****

**03.02.2025 г.**

**Меню для 1-4 классов**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Выход, г** | **Цена** | **Калорийность** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
| Котлета с соусом сметанным, 90/30 | 120 | 28,19 | 202,26 | 14,70 | 8,48 | 15,68 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 13,05 | 202,45 | 6,97 | 5,44 | 31,47 |
| Чай с сахаром и лимоном, 180/10 | 180 | 3,170 | 43,46 | 0,25 | 0,03 | 10,23 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 5,36 | 94,00 | 3,16 | 0,4 | 19,32 |
| Подгарнировка из свежих огурцов | 20 | 3,20 | 5,00 | 0,3 | 0,04 | 0,88 |
| Мандарин | 100 | 18,00 | 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 сыром | 100/5/10 | 5,76 | 4,3 | 36,73 | 208,81 |
| Бутерброд с маслом | 20/10 | 1,08 | 7,45 | 8,25 | 112,3 |
| Чай с сахаром | 185/15 | 0,25 | 0,03 | 10,23 | 43,46 |
| Хлеб ржаной | 20 | 0,2 | 0,0 | 10,2 | 46 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,8 | 0,4 | 8,16 | 45 |
| **Итого**  | **385** | **9,09** | **12,18** | **73,57** | **455,57** |

**Меню для группы продленного дня**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Вес, гр.** | **Белки, гр.** | **Жиры, гр.** | **Углеводы,** **гр.** | **Энергетическая****ценность, ккал** |
| Щи со свежей капустой | 250 | 1,71 | 5,7 | 7,62 | 89,15 |
| Гуляш из филе кур | 50/30 | 10,21 | 8,15 | 0,48 | 135,27 |
| Рис отварной с маслом | 75/5 | 2,40 | 2,7 | 20.03 | 145,3 |
| Чай с сахаром | 185/15 | 0,25 | 0,03 | 10,23 | 43,46 |
| Хлеб ржаной | 20 | 0,1 | 0,2 | 10,2 | 46 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,8 | 0,2 | 7,12 | 47 |
| **Полдник**  |  |  |  |  |  |
| Булочка школьная | 50 | 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 | 1,71 | 5,7 | 7,62 | 89,15 |
| Гуляш из филе кур | 50/30 | 10,21 | 8,15 | 0,48 | 135,27 |
| Рис отварной с маслом | 75/5 | 2,40 | 2,7 | 20.03 | 145,3 |
| Чай с сахаром | 185/15 | 0,25 | 0,03 | 10,23 | 43,46 |
| Хлеб ржаной | 20 | 0,1 | 0,2 | 10,2 | 46 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,8 | 0,2 | 7,12 | 47 |