

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

Меню на 22.11.2024г.

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

1-4 класс

Белки	4.2	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал.)	№ рец.	Наименование блюда	Масса порции
1.3	4.3	6.1	68	54-12з	Икра морковная	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 (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
1.2	4,2	6	68	54-12з	Икра морковная	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	0	21	83,9	54-22хн	Компот из смеси сухофруктов	200
4.3	8	28.8	205	ПР	Вафли	50

Повар:  С.Н. Осташевская