УТВЕРЖДАЮ:
Директор МОУ «Криушинская СОШ»
Директор школы _____Л.Ю.Мартынова

Меню на 13.12.2024г.

Пятница

Завтрак 1-4 класс	**Вес гр.**	**Белки**	**Жиры**	**Углеводы**	**Ккал.**
Свекольный салат	40	0,85	3,16	5,28	36,9
Картофельное пюре	180	3,84	6,24	23,76	167,28
Рыба тушеная с овощами	80	14,2	2,6	8,6	114,2
Компот из сух-ов + вит С	200	0,5	0	19,8	81
Хлеб ржаной	40	3,3	0,6	0,6	90,5
Шоколад	15	0,93	5,31	7,22	80,8
Фрукт	100	0,4	0,4	9,8	47,0
Всего					**705,98**

Завтрак 5-11 класс	**Вес гр.**	**Белки**	**Жиры**	**Углеводы**	**Ккал.**
Свекольный салат	40	0,85	3,16	5,28	36,9
Картофельное пюре	180	3,84	6,24	23,76	167,28
Рыба тушеная с овощами	80	14,2	2,6	8,6	114,2
Компот из сух-ов + вит С	200	0,5	0	19,8	81
Хлеб ржаной	40	3,3	0,6	0,6	90,5
Кондитерское изделие	20	1,92	5,04	20,54	135,3
Всего					**625,18**

Обед	**Вес гр.**	**Белки**	**Жиры**	**Углеводы**	**Ккал.**
Суп гороховый с курицей	250	7,25	8,37	22,84	190,68
Кнели куриные с рисом	160	11,9	12,9	5,3	184,6
Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8
Хлеб пшеничный	40	4,1	0,7	0,6	97,5
Всего					**499,58**

Соц. Столовая

Яйцо	40	4,8	4	0,3	56,6
Чай с сахаром	200	4,6	3,6	12,6	100,4
Хлеб пшеничный с маслом и сыром	50/15	4,2/3,5	7,9/4,4	0,7/06	163,6/53,8
Свекольный салалт	40	0,43	2,46	1,38	29,49
Картофельное пюре	150/5	4,68	33,42	7,58	348,04
Рыбная котлета	80/3	11,9	4,055	7,67	115,0
Компот из сух-ов + вит С	200/15	0,48	0	25,68	98,36
Хлеб ржаной	30	2,27	0,42	0,92	63,35
Шоколад	15	0,93	5,31	7,22	80,8
Фрукт	100	0,4	0,4	9,8	47,0
Суп гороховый с курицей	250	7,25	8,37	22,84	190,68
Кнели куриные с рисом	160	11,9	12,9	5,3	184,6
Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8
Хлеб пшеничный	40	4,1	0,7	0,6	97,5