

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

Меню на 30.01.2025 г.

Четверг 1-4 класс

ЗАВТРАК	Вес гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.
Кнели куриные с рисом	160	11,9	12,9	5,3	184,6
Компот из свежих яблок с лимоном	200	0,16	0	8,18	42,6
Хлеб пшеничный	40	4,1	0,7	0,6	97,5
Фрукт	100	0,4	0,4	9,8	47,0
Всего					371,7

Четверг 5-11 класс

ЗАВТРАК	Вес гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.
Кнели куриные с рисом	160	11,9	12,9	5,3	184,6
Компот из свежих яблок с лимоном	200	0,16	0	8,18	42,6
Хлеб пшеничный	40	4,1	0,7	0,6	97,5
Всего					324,7

ОБЕД	Вес гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.
Борщ	250	10,13	10,02	10,07	170,99
Макароны отварные со сливочным маслом и тёртым сыром	180	8,7	8,8	32,8	244,9
Хлеб ржаной	40	3,3	0,6	0,6	90,5
Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8
Всего					533,19

Соц. Столовая

	Вес гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал.
Каша гречневая молочная	200	7,1	5,8	26,6	129,92
Какао с молоком	200	4,6	3,6	12,6	100,4
Хлеб пшеничный с маслом	50	4,2	7,9	0,7	163,6
Кнели куриные с рисом	160	11,9	12,9	5,3	184,6
Компот из свежих яблок с лимоном	200	0,16	0	8,18	42,6
Хлеб пшеничный	40	4,1	0,7	0,6	97,5
Борщ	250	10,13	10,02	10,07	170,99
Макароны отварные со сливочным маслом и тертым сыром	180	8,7	8,8	32,8	244,9
Хлеб ржаной	40	3,3	0,6	0,6	90,5
Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8