


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



МЕНЮ

на 09.11.2022 года
 для учащихся 1-4х классов

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции(гр)	ККАЛ
Завтрак	Салат из моркови и яблок	70	86,7
	Каша вязкая молочная пшеничная	200	274,9
	Кофейный напиток с молоком	200	86
	батон йодированный	30	71,2
Стоимость завтрака:		74,00	
Обед	Винегрет с растительным маслом	80	89,5
	Щи из свежей капусты со сметаной	250	115,3
	Рагу из овощей	150	133,3
	Тефтели из говядины паровые	90	175,5
	Компот из кураги	200	66,9
	Хлеб ржано-пшеничный	40	78,2
	батон йодированный	30	71,2
	Пастила	25	80,5
Стоимость обеда:		74,00	
Полдник	Ацидофилин	200	109,6
	Груша	100	45,5
	Корж молочный	50	217,4
Стоимость полдника:		37,00	

для учащихся 5-11х классов

Прием пищи	Наименование блюда	Масса порции(гр)	ККАЛ
Завтрак	Салат из моркови и яблок	70	86,7
	Каша вязкая молочная пшеничная	250	343,63
	Кофейный напиток с молоком	200	86
	батон йодированный	30	71,2
Стоимость завтрака:		74,00	
Обед	Винегрет с растительным маслом	100	111,88
	Щи из свежей капусты со сметаной	250	115,3
	Рагу из овощей	180	159,96
	Тефтели из говядины паровые	100	195,00
	Компот из кураги	200	66,9
	Хлеб ржано-пшеничный	40	78,2
	батон йодированный	50	118,67
	Пастила	25	80,5
Стоимость обеда:		74,00	