



06.03.2023 г.

Меню для 1-4 классов

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Котлета с соусом сметанным, 90/30	120	31,00	202	15	8	16
Каша гречневая рассыпчатая	150	9,00	202	7	5	31
Чай с сахаром и лимоном, 180/10	180	2,70	43	0	0	10
Хлеб пшеничный	40	4,25	94	3	0	19
Подгарнировка из свежих огурцов	20	3,50	5	0	0	1
Апельсин	100	18,00	38	1	0	8

Дополнительное меню 1-4 классы

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Сок фруктовый	200	29,00	188	0	0	88

Меню для 5-11 классов

Наименование блюда	Вес, гр.	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Энергетическая ценность, ккал
Бедро куриное	60	0,79	1,95	3,88	36,24
Макароны отварные с маслом	75/4	5,52	4,52	26,44	168,45
Чай с сахаром	200	0	0	34,0	136,0
Хлеб пшеничный	20	3,0	0,38	182	89,06
Хлеб ржаной	20	4,34	0,7	33,7	143,02
Итого	379	13,65	7,55	280,02	572,77

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 грудки	50/30	14,31	10,38	1,91	158,27
Рис отварной с маслом	75/4	3,82	4,17	40,03	212,87
Чай с сахаром	200	0,3	0,6	11,5	49,94
Хлеб ржаной	20	4,2	0,6	30,6	144
Хлеб пшеничный	20	3,0	0,38	18,1	89,06
Полдник					
Плюшка с сахаром	50	6,0	0,40	19,8	90,08
Чай с сахаром	200	0,3	0,6	11,5	49,94

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 грудки	50/30	14,31	10,38	1,91	158,27
Рис отварной с маслом	75/4	3,82	4,17	40,03	212,87
Чай с сахаром	200	0,3	0,6	11,5	49,94
Хлеб ржаной	20	4,2	0,6	30,6	144
Хлеб пшеничный	20	3,0	0,38	18,1	89,06