

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

Меню на 21.03.2025г.

Сезон: весна-лето, неделя первая день 5 примерное меню

1-4 класс

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал.)	№ реп.	Наименование блюда	Масса порции
20.8	15.1	41.3	384.4	265	Запеканка из макарон с творогом	200
3.8	2.9	11.3	86	54- 23гн	Кофейный напиток с молоком сгущенным	200
2.88	0.42	16.54	81	ПР	Хлеб пшеничный, ржаной	40
0.4	0.4	9.8	44.4	ПР	Яблоко	100

5-11 класс (с доплатой обед)

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал.)	№ реп.	Наименование блюда	Масса порции
0.5	2.58	1.83	32.67	17	Салат из свежих помидоров	50
4.74	5.8	13.6	125.5	54-3с	Рассольник ленинградский	200
13.5	13.1	3.2	185.6	54-2м	Гуляш из говядины	80
3.6	4.5	14.6	14.58	54-8г	Капуста тушеная	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 (без доплаты)

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал.)	№ реп.	Наименование блюда	Масса порции
11.1	8.4	48	311.6	54-4г	Каша гречневая 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.)	№ реп.	Наименование блюда	Масса порции
20.8	15.1	41.3	384.4	265	Запеканка из макарон с творогом	200
3.8	2.9	11.3	86	54- 23гн	Кофейный напиток с молоком сгущенным	200
2.88	0.42	16.54	81	ПР	Хлеб пшеничный, ржаной	40
0.4	0.4	9.8	44.4	ПР	Яблоко	100
Второй завтрак						
0.2	0	6.5	26.8	54-2гн	Чай с сахаром	200
4.3	8	28.8	205	ПР	Печенье	31

Повар:

С.Н. Осташевская

С.Н. Осташевская