

Утверждаю  
Директор школы



Тагунова С.И.

# МЕНЮ

## на 23 сентября 2024г

Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества			
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. ценность ккал
<b>1 – 4 классы</b>					
<b>ЗАВТРАК</b>					
Подгарнировка из свежих огурцов	20	0,2	0,02	0,00	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 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
<b>Дополнительное бесплатное питание детей</b>					
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