

«Утверждаю»



Директор МБОУ «Центральная СОШ»
Н.Н. Разорёнова

Меню на 29.05.2023г.

Сезон: весенне-летний, неделя первая день: **примерное меню**

1-4 класс

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал.)	№ рец.	Наименование блюда	Масса порции
0.42	0.06	1.14	6.6	148	Овощи свежие (порциями)	60
13.2	11	38.8	308	259	Макаронные изделия отварные с сыром	220
3.2	3.6	19.2	122	463	Какао на сгущенном молоке	200
2.88	0.42	17.8	86.4	ПР	Хлеб пшеничный, ржаной	40
0.4	0.4	9.8	44	82	Яблоко свежее	120

5-11 класс (с доплатой завтрак)

Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал.)	№ рец.	Наименование блюда	Масса порции
4.64	5.9	0	72	75	Сыр к макаронным изделиям	20
0.42	0.06	1.14	6.6	148	Овощи свежие (порциями)	60
22	5	39.7	292	259	Макаронные изделия отварные	200
3.2	3.6	19.2	122	463	Какао на сгущенном молоке	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
7.4	6.6	39.4	246	256	Макаронные изделия отварные	205
0.61	3.66	2.37	44.85	420	Соус томатный	50
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
0.42	0.06	1.14	6.6	148	Овощи свежие (порциями)	60
13.2	11	38.8	308	259	Макаронные изделия отварные с сыром	220
3.2	3.6	19.2	122	463	Какао на сгущенном молоке	200
2.88	0.42	17.8	86.4	ПР	Хлеб пшеничный, ржаной	40
0.4	0.4	9.8	44	82	Яблоко свежее	120
Второй завтрак						
0.3	0.2	14.2	60	487	Компот из свежих яблок	200
0.4	0.4	9.8	44	82	Яблоко свежее	120
4.64	5.9	0	72	75	Сыр полутвёрдый порциями	15

Повар: *Осташевская* С.Н. Осташевская