



10.03.2023 г.

Меню для 1-4 классов

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Филе куриное, тушеное в томатном соусе, 50/50	100	26,54	158	14	10	2
Рис отварной	150	8,07	213	4	4	40
Чай с сахаром и лимоном, 180/10	180	2,70	43	0	0	10
Хлеб пшеничный	40	4,20	94	3	0	19
Подгарнировка из свежих помидоров	20	4,30	5	0	0	1
Мандарин	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
Шницель из свинины	60	21,5	24,7	4,0	324,7
Гречка отварная с маслом	75/4	4,5	4,1	27,6	157,3
Чай с сахаром	200	0,3	0	15	60
Хлеб пшеничный	20	3,16	0,4	19,32	94
Хлеб ржаной	20	2,4	1,1	4,1	202
Итого	379	31,86	30,3	70,02	838

Меню для группы продленного дня

Наименование блюда	Вес, гр.	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Энергетическая ценность, ккал
Борщ со свежей капустой	250	1,71	5,7	7,62	89,15
Курица порционная	75	10,1	11,9	1,0	134
Макароны отварные с маслом	75/4	4,5	3,2	27,3	147,3
Чай с сахаром	200	0,3	0	15	60
Хлеб ржаной	20	2,4	1,1	4,1	202
Хлеб пшеничный	20	3,16	0,4	19,32	94
Полдник					
Булочка школьная	50	4,6	0,8	20,3	100
Чай с сахаром	200	0,3	0	15	60

Меню для детей льготных категорий

Наименование блюда	Вес, гр.	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Энергетическая ценность, ккал
Борщ со свежей капустой	250	1,71	5,7	7,62	89,15
Курица порционная	75	10,1	11,9	1,0	134
Макароны отварные с маслом	75/4	4,5	3,2	27,3	147,3
Чай с сахаром	200	0,3	0	15	60
Хлеб ржаной	20	2,4	1,1	4,1	202
Хлеб пшеничный	20	3,16	0,4	19,32	94