****

**04.09.2023 г.**

**Меню для 1-4 классов**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Выход, г** | **Цена** | **Калорийность** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
| Плов с говядиной | 240,00 | 73,68 | 334,46 | 26,16 | 6,40 | 41,15 |
| Чай с сахаром и лимоном, 180/10 | 180,00 | 3,10 | 43,46 | 0,25 | 0,03 | 10,23 |
| Хлеб пшеничный | 40,00 | 4,33 | 94,00 | 3,16 | 0,40 | 19,32 |
| Подгарнировка из свежих огурцов | 20,00 | 3,30 | 3,00 | 0,20 | 0,02 | 0,50 |
| Мандарин | 100,00 | 13,70 | 38,00 | 0,80 | 0,20 | 7,50 |

**Меню для 5-11 классов**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Вес, гр.** | **Белки, гр.** | **Жиры, гр.** | **Углеводы,**  **гр.** | **Энергетическая**  **ценность, ккал** |
| Макароны отварные с маслом и сыром | 100/4 | 5,76 | 4,3 | 36,73 | 208,81 |
| Чай с сахаром | 185/14 | 0,3 | 0,06 | 19,32 | 94 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 3,16 | 0,4 | 19,32 | 94 |
| Хлеб ржаной | 20 | 4,2 | 0,6 | 36,73 | 208,81 |
| **Итого** | **343** | **13,42** | **5,36** | **112,1** | **605,62** |