

Утверждаю
Директор школы



Тагунова С.И.

МЕНЮ

на 16 сентября 2024г

Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества			
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность ккал
1 – 4 классы					
ЗАВТРАК					
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
5 – 11 классы					
ЗАВТРАК					
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
ГПД					
Суп картофельный с горохом	250	9,82	8,88	1	169,34
Каша рассыпчатая (гречневая)	150	8,6	6,09	38	243,75
Гуляш	100	17,14	15,71	7,14	252,86
Компот из смеси сухофруктов	200	0,47	0	18,62	115,7
Хлеб ржаной	40	2,76	0,44	20,8	98,4
Дополнительное бесплатное питание детей					
Каша рассыпчатая (гречневая)	200	9,94	7,47	47,78	307,26
Гуляш	100	17,14	15,71	7,14	252,86
Компот из смеси сухофруктов	200	0,47	0	18,62	115,7
Хлеб ржаной	40	2,76	0,44	20,8	98,4