

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

Меню на 04.12.2024г.

Сезон: осень-зима, неделя вторая день 8 **примерное меню**

1-4 класс

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
8.15	3.5	18.7	138.7	5425с	Суп гороховый	250
16.4	15.7	14.9	265.6	54-6м	Биточек из говядины	90
3.8	10	18.2	177.9	54-9г	Рагу из овощей	200
0.2	0.1	9.93	41.5	54-32хн	Компот из свежих яблок	200
2.88	0.42	17.8	86.4	ПР	Хлеб пшеничный, ржаной	40
4.7	5.87	0	71.7	54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	20

5-11 класс (без доплаты)

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал.)	№ рец.	Наименование блюда	Масса порции
5.9	7	40.6	249.5	54-5г	Каша перловая рассыпчатая	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, ржаной	40

ОВЗ

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал.)	№ рец.	Наименование блюда	Масса порции
0.6	3.1	1.8	37.5	54-5з	Салат из свежих помидоров и огурцов	60
11.6	11.7	6.4	177.5	54-16м	Тефтели из говядины с рисом	80
8.3	5.7	32.4	210.3	54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	150
0.3	0	6.7	27.9	54-2гн	Чай с лимоном сахаром	200
2.88	0.42	17.8	86.4	ПР	Хлеб пшеничный, ржаной	40

Второй завтрак

0.2	0	6.5	26.8	54-2гн	Чай с сахаром	200
4.7	5.87	0	71.7	54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	20

Повар:  С.Н. Осташевская