

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



Меню на 07.02.2025г.

Сезон: осень-зима, неделя первая день 5 примерное меню

1-4 класс

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал.)	№ реп.	Наименование блюда	Масса порции
39,5	14,2	28,9	401,7	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
0,67	3,08	1,83	37,17	5	Салат из белокочанной капусты с огурцом	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 тушенная	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.)	№ 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
39,5	14,2	28,9	401,7	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	30

Повар: *Осташевская* С.Н. Осташевская