

Утверждаю
Директор школы



Тагунова С.И.

МЕНЮ

на 20 марта 2025г

Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества			
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность ккал
1 – 4 классы					
ЗАВТРАК					
Гуляш	80	10,04	10,39	3,2	145,8
Каша гречневая рассыпчатая	150	6,97	5,44	31,47	202,45
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
Хлеб ржаной	30	2,1	0,3	15,3	72
5 – 11 классы					
ЗАВТРАК					
Гуляш	100	12,55	12,99	4,01	182,25
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 горохом	250	9,83	8,88	16,8	169,34
Макаронные изделия отварные с сыром	200	19,86	13,6	84,86	522,7
Хлеб ржаной	40	2,76	0,44	20,8	98,4
Каша гречневая рассыпчатая	80	3,49	2,72	15,74	101,23
Чай с сахаром	80	0,26	0,03	4,42	17,56
Дополнительное питание для детей					
Макаронные изделия отварные с сыром	200	19,86	13,6	84,86	522,7
Хлеб ржаной	40	2,76	0,44	20,8	98,4
Каша гречневая рассыпчатая	200	13,95	10,88	47,95	312,6
Каша гречневая рассыпчатая	80	5,58	4,35	19,18	125,04