

Утверждаю  
Директор школы

Тагунова С.И.



## МЕНЮ

на 20 января 2025г

Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества			
		Белки, г	Жиры, г, г	Углеводы, г	Энерг. ценность ккал
<b>1 – 4 классы ЗАВТРАК</b>					
Плов с курицей	240	26,16	6,4	41,15	334,46
Чай с сахаром	180	0,2	0,02	11,05	45,41
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
<b>5 – 11 классы ЗАВТРАК</b>					
Салат из свеклы	60	0,86	3,65	5,02	56,34
Плов с курицей	250	27,19	6,97	42,63	349,84
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 крупой (рисовой)	200	1,58	2,19	11,6	72,60
Макаронные отварные с маслом	150	5,46	5,79	30,45	195,7
Гуляш	70	12	11	5	177
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>					
Макаронные отварные с маслом	200	7,28	7,71	40,61	260,95
Гуляш	70	12	11	5	177
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