

Утверждаю
Директор школы

Тагунова С.И.



МЕНЮ

на 13 января 2025г

Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества			
		Белки, г	Жиры, г, Г	Углеводы, г	Энерг. ценность ккал
1 – 4 классы					
ЗАВТРАК					
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
5 – 11 классы					
ЗАВТРАК					
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
ГПД					
Суп картофельный с крупой (рисовой)	200	1,58	2,19	11,6	72,60
Макаронны отварные с маслом	150	5,46	5,79	30,45	195,7
Филе куриное, тушеное в томатном соусе	80	11,45	8,3	1,53	176,62
Хлеб ржаной	40	2,76	0,44	20,8	98,4
Чай с сахаром	200	0,1	0	15	60,4
Дополнительное бесплатное питание детей					
Макаронны отварные с маслом	200	7,28	7,71	40,61	260,95
Филе куриное, тушеное в томатном соусе	80	11,45	8,3	1,53	176,62
Хлеб ржаной	40	2,76	0,44	20,8	98,4
Чай сладкий	200	0,20	0,00	14,0	28,00
Кондитерское изделие (Сухари)	60	5,4	5,7	39	231