

## МЕНЮ учащихся 1-4 классов МКОУ «ЦО № 12»

на 19 декабря 2024г.

| Прием пищи          | Наименование блюда                  | Масса порций (гр) | Энергетическая ценность (Ккал) |
|---------------------|-------------------------------------|-------------------|--------------------------------|
| <b>Завтрак</b>      | Огурец свежий                       | 50                | 6,6                            |
|                     | Омлет натуральный                   | 150               | 246                            |
|                     | Батон нарезной                      | 30                | 57,4                           |
|                     | Кофейный напиток с молоком          | 200               | 88                             |
|                     | Апельсин                            | 250               | 49,3                           |
| Стоимость завтрака: |                                     | 73,80             |                                |
|                     |                                     |                   |                                |
| <b>Обед</b>         | Борщ из св. капусты на к/б          | 200               | 120                            |
|                     | Рис отварной                        | 100               | 182                            |
|                     | Рыба запечённая под молочным соусом | 70                | 90                             |
|                     | Компот и 3 сухофруктов              | 200               | 84                             |
|                     | хлеб                                | 25                | 54                             |
|                     |                                     |                   |                                |
| Стоимость обеда:    |                                     | 50,00             |                                |
|                     |                                     |                   |                                |
|                     |                                     |                   |                                |
|                     |                                     |                   |                                |
| :                   |                                     |                   |                                |

## МЕНЮ учащихся 5-9 классов МКОУ «ЦО № 12»

| Прием пищи          | Наименование блюда         | Масса порций (гр) | Энергетическая ценность (Ккал) |
|---------------------|----------------------------|-------------------|--------------------------------|
| <b>Завтрак</b>      | Огурец свежий              | 50                | 6,6                            |
|                     | Омлет натуральный          | 150               | 246                            |
|                     | Кофейный напиток с молоком | 200               | 94,0                           |
|                     | апельсин                   | 250               | 49                             |
|                     | <b>Батон нарезной</b>      | 20                | 52,4                           |
| Стоимость завтрака: |                            | 73,80             |                                |