

«Утверждаю»
Директор МБОУ «Центральная СОШ»
Н.Н. Разорёнова



Меню на 21.04.2025г.

Сезон: осень-зима, неделя вторая день 6 примерное меню

1-4 класс

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал.)	№ рец.	Наименование блюда	Масса порции
5	5.9	24	16.9	54-16к	Каша «Дружба»	205
4,67	5.87	0	71,67	54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	20
0,44	0,44	10,8	48,84	ПР	Яблоко	110
3,5	3,4	22,3	133,4	54-22гн	Какао с молоком сгущенным	200
2,88	0,42	16,54	81	ПР	Хлеб пшеничный, ржаной	40

5-11 класс (с доплатой обед)

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал.)	№ рец.	Наименование блюда	Масса порции
0,58	0,08	1,92	10,67	54-3з	Помидор в нарезке	50
4,6	2,64	10,9	85,78	54-23с	Свекольник	200
14,6	14	13,3	236,1	54-4м	Котлета из говядины	80
5,4	4,9	32,8	196,8	54-1г	Макароны отварные	150
0,2	0	6,5	26,8	54-2гн	Чай с сахаром	200
1,52	0,16	9,84	46,8	ПР	Хлеб пшеничный	20

5-11 класс (без доплаты)

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал.)	№ рец.	Наименование блюда	Масса порции
5	5,8	24,1	168,9	54-16к	Каша «Дружба»	205
0,2	0	6,5	26,8	54-2гн	Чай с сахаром	200
2,88	0,42	17,8	86,4	ПР	Хлеб пшеничный, ржаной	40

ОВЗ

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал.)	№ рец.	Наименование блюда	Масса порции
5	5.9	24	16.9	54-16к	Каша «Дружба»	205
4,67	5,87	0	71,67	54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	20
0,44	0,44	10,8	48,84	ПР	Яблоко	110
3,5	3,4	22,3	133,4	54-22гн	Какао с молоком сгущенным	200
1,52	0,16	9,84	46,8	ПР	Хлеб пшеничный	20
Второй завтрак						
0	0	21	83,9	54-22хн	Кисель из конcentрата плодового	200
4,3	8	28,8	205	ПР	Печенье	40

Повар: С.Н. Осташевская