****

**10.01.2023 г.**

**Меню для 1-4 классов**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Выход, г** | **Цена** | **Калорийность** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
| Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом сливочным, 150/5/5 | 160 | 8,60 | 195 | 5 | 6 | 30 |
| Какао на молоке, 180/10 | 180 | 11,00 | 100 | 4 | 3 | 15 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 4,20 | 94 | 3 | 0 | 19 |
| Сыр полутвердый | 15 | 11,05 | 55 | 3 | 4 |  |
| Яйцо вареное | 40 | 8,50 | 63 | 5 | 5 | 0 |
| Яблоко | 140 | 15,00 | 66 | 1 | 1 | 14 |

**Меню для 5-11 классов**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Вес, гр.** | **Белки, гр.** | **Жиры, гр.** | **Углеводы,**  **гр.** | **Энергетическая**  **ценность, ккал** |
| Фрикадельки из кур | 60 | 13,3 | 4,84 | 8,8 | 132,02 |
| Рис отварной с маслом | 75/5 | 3,82 | 4,17 | 40,03 | 212,87 |
| Чай с сахаром | 15/185 | 0,25 | 0,03 | 10,23 | 43,46 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 3,16 | 0,4 | 19,32 | 94 |
| Хлеб ржаной | 20 | 4,2 | 0,6 | 30,6 | 144 |
| ИТОГО: | **380** | **24,73** | **10,04** | **108,98** | **626,35** |

**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 |
| Котлета из кур | 60 | 13,3 | 4,84 | 8,8 | 132,02 |
| Макароны отварные с маслом | 75/5 | 5,76 | 4,3 | 36,73 | 208,81 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,25 | 0,03 | 10,23 | 43,46 |
| Хлеб ржаной | 20 | 4,2 | 0,6 | 30,6 | 144 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 3,16 | 0,4 | 19,32 | 94 |
| **Полдник** |  |  |  |  |  |
| Булочка школьная | 50 | 4,0 | 0,8 | 20,0 | 100 |
| Чай с сахаром | 200 | 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 |
| Котлета из кур | 60 | 13,3 | 4,84 | 8,8 | 132,02 |
| Макароны отварные с маслом | 75/5 | 5,76 | 4,3 | 36,73 | 208,81 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,25 | 0,03 | 10,23 | 43,46 |
| Хлеб ржаной | 20 | 4,2 | 0,6 | 30,6 | 144 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 3,16 | 0,4 | 19,32 | 94 |