

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



**Меню на 29.01.2025 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         |
| Кондитерское изделие  | 20             | 1,92         | 5,04        | 20,54           | 135,3         |
| <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>       | <b>Вес гр.</b> | <b>Белки</b> | <b>Жиры</b> | <b>Углеводы</b> | <b>Ккал.</b>  |
|-------------------|----------------|--------------|-------------|-----------------|---------------|
| Суп рассольник    | 250            | 6,49         | 7,38        | 17,0            | 160,13        |
| Картофельное пюре | 180            | 3,84         | 6,24        | 23,76           | 167,28        |
| Рыбные биточки    | 80             | 14,2         | 2,6         | 8,6             | 114,2         |
| Чай с сахаром     | 200            | 0,2          | 0           | 6,5             | 26,8          |
| Хлеб ржаной       | 40             | 3,3          | 0,6         | 0,6             | 90,5          |
| <b>Всего</b>      |                |              |             |                 | <b>558,91</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         |
| Суп рассольник        | 250            | 6,49         | 7,38        | 17,0            | 160,13       |
| Картофельное пюре     | 180            | 3,84         | 6,24        | 23,76           | 167,28       |
| Рыбные биточки        | 80             | 14,2         | 2,6         | 8,6             | 114,2        |
| Чай с сахаром         | 200            | 0,2          | 0           | 6,5             | 26,8         |
| Хлеб ржаной           | 40             | 3,3          | 0,6         | 0,6             | 90,5         |