

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

Меню на 28.01.2025 г.

Вторник 1-4 класс

ЗАВТРАК	Вес гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.
Рожки отварные с маслом	180	6,48	5,0	39,36	236,16
Котлета куриная	80	14,01	2,91	9,41	144,45
Кефир с сахаром	200	5,6	6,4	13,19	136,7
Хлеб пшеничный	40	4,1	0,7	0,6	97,5
Всего					661,81

Вторник 5-11 класс

ЗАВТРАК	Вес гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.
Рожки отварные с маслом	180	6,48	5,0	39,36	236,16
Котлета куриная	80	14,01	2,91	9,41	144,45
Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8
Хлеб пшеничный	40	4,1	0,7	0,6	97,5
Всего					504,91
ОБЕД	Вес гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.
Щи с курицей	250	7,49	9,78	16,04	184,25
Гречка рассыпчатая со сливочным маслом	180	9,96	7,56	43,2	280,44
Гуляш с курицей	100	13,5	13,1	3,2	185,6
Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8
Хлеб ржаной	40	3,3	0,6	0,6	90,5
Всего					767,59

Соц. Столовая

ЗАВТРАК	Вес гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.
Яйцо	40	4,8	4	0,3	56,6
Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8
Хлеб пшеничный с маслом и сыром	40/10/15	4,1/0,1/3,5	0,7/7,2/5,1	0,6/0,1/0,6	97,5/66,1/53,8
Рожки отварные с маслом	180	6,48	5,0	39,36	236,16
Котлета куриная	80	14,01	2,91	9,41	144,45
Кефир с сахаром	200	5,6	6,4	13,19	136,7
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
Гречка рассыпчатая со сливочным маслом	180	9,96	7,56	43,2	280,44
Гуляш с курицей	100	13,5	13,1	3,2	185,6
Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8
Хлеб ржаной	40	3,3	0,6	0,6	90,5