

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

**Меню на 13.03.2025 г.**

**Среда 1-4 класс**

| <b>ЗАВТРАК</b>        | <b>Вес гр.</b> | <b>Белки</b> | <b>Жиры</b> | <b>Углеводы</b> | <b>Ккал.</b>  |
|-----------------------|----------------|--------------|-------------|-----------------|---------------|
| Яйцо                  | 40             | 4,8          | 4           | 0,3             | 56,6          |
| 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          |
| Сыр порция            | 25             | 5,75         | 7,33        | 0               | 89,66         |
| <b>Всего</b>          |                |              |             |                 | <b>489,00</b> |

**Среда 5-11 класс**

| <b>ЗАВТРАК</b>        | <b>Вес гр.</b> | <b>Белки</b> | <b>Жиры</b> | <b>Углеводы</b> | <b>Ккал.</b>  |
|-----------------------|----------------|--------------|-------------|-----------------|---------------|
| Сыр порция            | 25             | 5,75         | 7,33        | 0               | 89,66         |
| 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          |
| <b>Всего</b>          |                |              |             |                 | <b>406,56</b> |
| <b>ОБЕД</b>           |                |              |             |                 |               |
| Борщ                  | 250            | 10,13        | 10,02       | 10,07           | 170,99        |
| Рис отварной          | 180            | 4,42         | 4,9         | 43,8            | 244,2         |
| Тефтели куриные       | 60             | 12,9         | 3,61        | 7,1             | 112,38        |
| Хлеб пшеничный        | 40             | 4,1          | 0,7         | 0,6             | 97,5          |
| Чай с сахаром         | 200            | 0,2          | 0           | 6,5             | 26,8          |
|                       |                |              |             |                 | <b>539,49</b> |

**Соц. столовая**

| <b>ЗАВТРАК</b>        | <b>Вес гр.</b> | <b>Белки</b> | <b>Жиры</b> | <b>Углеводы</b> | <b>Ккал.</b> |
|-----------------------|----------------|--------------|-------------|-----------------|--------------|
| Йогурт                | 115            | 2,18         | 2,4         | 2,93            | 115,5        |
| Чай с сахаром         | 200            | 0,2          | 0           | 6,5             | 26,8         |
| Кондитерское изделие  | 20             | 1,92         | 5,04        | 20,54           | 135,3        |
| Яйцо                  | 40             | 4,8          | 4           | 0,3             | 56,6         |
| 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         |
| Сыр порция            | 25             | 5,75         | 7,33        | 0               | 89,66        |
| Борщ                  | 250            | 10,13        | 10,02       | 10,07           | 170,99       |
| Рис отварной          | 180            | 4,42         | 4,9         | 43,8            | 244,2        |
| Тефтели куриные       | 60             | 12,9         | 3,61        | 7,1             | 112,38       |
| Хлеб пшеничный        | 40             | 4,1          | 0,7         | 0,6             | 97,5         |
| Чай с сахаром         | 200            | 0,2          | 0           | 6,5             | 26,8         |