

«Утверждаю»

Директор МБОУ «Центральная СОШ»

Н.Н.Разорёнова



**Меню на 24.11.2022г.**

Сезон: осеннее-зимний, неделя вторая день 9. Примерное меню

**1-4 класс**

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал.)	№ рец.	Наименование блюда	Масса порции
0.66	0.12	2.28	13.2	71	Овощи свежие в нарезке (помидоры)	60
7.11	7.95	9.32	137.3	279	Тефтели из говядины	110
6.8	10	38	268	309	Макаронные изделия отварные с маслом	205
0.07	0.02	15	60	376	Чай с лимоном	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
0.66	0.12	2.28	13.2	71	Овощи свежие в нарезке (помидоры)	60
7.11	7.95	9.32	137.3	279	Тефтели из говядины	110
6.8	10	38	268	309	Макаронные изделия отварные с маслом	205
0.07	0.02	15	60	376	Чай с лимоном	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
6.8	10	38	268	309	Макаронные изделия отварные с маслом	205
0.07	0.02	15.0	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
0.66	0.12	2.28	13.2	71	Овощи свежие в нарезке (помидоры)	60
7.11	7.95	9.32	137.3	279	Тефтели из говядины	110
6.8	10	38	268	309	Макаронные изделия отварные с маслом	150
0.07	0.02	15	60	376	Чай с лимоном	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	Пряник	40

Повар: *Осташевская* С.Н. Осташевская