



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

Меню на 07.03.2023г.

Сезон: осеннее-зимний, неделя вторая день 7 примерное меню

1-4 класс

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал.)	№ рец.	Наименование блюда	Масса порции
0.96	3.72	3.96	52.8	47	Винегрет овощной	60
16	15	5	219	321	Мясо тушенное	100
5.96	6.5	41.6	248.6	302	Каша перловая	150
0.2	0.1	9.3	38	457	Чай с сахаром	200
2.88	0.42	17.8	86.4	ПР	Хлеб пшеничный, ржаной	40

5-11 класс (с доплатой завтрак)


Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал.)	№ рец.	Наименование блюда	Масса порции
16	15	5	219	321	Мясо тушенное	100
5.96	6.5	41.6	248.6	302	Каша перловая	150
0.2	0.1	9.3	38	457	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
5.96	6.5	41.6	248.6	302	Каша перловая	200
0.61	3.66	2.37	44.85	420	Соус томатный	50
0.2	0.1	9.3	38	457	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
0.96	3.72	3.96	52.8	47	Винегрет овощной	60
16	15	5	219	321	Мясо тушенное	100
5.96	6.5	41.6	248.6	302	Каша перловая	150
0.2	0.1	9.3	38	457	Чай с сахаром	200
2.88	0.42	17.8	86.4	ПР	Хлеб пшеничный, ржаной	40
Второй завтрак						
0.2	0.1	9.3	38	457	Чай с сахаром	200
3.9	3.06	23.9	139	ПР	Пряник	40

Повар:  С.Н. Осташевская