****

**07.04.2025 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 маслом и сыром | 100/5 | 5,76 | 4,3 | 36,73 | 208,81 |
| Бутерброд с маслом | 10 | 0,08 | 7,25 | 0,13 | 66,1 |
| Чай с сахаром | 185/15 | 0,25 | 0,03 | 10,23 | 43,46 |
| Хлеб ржаной | 20 | 1,4 | 0,2 | 10,2 | 48 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,58 | 0,2 | 9,66 | 47 |
| **Итого** | **355** | **9,07** | **11,98** | **66,95** | **413,37** |

**Меню для группы продленного дня**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Вес, гр.** | **Белки, гр.** | **Жиры, гр.** | **Углеводы,**  **гр.** | **Энергетическая**  **ценность, ккал** |
| Суп крестьянский | 250 | 6,25 | 6,11 | 15,25 | 142,52 |
| Гуляш из филе кур | 50/30 | 14б31 | 10,38 | 1,91 | 158,27 |
| Рис отварной с маслом | 75/5 | 1б40 | 2,9 | 20,01 | 112,43 |
| Чай с сахаром | 185/15 | 0б25 | 0,03 | 10,23 | 43,46 |
| Хлеб ржаной | 20 | 1б4 | 0,2 | 10,2 | 48 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1б58 | 0,2 | 9,66 | 47 |
| **Полдник** |  |  |  |  |  |
| Булочка сдобная | 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** |
| Суп крестьянский | 250 | 6,25 | 6,11 | 15,25 | 142,52 |
| Гуляш из филе кур | 50/30 | 14б31 | 10,38 | 1,91 | 158,27 |
| Рис отварной с маслом | 75/5 | 1б40 | 2,9 | 20,01 | 112,43 |
| Чай с сахаром | 185/15 | 0б25 | 0,03 | 10,23 | 43,46 |
| Хлеб ржаной | 20 | 1б4 | 0,2 | 10,2 | 48 |