

Утверждаю  
Директор школы



Тагунова С.И.

# МЕНЮ

на 12 сентября 2024г

Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества			
		Белки, г	Жиры, г,	Углеводы, г	Энерг. ценность ккал
<b>1 – 4 классы</b>					
<b>ЗАВТРАК</b>					
Филе куриное, тушеное в томатном соусе, 50/50	100	14,31	10,38	1,91	158,27
Подгарнировка из свежих огурцов	20	0,3	0,04	0,88	5
Каша гречневая рассыпчатая	150	6,97	5,44	31,47	202,45
Чай с сахаром и лимоном, 180/10	180	0,25	0,03	10,23	43,46
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
<b>5 – 11 классы</b>					
<b>ЗАВТРАК</b>					
Филе куриное, тушеное в томатном соусе, 50/50	100	14,31	10,38	1,91	158,27
Подгарнировка из свежих огурцов	30	0,45	0,06	1,32	7,5
Каша гречневая рассыпчатая	180	8,36	6,53	37,76	242,94
Чай с сахаром, 200	200	0,26	0,03	11,26	47,79
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	117,5
<b>ГПД</b>					
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	3,37	2,98	15,69	144
Плов из курицы	180	20,3	17	35,69	377
Салат из свеклы	80	1,15	4,87	6,69	75,12
Хлеб ржаной	40	2,76	0,44	20,8	98,4
Чай с сахаром	200	0,1	0	15	60,4
Кондитерское изделие (Сухари)	50	4,5	4,75	32,5	192,5
<b>Дополнительное бесплатное питание детей</b>					
Плов из курицы	180	20,3	17	35,69	377
Салат из свеклы	80	1,15	4,87	6,69	75,12
Хлеб ржаной	40	2,76	0,44	20,8	98,4
Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,8
Кондитерское изделие (Сухари)	60	5,4	5,7	39	231