****

**09.01.2024 г.**

**Меню для 1-4 классов**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Выход, г** | **Цена** | **Калорийность** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
| Каша овсяная молочная с сахаром и маслом сливочным, 150/5/5 | 160,00 | 10,42 | 170,42 | 4,76 | 6,64 | 22,82 |
| Какао на молоке, 180/10 | 180,00 | 8,40 | 100,06 | 3,58 | 2,85 | 14,71 |
| Хлеб пшеничный | 40,00 | 4,32 | 94,00 | 3,16 | 0,4 | 19,32 |
| Мандарин | 100,00 | 17,37 | 38,00 | 0,8 | 0,2 | 7,5 |
| Яйцо вареное | 40,00 | 8,00 | 62,8 | 5,08 | 4,6 | 0,28 |
| Сыр полутвердый | 15,00 | 9,60 | 54,6 | 3,48 | 4,43 | 0,00 |

**Меню для 5-11 классов**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Вес, гр.** | **Белки, гр.** | **Жиры, гр.** | **Углеводы,**  **гр.** | **Энергетическая**  **ценность, ккал** |
| Макароны отварные с сыром | 100/4 | 5,76 | 4,3 | 36,73 | 208,81 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,3 | 0,06 | 11,5 | 49,94 |
| Хлеб ржаной | 20 | 0,3 | 0,06 | 16,8 | 144 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 2,8 | 0,2 | 8,17 | 52 |
| **Итого** | **344** | **9,16** | **4,62** | **73,2** | **454,75** |

**Меню для группы продленного дня**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Вес, гр.** | **Белки, гр.** | **Жиры, гр.** | **Углеводы,**  **гр.** | **Энергетическая**  **ценность, ккал** |
| Щи со свежей капустой | 250 | 1,64 | 5,64 | 9,92 | 97,63 |
| Гуляш из филе кур | 50/30 | 20/21 | 6,32 | 1,23 | 135,40 |
| Гречка отварная с маслом | 75/4 | 4,67 | 3,12 | 15,18 | 160,39 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,3 | 0,06 | 11,5 | 49,94 |
| Хлеб ржаной | 20 | 4,2 | 0,6 | 30,6 | 144 |
| **Полдник** |  |  |  |  |  |
| Булочка школьная | 50 | 8,4 | 0,6 | 10,30 | 125,40 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,3 | 0,06 | 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 | 1,64 | 5,64 | 9,92 | 97,63 |
| Гуляш из филе кур | 50/30 | 20/21 | 6,32 | 1,23 | 135,40 |
| Гречка отварная с маслом | 75/4 | 4,67 | 3,12 | 15,18 | 160,39 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,3 | 0,06 | 11,5 | 49,94 |
| Хлеб ржаной | 20 | 4,2 | 0,6 | 30,6 | 144 |