****

**11.01.2023 г.**

**Меню для 1-4 классов**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Выход, г** | **Цена** | **Калорийность** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
| Котлета с соусом сметанным, 80/30 | 110 | 31,00 | 167 | 11 | 8 | 11 |
| Пюре картофельное | 150 | 8,80 | 157 | 3,28 | 6,16 | 22,06 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 4,20 | 94 | 3,16 | 0,40 | 19,32 |
| Чай с шиповником, 180/10 | 180 | 4,15 | 50 | 0 | 0 | 12 |
| Йогурт фруктовый | 120 | 29,00 | 108 | 5 | 2 | 17 |

**Меню для 5-11 классов**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Вес, гр.** | **Белки, гр.** | **Жиры, гр.** | **Углеводы,**  **гр.** | **Энергетическая**  **ценность, ккал** |
| Каша пшенная молочная с маслом | 150/5 | 5,11 | 6,22 | 29,63 | 195,47 |
| Бутерброд с сыром | 15/20 | 8,48 | 5,0 | 31,80 | 235,47 |
| Чай с сахаром | 15/185 | 0,3 | 0,06 | 11,5 | 49,94 |
| ИТОГО: | **390** | **13,89** | **11,28** | **72,93** | **480,88** |

**Меню для группы продленного дня**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Вес, гр.** | **Белки, гр.** | **Жиры, гр.** | **Углеводы,**  **гр.** | **Энергетическая**  **ценность, ккал** |
| Суп рисовый | 250 | 3,59 | 5,91 | 13,65 | 122,68 |
| Гуляш из филе грудки | 50/30 | 25,41 | 8,41 | 2,45 | 187,0 |
| Макароны отварные с маслом | 75/5 | 3,82 | 4,17 | 40,03 | 212,87 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,3 | 0,03 | 10,23 | 43,46 |
| Хлеб ржаной | 20 | 3,16 | 0,4 | 19,32 | 94 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 4,2 | 0,6 | 30,6 | 144 |
| **Полдник** |  |  |  |  |  |
| Булочка школьная | 50 | 4,8 | 0,8 | 30,8 | 145 |
| 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** |
| Суп рисовый | 250 | 3,59 | 5,91 | 13,65 | 122,68 |
| Гуляш из филе грудки | 50/30 | 25,41 | 8,41 | 2,45 | 187,0 |
| Макароны отварные с маслом | 75/5 | 3,82 | 4,17 | 40,03 | 212,87 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,3 | 0,03 | 10,23 | 43,46 |
| Хлеб ржаной | 20 | 3,16 | 0,4 | 19,32 | 94 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 4,2 | 0,6 | 30,6 | 144 |