



Утверждаю
Директор МБОУ ЦО №20
Матвиевский А.А.

Меню учащихся 1 - 4 классов

МБОУ ЦО № 20
на 20 марта 2023 г.

| Прием пищи | Наименование блюда | Калорийность | Масса порции |
|--------------------|--|--------------|--------------|
| Завтрак | Помидор в нарезке | 12,8 | 60 |
| | Омлет с сыром | 315,8 | 150 |
| | Чай с сахаром | 26,8 | 200 |
| | батон йодированный | 71,2 | 30 |
| | Апельсин | 60,5 | 160 |
| Стоимость завтрака | | | 74,00 |
| Обед | Салат из белокочанной капусты с морковью | 81,5 | 60 |
| | Рассольник Ленинградский | 156,9 | 250 |
| | Каша пшенная рассыпчатая | 225,8 | 150 |
| | Курица отварная | 139,3 | 90 |
| | Соус белый основной | 31,2 | 50 |
| | Компот из яблок с лимоном | 46,7 | 200 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 58,7 | 30 |
| | батон йодированный | 71,2 | 30 |
| Стоимость обеда | | | 74,00 |
| Полдник | Слойка с повидлом | 384 | 100 |
| | Ряженка 2,5% | 101,8 | 200 |
| Стоимость полдника | | | 37,00 |

Меню учащихся 5 - 11 классов

МБОУ ЦО № 20
на 20 марта 2023 г.

| Прием пищи | Наименование блюда | Калорийность | Масса порции |
|--------------------|--|--------------|--------------|
| Завтрак | Помидор в нарезке | 12,8 | 60 |
| | Омлет с сыром | 315,8 | 150 |
| | Чай с сахаром | 26,8 | 200 |
| | батон йодированный | 71,2 | 30 |
| | Апельсин | 60,5 | 160 |
| Стоимость завтрака | | | 74,00 |
| Обед | Салат из белокочанной капусты с морковью | 81,5 | 60 |
| | Рассольник Ленинградский | 156,9 | 250 |
| | Каша пшенная рассыпчатая | 225,8 | 150 |
| | Курица отварная | 139,3 | 90 |
| | Соус белый основной | 31,2 | 50 |
| | Компот из яблок с лимоном | 46,7 | 200 |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 58,7 | 30 |
| | батон йодированный | 71,2 | 30 |
| Стоимость обеда | | | 74,00 |
| Полдник | Кекс "Столичный" | 363,6 | 100 |
| | Молоко 3.2% | 118,4 | 200 |
| Стоимость полдника | | | 37,00 |