

«Утверждаю»

Директор МБОУ «Центральная СОШ»

Н.Н.Разорёнова

Меню на 06.03.2023г

Сезон: осеннее-зимний, неделя вторая день 6 примерное меню

1-4 класс

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал.)	№ рец.	Наименование блюда	Масса порции
5.2	6.6	27.6	190.6	175	Каша молочная « Дружба»	205
3.2	3.6	19.2	122	463	какао на молоке	200
2.88	0.42	17.8	86.4	ПР	Хлеб пшеничный, ржаной	40
4.64	5.9	0	72	75	сыр полутвердый порциями	20
0.4	0.4	9.8	44	82	Яблоко свежее	110

5-11 класс (с доплатой завтрак)

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал.)	№ рец.	Наименование блюда	Масса порции
5.2	6.6	27.6	190.6	175	Каша молочная « Дружба»	205
3.2	3.6	19.2	122	463	какао на молоке	200
2.88	0.42	17.8	86.4	ПР	Хлеб пшеничный, ржаной	40
4.64	5.9	0	72	75	сыр полутвердый порциями	20
0.4	0.4	9.8	44	82	Яблоко свежее	110

5-11 класс (с доплатой обед)

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал.)	№ рец.	Наименование блюда	Масса порции
1.86	3.78	8.26	74.6	98	Свекольник	200
16	11.2	13.6	220.9	339	котлета из говядины	90
7.4	6.6	39.4	256	199	макаронные изделия отварные	150
0.07	0.02	15	60	376	Чай с сахаром	200
2.88	0.42	17.8	86.4	ПР	Хлеб пшеничный, ржаной	40

5-11 класс (без доплаты)

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал.)	№ рец.	Наименование блюда	Масса порции
5.2	6.6	27.6	190.6	175	Каша молочная « Дружба»	205
0.07	0.02	15	60	376	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
5.2	6.6	27.6	190.6	175	Каша молочная « Дружба»	205
3.2	3.6	19.2	122	463	какао на молоке	200
2.88	0.42	17.8	86.4	ПР	Хлеб пшеничный, ржаной	40
4.64	5.9	0	72	75	сыр полутвердый порциями	20
0.4	0.4	9.8	44	82	Яблоко свежее	110

Второй завтрак

3.9	3.06	23.9	139	ПР	Вафли	48
0.07	0.02	15	60	376	Чай с лимоном	200

Повар:

Осташевская

С.Н. Осташевская