

«Утверждаю»

Директор МБОУ «Центральная СОШ»

Н.Н. Разорёнова

Меню на 24.03.2023г.

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
16	11.2	13.6	220.9	339	Котлета из говядины	80
5.4	8	11.6	140	377	Пюре картофельное	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
22	5	39.7	292	389	Пюре гороховое с маслом	205
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

0.2	0.1	9.3	38	457	Чай с сахаром	200
0.08	7.25	0.13	65.72	79	Масло сливочное порциями	15

Повар: *Осташевская*

С.Н. Осташевская