

«Утверждаю»

Директор МБОУ «Центральная СОШ»

Н.Н. Разорёнова

**Меню на 17.03.2025г.**

Сезон: весна-лето, неделя первая день 1 примерное меню

1-4 класс

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал.)	№ рец.	Наименование блюда	Масса порции
8,2	17,7	10	232,2	63	Бутерброд с сыром и маслом сливочным	60
11.6	10.1	42	304.7	54-3г	Макаронные изделия отварные с сыром	220
3,5	3,4	22,3	133,4	54-21гн	Какао с молоком	200
2	0,4	10	51,2	ПР	Хлеб ржаной	30

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
4.32	3.44	7.44	78.32	54-22с	Борщ с капустой и картофелем	200
14.6	14	13.3	236,1	54-4м	Котлеты из говядины	80
8.3	6.3	35.9	233.7	54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	150
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

5-11 класс (без доплаты)

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал.)	№ рец.	Наименование блюда	Масса порции
11.1	8.4	48	311.6	54-4г	Макаронные изделия отварные	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
4,3	8	28,8	205	ПР	Булочка	75
11.6	10.1	42	304.7	54-3г	Макаронные изделия отварные с сыром	220
3,5	3,4	22,3	133,4	54-21гн	Какао с молоком сгущенным	200
2	0,4	10	51,2	ПР	Хлеб ржаной	30
Второй завтрак						
0	0	21	83,9	54-22хн	Кисель из концентрата плодового	200
0,4	0,4	9,8	44,4	ПР	Яблоко	100

Повар:  С.Н. Осташевская