


"Согласовано"
 Директор МБОУ «ЦО № 21»  А.В. Бордашова



МЕНЮ

МЕНЮ на 19.09.2022 года для учащихся 1-4х классов

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

для учащихся 5-11х классов

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции(гр)	ККАЛ
Завтрак	Помидор в нарезке	60	12,8
	Омлет с сыром	150	315,8
	Чай с сахаром	200	26,8
	батон йодированный	30	71,2
	Апельсин	160	60,5
Стоимость завтрака:		74,00	
Обед	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	135,83
	Рассольник Ленинградский	250	156,9
	Каша пшеничная рассыпчатая	180	270,96
	Курица отварная	100	154,78
	Соус белый основной	50	31,2
	Компот из яблок с лимоном	200	46,7
	Хлеб ржано-пшеничный	30	58,7
	батон йодированный	50	118,67
Стоимость обеда:		74,00	