



Утверждаю
Директор МБОУ ЦО №20
Матвиевский А.А.

Меню учащихся 1 - 4 классов

МБОУ ЦО № 20
на 31 января 2023 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Калорийность	Масса порции
Завтрак	Свекла отварная дольками	25,2	60
	Масло сливочное (порциями)	66,1	10
	Макароны отварные	209,9	160
	Котлета рыбная любительская	99,8	90
	Чай с лимоном и сахаром	27,9	200
	Батон йодированный	71,2	30
	Стоимость завтрака		
Обед	Салат из свежих помидоров и огурцов	37,5	60
	Суп гороховый	166,4	250
	Картофельное пюре	139,4	150
	Гуляш из говядины	208,9	90
	Напиток из шиповника	65,4	200
	Батон йодированный	71,2	30
	Хлеб ржано-пшеничный	58,7	30
Стоимость обеда			74,00
Полдник	Напиток тыквенный	84	200
	Булочка с кунжутом	266	100
Стоимость полдника			37,00

Меню учащихся 5 - 11 классов

МБОУ ЦО № 20
на 31 января 2023 г..

Прием пищи	Наименование блюда	Калорийность	Масса порции
Завтрак	Свекла отварная дольками	25,2	60
	Масло сливочное (порциями)	66,1	10
	Макароны отварные	209,9	160
	Котлета рыбная любительская	99,8	90
	Чай с лимоном и сахаром	27,9	200
	Батон йодированный	71,2	30
	Стоимость завтрака		
Обед	Салат из свежих помидоров и огурцов	37,5	60
	Суп гороховый	166,4	250
	Картофельное пюре	139,4	150
	Гуляш из говядины	208,9	90
	Напиток из шиповника	65,4	200
	Батон йодированный	71,2	30
	Хлеб ржано-пшеничный	58,7	30
Стоимость обеда			74,00
Полдник	Напиток тыквенный	84	200
	Булочка с кунжутом	266	100
Стоимость полдника			37,00