

Утверждаю
 Директор школы  Тагунова С.И.



МЕНЮ

на 29 ноября 2024г

Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества			
		Белки, г	Жиры, г, г	Углеводы, г	Энерг. ценность ккал
1 – 4 классы					
ЗАВТРАК					
Рыба, тушеная в томате с овощами (минтай)	50/50	9,75	4,95	3,8	105
Пюре картофельное	150	3,28	6,16	22,06	157,25
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
Йогурт фруктовый	100	4	1,5	14,3	90
5 – 11 классы					
ЗАВТРАК					
Рыба, тушеная в томате с овощами (минтай)	50/50	9,75	4,95	3,8	105
Пюре картофельное	200	4,39	7,9	29,42	206,97
Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	117,5
Чай с сахаром	200	0,2	0,02	11,17	45,69
Йогурт фруктовый	100	4	1,5	14,3	90
ГПД					
Суп картофельный с горохом	250	9,83	8,88	16,8	169,34
Макаронны отварные с сыром	200	19,86	13,6	84,86	522,7
Хлеб ржаной	40	2,76	0,44	20,8	98,4
Кофейный напиток	200	3,17	2,68	15,9	100,6
Кондитерское изделие (Сухари)	60	5,4	5,7	39	231
Дополнительное бесплатное питание детей					
Макаронны отварные с сыром	250	24,82	17	106,08	653,38
Хлеб ржаной	40	2,76	0,44	20,8	98,4
Кофейный напиток	200	3,17	2,68	15,9	100,6
Кондитерское изделие (Сухари)	60	5,4	5,7	39	231