****

**11.03.2024 г.**

**Меню для 1-4 классов**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Выход, г** | **Цена** | **Калорийность** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
| Котлета с соусом сметанным, 90/30 | 120 | 33,99 | 202,26 | 14,70 | 8,48 | 15,68 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 6,96 | 202,45 | 6,97 | 5,44 | 31,47 |
| Чай с сахаром и лимоном, 180/10 | 180 | 2,9 | 43,46 | 0,25 | 0,03 | 10,23 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 4,63 | 94,00 | 3,16 | 0,4 | 19,32 |
| Подгарнировка из свежих огурцов | 20 | 4,4 | 5,00 | 0,3 | 0,04 | 0,88 |
| Мандарин | 100 | 20,00 | 38,00 | 0,8 | 0,2 | 7,5 |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **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** |
| Бедро куриное | 60 | 28,40 | 15,79 | 1,0 | 120,15 |
| Макароны отварные с маслом | 75/4 | 5,76 | 4,3 | 36,73 | 208,81 |
| Чай с сахаром | 180/14 | 0,25 | 0,03 | 10,23 | 43,46 |
| Хлеб ржаной | 20 | 2,0 | 0,2 | 72 | 0,40 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,1 | 0,2 | 8,14 | 42 |
| **Итого** | **373** | **37,51** | **20,52** | **128,1** | **377,02** |

**Меню для группы продленного дня**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Вес, гр.** | **Белки, гр.** | **Жиры, гр.** | **Углеводы,**  **гр.** | **Энергетическая**  **ценность, ккал** |
| Борщ со свежей капустой | 250 | 1,64 | 5,64 | 9,92 | 97,63 |
| Гуляш из филе кур | 50/30 | 25,41 | 8,44 | 2,45 | 187,0 |
| Рис отварной с маслом | 75/4 | 3.82 | 4,17 | 40,03 | 212,87 |
| Чай с сахаром | 180/14 | 0,25 | 0,03 | 10,23 | 43,46 |
| Хлеб ржаной | 20 | 2,0 | 0,2 | 72 | 0,40 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,1 | 0,2 | 8,14 | 42 |
| **Полдник** |  |  |  |  |  |
| Булочка школьная | 50 | 4,8 | 3,6 | 12,40 | 92,80 |
| Чай с сахаром | 180/14 | 0,25 | 0,03 | 10,26 | 43,46 |

**Меню для детей льготных категорий**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Вес, гр.** | **Белки, гр.** | **Жиры, гр.** | **Углеводы,**  **гр.** | **Энергетическая**  **ценность, ккал** |
| Борщ со свежей капустой | 250 | 1,64 | 5,64 | 9,92 | 97,63 |
| Гуляш из филе кур | 50/30 | 25,41 | 8,44 | 2,45 | 187,0 |
| Рис отварной с маслом | 75/4 | 3.82 | 4,17 | 40,03 | 212,87 |
| Чай с сахаром | 180/14 | 0,25 | 0,03 | 10,23 | 43,46 |
| Хлеб ржаной | 20 | 2,0 | 0,2 | 72 | 0,40 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,1 | 0,2 | 8,14 | 42 |