

Утверждаю
Директор школы



Тагунова С.И.

МЕНЮ

на 30 сентября 2024г

Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества			
		Белки, г	Жиры, г, г	Углеводы, г	Энерг. ценность ккал
1 – 4 классы					
ЗАВТРАК					
Подгарнировка из свежих огурцов	20	0,2	0,02	0,50	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
5 – 11 классы					
ЗАВТРАК					
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
ГПД					
Щи из свежей капусты с картофелем	250	7,96	12,58	10,33	196,3
Каша рассыпчатая (гречневая)	150	8,6	6,09	38	243,75
Биточек куриный с соусом томатным, 90/30	120	13,8	6,65	11,2	160,40
Чай с сахаром	200	0,1	0	15	60,4
Хлеб ржаной	40	2,76	0,44	20,8	98,4
Дополнительное бесплатное питание детей					
Каша рассыпчатая (гречневая)	200	11,47	8,12	50,67	325
Биточек куриный с соусом томатным, 90/30	120	13,8	6,65	11,2	160,40
Чай с сахаром	200\15	0,1	0	15	60,4
Хлеб ржаной	40	2,76	0,44	20,8	98,4