



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

Меню на 08.02.2023г.

Сезон: осеннее-зимний, неделя вторая день 8 примерное меню

1-4 класс

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал.)	№ рец.	Наименование блюда	Масса порции
1.21	0.06	12.33	54.72	76	Салат из свежих огурцов и помидоров	60
7.92	11.27	6.61	161	268	Тефтели из говядины в томатном соусе	110
11.87	5.47	53.12	190.5	302	Каша гречневая	150
3.07	2.68	15.95	100.6	379	Компот из сухофруктов	200
3.16	0.4	19.32	93.52	ПР	Хлеб пшеничный, ржаной	40

5-11 класс (с доплатой завтрак)

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал.)	№ рец.	Наименование блюда	Масса порции
7.92	11.27	6.61	161	268	Тефтели из говядины	110
11.87	5.47	53.12	190.5	302	Каша гречневая	150
3.07	2.68	15.95	100.6	379	Компот из сухофруктов	200
3.16	0.4	19.32	93.52	ПР	Хлеб пшеничный, ржаной	40

5-11 класс (без доплаты)

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал.)	№ рец.	Наименование блюда	Масса порции
11.87	5.47	53.12	190.5	302	Каша гречневая	150
1.3	2.4	4.2	44	587	Соус томатный	50
0.07	0.02	15	60	376	Чай с сахаром	200
3.16	0.4	19.32	93.52	ПР	Хлеб пшеничный, ржаной	40

ОВЗ

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал.)	№ рец.	Наименование блюда	Масса порции
1.21	0.06	12.33	54.72	76	Салат из свежих огурцов и помидоров	60
7.92	11.27	6.61	161	268	Тефтели из говядины	110
11.87	5.47	53.12	190.5	302	Каша гречневая	150
3.07	2.68	15.95	100.6	379	Компот из сухофруктов	200
3.16	0.4	19.32	93.52	ПР	Хлеб пшеничный, ржаной	40

Второй завтрак

0.07	0.02	15.0	60	376	Чай с сахаром	200
3.9	3.06	23.9	139	ПР	печенье	33

Повар: *Осташевская* С.Н. Осташевская