

Директор МБОУ «Центральная СОШ»
Н.И.Разорёнова

Меню на 17.01.2023г.

Сезон: осеннее-зимний, неделя первая день 2 примерное меню

1-4 класс

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал.)	№ рец.	Наименование блюда	Масса порции
0.42	0.06	1.14	7.2	71	Овощи свежие в нарезке (огурцы)	60
7.92	11.27	6.61	161	268	Тефтели из говядины	110
4.46	4.34	31.69	183.6	302	Каша перловая	200
4.08	3.54	17.6	118.6	382	Какао с молоком	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
4.46	4.34	31.69	183.6	302	Каша перловая	200
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
0.42	0.06	1.14	7.2	71	Овощи свежие в нарезке (огурцы)	60
7.92	11.27	6.61	161	268	Тефтели из говядины	110
4.46	4.34	31.69	183.6	302	Каша перловая	200
3.07	2.68	16	100.6	379	Компот из сухофруктов	200
3.16	0.4	19.32	93.52	ПР	Хлеб пшеничный, ржаной	40
Второй завтрак						
0.13	0.02	15.2	62	377	Чай с сахаром	200
3.9	3.06	23.9	139	ПР	Вафли	48

Повар:  С.Н. Осташевская