



«Утверждаю»
 Директор МБОУ «Центральная СОШ»
 И.Н.Разорёнова

Меню на 28.12.2022г

Сезон: осеннее-зимний, неделя первая день 3 **Примерное меню**

1-4 класс

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал.)	№ рец.	Наименование блюда	Масса порции
1.21	0.06	12.33	54.72	76	Салат из свежей капусты	60
11.52	16.39	9.67	233.6	268	Биточки из говядины	90
7.3	5.06	25.85	188.21	199	Пюре из бобовых (горох) с маслом сливочным	150
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

5-11 класс (без доплаты)

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал.)	№ рец.	Наименование блюда	Масса порции
9.74	6.75	34.47	250.95	199	Пюре из бобовых (горох) с маслом сливочным	200
1.3	2.4	4.2	44	587	Соус томатный	50
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
1.21	0.06	12.33	54.72	76	Салат из свежей капусты	50
11.52	16.39	9.67	233.6	268	Биточки из говядины	80
7.3	5.06	25.85	188.21	199	Пюре из бобовых (горох) с маслом сливочным	150
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

Второй завтрак

0.07	0.02	15.0	60	376	Чай с сахаром	200
3.9	3.06	23.9	139	ПР	Печенье	33

Повар: *Осташевская* С.Н. Осташевская