****

**02.12.2024 г.**

**Меню для 1-4 классов**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Выход, г** | **Цена** | **Калорийность** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
| Плов с говядиной | 240,00 | 95,63 | 334,46 | 26,16 | 6,4 | 41,15 |
| Чай с сахаром и лимоном, 180/10 | 180,00 | 3,27 | 43,46 | 0,25 | 0,03 | 10,23 |
| Хлеб пшеничный | 40,00 | 4,95 | 94,00 | 3,16 | 0,4 | 19,32 |
| Подгарнировка из свежих огурцов | 20,00 | 3,30 | 3,00 | 0,2 | 0,02 | 0,50 |
| Мандарин | 100,00 | 25,00 | 38,00 | 0,8 | 0,2 | 7,5 |

**Меню для 5-11 классов**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Вес, гр.** | **Белки, гр.** | **Жиры, гр.** | **Углеводы,**  **гр.** | **Энергетическая**  **ценность, ккал** |
| Макароны отварные с маслом и сыром | 150/5/20 | 3,82 | 4,17 | 40,03 | 212,87 |
| Бутерброд с маслом | 20/15 | 0,08 | 7,25 | 0,13 | 66,1 |
| Чай с сахаром | 185/15 | 0,25 | 0,03 | 10,23 | 43,46 |
| Хлеб ржаной | 20 | 1,0 | 0,2 | 10,2 | 46 |
| **Итого** | **410** | **5,15** | **11,65** | **60,59** | **368,43** |

**Меню для группы продленного дня**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Вес, гр.** | **Белки, гр.** | **Жиры, гр.** | **Углеводы,**  **гр.** | **Энергетическая**  **ценность, ккал** |
| Щи со свежей капустой | 250 | 3,59 | 5,91 | 13,65 | 122,68 |
| Гуляш из филе кур | 50/30 | 25,41 | 8,44 | 2,45 | 187,0 |
| Гречка отварная с маслом | 75/5 | 6,97 | 5,44 | 31,47 | 202,45 |
| Чай с сахаром | 185/15 | 0,25 | 0,03 | 10,23 | 46/43 |
| Хлеб ржаной | 20 | 1,0 | 0,2 | 10,2 | 456 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,8 | 0,2 | 8,16 | 48 |
| **Полдник** |  |  |  |  |  |
| Пирожок с повидлом | 70 | 3,16 | 0,4 | 19,32 | 94 |
| Чай с сахаром | 185/15 | 0,25 | 0,03 | 10,23 | 43,46 |

**Меню для детей льготных категорий**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Вес, гр.** | **Белки, гр.** | **Жиры, гр.** | **Углеводы,**  **гр.** | **Энергетическая**  **ценность, ккал** |
| Щи со свежей капустой | 250 | 3,59 | 5,91 | 13,65 | 122,68 |
| Гуляш из филе кур | 50/30 | 25,41 | 8,44 | 2,45 | 187,0 |
| Гречка отварная с маслом | 75/5 | 6,97 | 5,44 | 31,47 | 202,45 |
| Чай с сахаром | 185/15 | 0,25 | 0,03 | 10,23 | 46/43 |
| Хлеб ржаной | 20 | 1,0 | 0,2 | 10,2 | 456 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,8 | 0,2 | 8,16 | 48 |