



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

Меню на 11.03.2025г.

Сезон: весна-лето, неделя вторая день 7 **примерное меню**

1-4 класс

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал.)	№ рец.	Наименование блюда	Масса порции
0.7	0.1	2.3	12.8	54-3з	Помидор в нарезке	60
13.5	13.1	3.2	185.6	54-2м	Гуляш из говядины	80
4.43	5.25	3.5	187.1	54-5г	Каша перловая рассыпчатая	150
0.2	0	6.5	26.8	54-2гн	Чай с 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
0.5	2.58	1.5	31.25	54-5з	Салат из свежих помидоров и огурцов	50
1.52	2.88	12.3	81.52	114	Суп картофельный с рисом	200
13.5	13.1	3.2	185.6	54-2м	Гуляш из говядины	80
14.5	1.3	33.8	204.8	54-21г	Пюре из бобовых (горох)	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
5.9	7	40.6	249.5	54-5г	Каша перловая рассыпчатая	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
0.7	0.1	2.3	12.8	54-3з	Помидор в нарезке	60
13.5	13.1	3.2	185.6	54-2м	Гуляш из говядины	80
4.43	5.25	3.5	187.1	54-5г	Каша перловая рассыпчатая	150
0.2	0	6.5	26.8	54-2гн	Чай с 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	46

Повар:  С.Н. Осташевская