

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор МОУ «Криушинская СОШ»

Л.Ю. Мартынова

Меню на 12.12.2024г.

**Четверг**

<b>Завтрак 1-4 класс</b>	<b>Вес гр.</b>	<b>Белки</b>	<b>Жиры</b>	<b>Углеводы</b>	<b>Ккал.</b>
Гречка рассыпчатая с маслом сливочным	180	9,96	7,56	43,2	280,44
Гуляш с курицей	100	13,5	13,1	3,2	185,6
Компот из свежих яблок и лимоном	200	0,15	0,14	9,93	41,5
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>688,94</b>

<b>Завтрак 5-11 класс</b>	<b>Вес гр.</b>	<b>Белки</b>	<b>Жиры</b>	<b>Углеводы</b>	<b>Ккал.</b>
Гречка рассыпчатая с маслом сливочным	180	9,96	7,56	43,2	280,44
Гуляш с курицей	100	13,5	13,1	3,2	185,6
Компот из свежих яблок и лимоном	200	0,15	0,14	9,93	41,5
Хлеб пшеничный	40	4,1	0,7	0,6	97,5
<b>Всего</b>					<b>641,94</b>

<b>Обед</b>	<b>Вес гр.</b>	<b>Белки</b>	<b>Жиры</b>	<b>Углеводы</b>	<b>Ккал.</b>
Щи с курицей	250	7,49	9,78	16,04	184,25
Рожки отварные с сыром тертым	180	8,7	8,8	32,8	244,9
Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8
Хлеб пшеничный	40	4,1	0,7	0,6	97,5
<b>Всего</b>					<b>553,45</b>

**Соц. Столовая**

<b>Завтрак</b>	<b>Вес гр.</b>	<b>Белки</b>	<b>Жиры</b>	<b>Углеводы</b>	<b>Ккал.</b>
Каша молочная овсяная	200	6,8	7,5	24,7	192,6
Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8
Хлеб пшеничный	40	4,1	0,7	0,6	97,5
Гречка рассыпчатая с маслом сливочным	180	9,96	7,56	43,2	280,44
Гуляш с мясом	100	13,5	13,1	3,2	185,6
Компот из свежих яблок	200	0,15	0,14	9,93	41,5
Хлеб пшеничный	40	4,1	0,7	0,6	97,5
Фрукт	100	0,4	0,4	9,8	47,0

Щи с курицей	250	7,49	9,78	16,04	184,25
Рожки отварные с сыром тертым	180	8,7	8,8	32,8	244,9
Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8
Хлеб пшеничный	40	4,1	0,7	0,6	97,5