

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

Меню на 14.03.2025 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
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
Всего					622,68

ОБЕД	Вес гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.
Суп гороховый с курицей	250	7,25	8,37	22,84	190,68
Макаронь 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
Суп гороховый с курицей	250	7,25	8,37	22,84	190,68
Макаронь 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