

«Утверждаю»

Директор МБОУ «Центральная СОШ»

Н.Н. Разорёнова

Меню на 12.05.2023г.

Сезон: весенне-летний, неделя вторая день 10 Примерное меню

1-4 класс

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал.)	№ рец.	Наименование блюда	Масса порции
0.84	2.28	3.9	39.6	54	Икра морковная	60
18.8	14.3	25.8	307	328	Жаркое по-домашнему из говядины	200
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
18.8	14.3	25.8	307	328	Жаркое по-домашнему из говядины	200
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 обед)

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал.)	№ рец.	Наименование блюда	Масса порции
1.5	4.5	3.8	61.75	104	Щи из свежей капусты с картофелем	200
8.4	6.5	9.7	131	350	Тефтели из говядины в томатном соусе	110
5.4	8	11.6	140	377	Пюре картофельное	200
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)

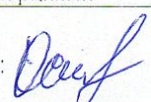
Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал.)	№ рец.	Наименование блюда	Масса порции
22	5	39.7	292	389	Пюре гороховое с маслом	205
0.61	3.66	2.37	44.85	420	Соус томатный	50
0.2	0.1	9.3	38	457	Чай с сахаром	200
2.88	0.42	17.8	86.4	ПР	Хлеб пшеничный, ржаной	40

ОВЗ

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал.)	№ рец.	Наименование блюда	Масса порции
0.84	2.28	3.9	39.6	54	Икра морковная	60
18.8	14.3	25.8	307	328	Жаркое по-домашнему из говядины	200
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

0.6	0.1	20.1	84	495	Компот из смеси сухофруктов	200
0.08	7.25	0.13	65.72	79	Масло сливочное порциями	10

Повар:  С.Н. Осташевская