

«Утверждаю»

Директор МБОУ «Центральная СОШ»

Н.Н.Разорёнова

Меню на 19.12.2022г.

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

1-4 класс

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал.)	№ рец.	Наименование блюда	Масса порции
4.34	2.77	38.66	146.22	175	Каша молочная « Дружба»	200
3.07	2.68	16	100.6	379	Напиток кофейный с молоком	200
3.16	0.4	19.32	93.52	ПР	Хлеб пшеничный, ржаной	40
3.15	7.485	15.48	138.09	3	Бутерброд с маслом и сыром	60

5-11 класс (с доплатой завтрак)

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал.)	№ рец.	Наименование блюда	Масса порции
4.34	2.77	38.66	146.22	175	Каша молочная « Дружба»	200
3.15	7.485	15.48	138.09	3	Бутерброд с маслом и сыром	60
3.07	2.68	16	100.6	379	Напиток кофейный 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
4.34	2.77	38.66	146.22	175	Каша молочная « Дружба»	200
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
4.34	2.77	38.66	146.22	175	Каша молочная « Дружба»	205
3.07	2.68	16	100.6	379	Напиток кофейный с молоком	200
3.16	0.4	19.32	93.52	ПР	Хлеб пшеничный, ржаной	40
3.15	7.485	15.48	138.09	3	Бутерброд с маслом и сыром	60
Второй завтрак						
3.9	3.06	23.9	139	ПР	Пряник	48
3.15	7.485	15.48	138.09	3	Бутерброд с маслом и сыром	60

Повар:  С.Н. Осташевская