

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



Меню на 03.12.2024 г.

Вторник 1-4 класс

| ЗАВТРАК | Вес гр. | Белки | Жиры | Углеводы | Ккал. |
|-------------------------|---------|-------|------|----------|---------------|
| Рожки отварные с маслом | 180 | 6,48 | 5,0 | 39,36 | 236,16 |
| Котлета куриная | 80 | 14,01 | 2,91 | 9,41 | 144,45 |
| Кефир с сахар | 200 | 5,6 | 6,4 | 13,19 | 136,7 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 4,1 | 0,7 | 0,6 | 97,5 |
| Фрукт | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47,0 |
| Всего | | | | | 797,11 |

Вторник 5-11 класс

| ЗАВТРАК | Вес гр. | Белки | Жиры | Углеводы | Ккал. |
|----------------------------------------|---------|-------|------|----------|---------------|
| Рожки отварные с маслом | 180 | 6,48 | 5,0 | 39,36 | 236,16 |
| Котлета куриная | 80 | 14,01 | 2,91 | 9,41 | 144,45 |
| Кефир с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 6,5 | 26,8 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 4,1 | 0,7 | 0,6 | 97,5 |
| Всего | | | | | 504,91 |
| ОБЕД | Вес гр. | Белки | Жиры | Углеводы | Ккал |
| Щи с курицей | 250 | 7,49 | 9,78 | 16,04 | 184,25 |
| Гречка рассыпчатая со сливочным маслом | 180 | 9,96 | 7,56 | 43,2 | 280,44 |
| Гуляш с курицей | 100 | 13,5 | 13,1 | 3,2 | 185,6 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 6,5 | 26,8 |
| Хлеб ржаной | 40 | 3,3 | 0,6 | 0,6 | 90,5 |
| Всего | | | | | 767,59 |

Соц. Столовая

| ЗАВТРАК | Вес гр. | Белки | Жиры | Углеводы | Ккал. |
|----------------------------------------|---------|---------|---------|----------|-----------|
| Каша овсяная молочная | 200 | 7,1 | 5,8 | 26,6 | 129,92 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 6,5 | 26,8 |
| Хлеб пшеничный с маслом сливочным | 40/10 | 4,1/0,1 | 0,7/7,2 | 0,6/0,1 | 97,5/66,1 |
| Рожки отварные с маслом | 180 | 6,48 | 5,0 | 39,36 | 236,16 |
| Котлета куриная | 80 | 14,01 | 2,91 | 9,41 | 144,45 |
| Кефир с сахаром | 200 | 5,6 | 6,4 | 13,19 | 136,7 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 4,1 | 0,7 | 0,6 | 97,5 |
| Фрукт | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47,0 |
| Кондитерское изделие | 20 | 1,92 | 5,04 | 20,54 | 135,3 |
| Щи с курицей | 250 | 7,49 | 9,78 | 16,04 | 184,25 |
| Гречка рассыпчатая со сливочным маслом | 180 | 9,96 | 7,56 | 43,2 | 280,44 |
| Гуляш с курицей | 100 | 13,5 | 13,1 | 3,2 | 185,6 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 6,5 | 26,8 |
| Хлеб ржаной | 40 | 3,3 | 0,6 | 0,6 | 90,5 |