

МОУ УТВЕРЖДАЮ:  
Директор МОУ «Криупинская СОШ»

*моу сош*  
Л.Ю. Мартынова

Меню на 10.12.2024г.

Вторник

Завтрак 1-4 класс	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
Чай 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
<b>Всего</b>					<b>661,81</b>

Завтрак 5-11 класс	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
Чай с сахаром + 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>614,81</b>

Обед	Вес гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.
Суп рисовый с курицей	250	7,25	8,37	22,84	190,68
Овощное рагу с курицей	200	20,9	7	17,6	290,0
Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8
Хлеб ржаной	40	3,3	0,6	0,6	90,5
<b>Всего</b>					<b>597,98</b>

Соц. Столовая

Завтрак	Вес гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.
Каша молочная манная	200	9,32	11,76	31,44	126,95
Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8
Хлеб пшеничный	40	1,92	5,04	20,54	135,3
Рожки отварные с маслом	150/5	6,08	7,56	51,12	307,98
Котлета куриная	80/3	12,44	9,24	12,56	87,53
Кефир с сахаром	200/5	5,8	5,0	8,0	106,0
Хлеб пшеничный	30	2,1	0,7	14,61	74,46
Фрукт	200	0,8	0,8	19,6	94
Суп рисовый с курицей	250	7,25	8,37	22,84	190,68
Овощное рагу с курицей	200	20,9	7	17,6	290,0
Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8
Хлеб ржаной	40	3,3	0,6	0,6	90,5