****

**07.09.2023 г.**

**Меню для 1-4 классов**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Выход, г** | **Цена** | **Калорийность** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
| Запеканка из творога с соусом ягодным, 120/30 | 150,00 | 35,73 | 309,07 | 18,92 | 12,7 | 28,64 |
| Напиток кофейный на молоке, 180/10 | 180,00 | 17,43 | 89,46 | 2,65 | 2,28 | 4,42 |
| Хлеб пшеничный | 40,00 | 4,33 | 94,00 | 3,16 | 0,40 | 19,32 |
| Яблоко | 140,00 | 16,80 | 65,80 | 0,56 | 0,56 | 13,72 |

**Меню для 5-11 классов**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Вес, гр.** | **Белки, гр.** | **Жиры, гр.** | **Углеводы,** **гр.** | **Энергетическая****ценность, ккал** |
| Гуляш из филе кур | 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 | 0,25 | 0,03 | 10,23 | 43,46 |
| Хлеб ржаной | 20 | 4,2 | 0,6 | 30,6 | 144 |
| **Итого** | **379** | **22,58** | **15,18** | **82,77** | **558,6** |

**Меню для группы продленного дня**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Вес, гр.** | **Белки, гр.** | **Жиры, гр.** | **Углеводы,** **гр.** | **Энергетическая****ценность, ккал** |
| Суп картофельный с крупой | 250 | 1,54 | 4,71 | 8,68 | 83,76 |
| Биточек куриный запеченный | 60 | 13,8 | 6,65 | 11,2 | 160,40 |
| Макароны отварные с маслом | 75/4 | 5,76 | 4,3 | 36,73 | 0,89 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,25 | 0,03 | 10,23 | 43,46 |
| Хлеб ржаной/пшеничный | 20/20 | 6,8 | 0,8 | 25,14 | 108,30 |
|  |  |  |  |  |  |
| **Полдник** |  |  |  |  |  |
| Бутерброд с сыром | 20/15 | 9,6 | 0,6 | 21,30 | 94,8 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,25 | 0,03 | 10,23 | 43,46 |