

Директор МБОУ «Центральная СОШ»
Н.Н. Разорёнова

Меню на 30.04.2025г.

Сезон: весна-лето, неделя первая день 3 примерное меню

1-4 класс

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал.)	№ рец.	Наименование блюда	Масса порции
0.8	2.7	4.6	45.6	54-13з	Салат из свеклы отварной	60
14.6	14	13.2	236.1	54-6м	Биточек из говядины	80
18.1	4.8	43.6	292.4	54-21г	Пюре из бобовых (горох)	150
0.3	0	6.7	27.9	54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	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
1.34	3.14	5.86	92.24	54-13с	Щи из свежей капусты с картофелем	200
18.1	16.9	15.5	286.2	54-9м	Жаркое по-домашнему	180
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
19.3	1.73	45.1	273.1	54-21г	Пюре из бобовых (горох)	200
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
0.8	2.7	4.6	45.6	54-13з	Салат из свеклы отварной	60
14.6	14	13.2	236.1	54-6м	Биточек из говядины	80
18.1	4.8	43.6	292.4	54-21г	Пюре из бобовых (горох)	150
0.3	0	6.7	27.9	54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200
2.88	0.42	16.54	81	ПР	Хлеб пшеничный. ржаной	40

Второй завтрак

0.2	0	6.5	26.8	54-2гн	Чай с сахаром	200
4.3	8	28.8	205	ПР	Пряник	42

Повар:  С.Н. Осташевская