

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

Меню на 06.12.2024г.

Сезон: осень-зима, неделя вторая день 10 примерное меню

1-4 класс

Белки	жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал.)	№ рец.	Наименование блюда	Масса порции
1.3	4,2	6.8	71,4	54-15з	Икра свекольная	60
18.1	16,9	15,5	286,2	54-9м	Жаркое по-домашнему	180
0.2	0,1	9,93	41,5	54-32хн	Компот из свежих яблок	200
2.88	0.42	16,24	81	ПР	Хлеб пшеничный, ржаной	40

5-11 класс (с доплатой обед)

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
5,16	2,78	18,5	119,6	54-7с	Суп картофельный с макаронными изделиями	200
11,6	11,7	6,4	177,5	54-16м	Тефтели из говядины с рисом	80
3,08	5,33	19,8	139,4	54-11г	Картофельное пюре	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	30

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)	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	16,24	81	ПР	Хлеб пшеничный, ржаной	40

ОВЗ

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал.)	№ рец.	Наименование блюда	Масса порции
1.3	4.2	6.8	71,4	54-15з	Икра свекольная	60
18.1	16,9	15,5	286,2	54-9м	Жаркое по-домашнему	180
0.15	0,14	9,93	41,5	54-32хн	Компот из свежих яблок	200
2.88	0.42	16,24	81	ПР	Хлеб пшеничный, ржаной	40
Второй завтрак						
0.2	0	6.5	26.8	54-2гн	Чай с сахаром	200
0,15	10.8	0,15	99,15	5419з	Масло сливочное порционное	10

Повар:  С.Н. Осташевская