

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



Меню на 14.02.2025 г.

Пятница 1-4 класс

| ЗАВТРАК | Вес гр. | Белки | Жиры | Углеводы | Ккал. |
|--------------------------|----------------|--------------|-------------|-----------------|---------------|
| Салат из отварной свёклы | 60 | 0,8 | 2,7 | 4,6 | 45,6 |
| Картофельное пюре | 180 | 3,84 | 6,24 | 23,76 | 167,28 |
| Котлета рыбная | 80 | 9,6 | 5,2 | 4,4 | 103 |
| Компот из сух-в + вит С | 200 | 0,5 | 0 | 19,8 | 81 |
| Хлеб ржаной | 40 | 3,3 | 0,6 | 0,6 | 90,5 |
| Фрукт | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47,0 |
| Кондитерское изделие | 20 | 1,92 | 5,04 | 20,54 | 135,3 |
| Всего | | | | | 669,68 |

Пятница 5-11 класс

| ЗАВТРАК | Вес гр. | Белки | Жиры | Углеводы | Ккал. |
|--------------------------|----------------|--------------|-------------|-----------------|---------------|
| Салат из отварной свёклы | 60 | 0,8 | 2,7 | 4,6 | 45,6 |
| Картофельное пюре | 180 | 3,84 | 6,24 | 23,76 | 167,28 |
| Котлета рыбная | 80 | 9,6 | 5,2 | 4,4 | 103 |
| Компот из сух-в + 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 | | | | | 622,68 |

| ОБЕД | Вес гр. | Белки | Жиры | Углеводы | Ккал. |
|--|----------------|--------------|-------------|-----------------|---------------|
| Суп гороховый с курицей | 250 | 7,25 | 8,37 | 22,84 | 190,68 |
| Макароны отварные со сливочным маслом и тёртым сыром | 180 | 8,7 | 8,8 | 32,8 | 244,9 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 4,1 | 0,7 | 0,6 | 97,5 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 6,5 | 26,8 |
| Всего | | | | | 559,88 |

Соц. Столовая

| ЗАВТРАК | Вес гр. | Белки | Жиры | Углеводы | Ккал. |
|--|----------------|--------------|-------------|-----------------|--------------|
| Молочная вермишель | 200 | 5,27 | 6,02 | 20,82 | 158,45 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 6,5 | 26,8 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 4,1 | 0,7 | 0,6 | 97,5 |
| Салат из отварной свёклы | 60 | 0,8 | 2,7 | 4,6 | 45,6 |
| Картофельное пюре | 180 | 3,84 | 6,24 | 23,76 | 167,28 |
| Котлета рыбная | 80 | 9,6 | 5,2 | 4,4 | 103 |
| Компот из сух-в + 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 |
| Суп гороховый с курицей | 250 | 7,25 | 8,37 | 22,84 | 190,68 |
| Макароны отварные со сливочным маслом и тёртым сыром | 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 |