

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

Меню на 16.10.2024г.

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

1-4 класс

Белки	4.2	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал.)	№ рец.	Наименование блюда	Масса порции
0.8	2.7	4.6	45.6	54-13з	Салат из свеклы 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 (горох)	200
0.3	0	6.7	27.9	54-3гн	Чай с лимоном и 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.)	№ рец.	Наименование блюда	Масса порции
19.3	1.73	45.1	273.1	54-21г	Пюре из бобовых (горох)	230
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, ржаной	40

ОВЗ

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал.)	№ рец.	Наименование блюда	Масса порции
0.8	2.7	4.6	45.6	54-13з	Салат из свеклы отварной	60
14.6	14	13.2	236.2	54-6м	Биточек из говядины	80
19.3	1.73	45.1	273.1	54-21г	Пюре из бобовых (горох)	200
0.3	0	6.7	27.9	54-3гн	Чай с лимоном и 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	Печенье	50

Повар:  С.Н. Осташевская