

Утверждаю  
 Директор школы Гагунова С.И.



## МЕНЮ

на 14 января 2025г

Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества			
		Белки, г	Жиры, г, г	Углеводы, г	Энерг. ценность ккал
<b>1 – 4 классы</b>					
<b>ЗАВТРАК</b>					
Подгарнировка из свежих огурцов	20	0,2	0,02	0,50	3
Плов	240	26,16	6,4	41,15	334,46
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>					
Подгарнировка из свежих огурцов	30	0,24	0,03	0,75	4,2
Плов с курицей	280	30,45	7,81	47,75	391,82
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 с макаронными изделиями	250	7,96	12,58	10,33	196,3
Рагу с курицей	200	11,88	14,42	18,79	261,7
Хлеб ржаной	40	2,76	0,44	20,8	98,4
Компот с сухофруктами	200	0,47	0	18,62	115,7
<b>Дополнительное бесплатное питание детей</b>					
Рагу с курицей	200	11,88	14,42	18,79	261,7
Компот из смеси сухофруктов	200	0,47	0	18,62	115,7
Хлеб ржаной	40	2,76	0,44	20,8	98,4
Кондитерское изделие (Сухари)	60	5,4	5,7	39	231