

Утверждаю:  
 Директор МОУ «Криушинская СОШ»  
 \_\_\_\_\_ Л.Ю. Мартынова



**Меню на 02.12.2024 г.**

**Понедельник 1-4 класс**

| <b>ЗАВТРАК</b>         | <b>Вес, гр.</b> | <b>Белки</b> | <b>Жиры</b> | <b>Углеводы</b> | <b>Ккал</b>  |
|------------------------|-----------------|--------------|-------------|-----------------|--------------|
| Овощное рагу с курицей | 220             | 20,9         | 7           | 17,6            | 290,0        |
| Чай с сахаром и вит. С | 200             | 0,2          | 0           | 6,5             | 26,8         |
| Хлеб пшеничный         | 40              | 4,1          | 0,7         | 0,6             | 97,5         |
| Кондитерское изделие   | 20              | 1,92         | 5,04        | 20,54           | 135,3        |
| Сок фруктовый          | 200             | 1,0          | 0,0         | 20,2            | 84,8         |
| <b>Всего</b>           |                 |              |             |                 | <b>634,4</b> |

**Понедельник 5-11 класс**

| <b>ЗАВТРАК</b>         | <b>Вес, гр.</b> | <b>Белки</b> | <b>Жиры</b> | <b>Углеводы</b> | <b>Ккал</b>  |
|------------------------|-----------------|--------------|-------------|-----------------|--------------|
| Овощное рагу с курицей | 220             | 20,9         | 7           | 17,6            | 290,0        |
| Чай с сахаром и вит. С | 200             | 0,2          | 0           | 6,5             | 26,8         |
| Хлеб пшеничный         | 40              | 4,1          | 0,7         | 0,6             | 97,5         |
| <b>Всего</b>           |                 |              |             |                 | <b>414,3</b> |

| <b>ОБЕД</b>                              | <b>Вес, гр.</b> | <b>Белки</b> | <b>Жиры</b> | <b>Углеводы</b> | <b>Ккал</b>  |
|--|-----------------|--------------|-------------|-----------------|--------------|
| Суп картофельный с макаронными изделиями | 250             | 10,5         | 9,16        | 23,31           | 149,5        |
| Плов с курицей                           | 200             | 27,3         | 11,09       | 40,86           | 314,6        |
| Хлеб ржаной                              | 40              | 3,3          | 0,6         | 0,6             | 90,5         |
| Чай с сахаром                            | 200             | 0,2          | 0           | 6,5             | 26,8         |
| <b>Всего</b>                             |                 |              |             |                 | <b>581,4</b> |

**Соч. столовая**

| <b>ЗАВТРАК</b>                           | <b>Вес, гр.</b> | <b>Белки</b> | <b>Жиры</b> | <b>Углеводы</b> | <b>Ккал</b> |
|--|-----------------|--------------|-------------|-----------------|-------------|
| Каша манная молочная                     | 200             | 9,32         | 11,76       | 31,44           | 126,95      |
| Кофе с молоком                           | 200             | 3,8          | 2,9         | 11,3            | 86          |
| Кондитерское изделие                     | 20              | 1,92         | 5,04        | 20,54           | 135,3       |
| Овощное рагу с мясом                     | 220             | 20,9         | 7           | 17,6            | 290,0       |
| Чай с сахаром и вит. С                   | 200             | 0,2          | 0           | 6,5             | 26,8        |
| Хлеб пшеничный                           | 40              | 4,1          | 0,7         | 0,6             | 97,5        |
| Кондитерское изделие                     | 20              | 1,92         | 5,04        | 20,54           | 135,3       |
| Сок фруктовый                            | 200             | 1,0          | 0,0         | 20,2            | 84,8        |
| Суп картофельный с макаронными изделиями | 250             | 10,5         | 9,16        | 23,31           | 149,5       |
| Плов с курицей                           | 200             | 27,3         | 11,09       | 40,86           | 314,6       |
| Хлеб ржаной                              | 40              | 3,3          | 0,6         | 0,6             | 90,5        |
| Чай с сахаром                            | 200             | 0,2          | 0           | 6,5             | 26,8        |