

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

Меню на 16.12.2024г.

Сезон: осень-зима, неделя вторая день 6 примерное меню

1-4 класс

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал.)	№ рец.	Наименование блюда	Масса порции
5	5.9	24	16.9	54-16к	Каша «Дружба»	205
7	8,9	0	107,5	54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	30
0,72	0,72	17,6	79,92	ПР	Яблоко	180
3,5	3,4	22,3	133,4	54-22гн	Какао с молоком сгущенным	200
4,3	0,6	24,8	121,5	ПР	Хлеб пшеничный, ржаной	60

5-11 класс (без доплаты)

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал.)	№ рец.	Наименование блюда	Масса порции
5	5,8	24,1	168,9	54-16к	Каша «Дружба»	205
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
5	5.9	24	16.9	54-16к	Каша «Дружба»	205
8,2	17,7	10	232,2	63	Бутерброд с сыром и маслом сливочным	60
0,72	0,72	17,6	79,92	ПР	Яблоко	180
3,5	3,4	22,3	133,4	54-22гн	Какао с молоком сгущенным	200
1,36	0,26	7,96	34,2	ПР	Хлеб ржаной	30
Второй завтрак						
3	1,5	42	192	ПР	Сок фруктовый	200
4,3	8	28,8	205	ПР	Печенье	75

Повар:  С.Н. Осташевская