

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

Меню на 10.03.2025 г.

Понедельник 1-4 класс

ЗАВТРАК	Вес, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
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
Всего					634,4

Понедельник 5-11 класс

ЗАВТРАК	Вес, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
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
Всего					414,3

ОБЕД	Вес, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
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
Всего					581,4

Соц. столовая

ЗАВТРАК	Вес, гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
Каша овсяная 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 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
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