

Утверждаю  
 Директор школы \_\_\_\_\_ Тагунова С.И.



## МЕНЮ

на 19 марта 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>					
Сыр полутвердый	15	3,48	4,43		54,6
Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом сливочным	190	6,07	7,4	35,26	232,12
Какао на молоке. 180/10	180	3,58	2,85	14,71	100,06
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
Хлеб ржаной	30	2,1	0,3	15,3	72
<b>5 – 11 классы</b>					
<b>ЗАВТРАК</b>					
Яблоко	80	0,3	0,3	7,8	37
Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом сливочным.	250	7,98	8,58	44,71	288,86
Какао на молоке. 200/11	200	3,87	3,1	16,19	109,45
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	117,5
Яблоко	80	0,3	0,3	7,8	37
<b>ГПД</b>					
Щи из свежей капусты с картофелем	250	7,96	12,58	10,33	196,3
Гуляш	70	12	11	5	177
Рис отварной	150	3,65	5,37	36,68	209,7
Хлеб ржаной	40	2,76	0,44	20,8	98,4
Чай с сахаром	200	0,1	0	15	60,4
<b>Дополнительное бесплатное питание детей</b>					
Гуляш	70	12	11	5	177
Рис отварной	150	3,65	5,37	36,68	209,7
Хлеб ржаной	40	2,76	0,44	20,8	98,4
Чай с сахаром	200	0,1	0	15	60,4
Кондитерское изделие (Сухари)	60	5,4	5,7	39	231