

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

**Меню на 04.09.2024г.**

Сезон: осень-зима, неделя первая день 3 примерное меню

**1-4 класс**

| Белки | 4.2  | Углеводы | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал.) | № рец. | Наименование блюда          | Масса<br>порции |
|-------|------|----------|---------------------------------------|--------|-----------------------------|-----------------|
| 0.8   | 2.7  | 4.6      | 45.6                                  | 54-13з | Салат из свеклы<br>отварной | 60              |
| 16.4  | 15.7 | 14.9     | 265.6                                 | 54-4м  | Биточек из говядины         | 90              |
| 19.3  | 1.73 | 45.1     | 273.1                                 | 54-21г | Пюре из бобовых<br>(горох)  | 200             |
| 0.3   | 0    | 6.7      | 27.9                                  | 54-3гн | Чай с лимоном и<br>сахаром  | 200             |
| 2.88  | 0.42 | 17.8     | 86.4                                  | ПР     | Хлеб пшеничный,<br>ржаной   | 40              |

**5-11 класс (без доплаты)**

| Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал.) | № рец. | Наименование блюда         | Масса<br>порции |
|-------|------|----------|---------------------------------------|--------|----------------------------|-----------------|
| 19.3  | 1.73 | 45.1     | 273.1                                 | 54-21г | Пюре из бобовых<br>(горох) | 200             |
| 0.61  | 3.66 | 2.37     | 44.85                                 | 420    | Соус томатный              | 50              |
| 0.2   | 0    | 6.5      | 26.8                                  | 54-2гн | Чай с сахаром              | 200             |
| 2.88  | 0.42 | 17.8     | 86.4                                  | ПР     | Хлеб пшеничный,<br>ржаной  | 40              |

**ОВЗ**

| Белки                 | Жиры | Углеводы | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал.) | № рец. | Наименование блюда          | Масса<br>порции |
|-----------------------|------|----------|---------------------------------------|--------|-----------------------------|-----------------|
| 0.8                   | 2.7  | 4.6      | 45.6                                  | 54-13з | Салат из свеклы<br>отварной | 60              |
| 16.4                  | 15.7 | 14.9     | 265.6                                 | 54-4м  | Биточек из говядины         | 90              |
| 19.3                  | 1.73 | 45.1     | 273.1                                 | 54-21г | Пюре из бобовых<br>(горох)  | 200             |
| 2.88                  | 0.42 | 17.8     | 86.4                                  | ПР     | Хлеб пшеничный,<br>ржаной   | 40              |
| 0.3                   | 0    | 6.7      | 27.9                                  | 54-3гн | Чай с лимоном и<br>сахаром  | 200             |
| <b>Второй завтрак</b> |      |          |                                       |        |                             |                 |
| 0.2                   | 0    | 6.5      | 26.8                                  | 54-2гн | Чай с сахаром               | 200             |
| 4.3                   | 8    | 28.8     | 205                                   | ПР     | Пряник                      | 52              |

Повар:  С.Н. Осташевская