****

**13.01.2023 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 |

**Меню для 5-11 классов**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Вес, гр.** | **Белки, гр.** | **Жиры, гр.** | **Углеводы,** **гр.** | **Энергетическая****ценность, ккал** |
| Тефтели из свинины | 60 | 14,70 | 8,48 | 15,68 | 202,26 |
| Гречка отварная с маслом | 75/5 | 6,97 | 5,44 | 31,47 | 202,45 |
| Чай с сахаром | 15/185 | 0,25 | 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 |
| ИТОГО: | **380** | **29,28** | **14,95** | **107,3** | **686,17** |

**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 |
| Плов из курицы | 50/75 | 20,10 | 5,2 | 25,10 | 300,40 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,25 | 0,03 | 10,23 | 43,46 |
| Хлеб ржаной | 20 | 4,2 | 0,3 | 20,3 | 140 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 2,10 | 0,4 | 15,30 | 90 |
| **Полдник** |  |  |  |  |  |
| Булочка школьная | 50 | 3,16 | 0,4 | 19,32 | 94 |
| 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 |
| Плов из курицы | 50/75 | 20,10 | 5,2 | 25,10 | 300,40 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,25 | 0,03 | 10,23 | 43,46 |
| Хлеб ржаной | 20 | 4,2 | 0,3 | 20,3 | 140 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 2,10 | 0,4 | 15,30 | 90 |