №20
Матвиевский А.А.

Меню учащихся 1 - 4 классов

МБОУ ЦО № 20
на 19 января 2023 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Калорийность	Масса порции
Завтрак	Запеканка из творога с морковью	249,6	150
	Какое с молоком	100,4	200
	Мандарин	35	100
	Молоко сгущенное с сахаром	65,5	20
	Батон йодированный	71,2	30
	Стоимость завтрака		
Обед	Салат из белокачанной капусты	85,8	60
	Суп крестьянский с крупой	115,6	200
	Плов с курицей	346,1	220
	Компот из свежих яблок	41,6	200
	Хлеб ржано-пшеничный	58,7	30
	Батон йодированный	71,2	30
Стоимость обеда			74,00
Полдник	Кефир 2,5%	100,2	200
	Печенье	124,7	30
	Апельчин	56,7	150
Стоимость полдника			37,00

Меню учащихся 5 - 11 классов

МБОУ ЦО № 20
на 19 января 2023 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Калорийность	Масса порции
Завтрак	Запеканка из творога с морковью	249,6	150
	Какое с молоком	100,4	200
	Мандарин	35	100
	Молоко сгущенное с сахаром	65,5	20
	Батон йодированный	71,2	30
Стоимость завтрака			74,00
Обед	Салат из белокачанной капусты	85,8	60
	Суп крестьянский с крупой	115,6	200
	Плов с курицей	346,1	220
	Компот из свежих яблок	41,6	200
	Хлеб ржано-пшеничный	58,7	30
	Батон йодированный	71,2	30
Стоимость обеда			74,00
Полдник	Кефир 2,5%	100,2	200
	Печенье	124,7	30
	Апельчин	56,7	150
Стоимость полдника			37,00