****

**14.10.2024 г.**

**Меню для 1-4 классов**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Выход, г** | **Цена** | **Калорийность** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
| Плов с говядиной | 240,00 | 95,63 | 334,46 | 26,16 | 6,4 | 41,15 |
| Чай с сахаром и лимоном, 180/10 | 180,00 | 3,27 | 43,46 | 0,25 | 0,03 | 10,23 |
| Хлеб пшеничный | 40,00 | 4,95 | 94,00 | 3,16 | 0,4 | 19,32 |
| Подгарнировка из свежих огурцов | 20,00 | 3,30 | 3,00 | 0,2 | 0,02 | 0,50 |
| Мандарин | 100,00 | 25,00 | 38,00 | 0,8 | 0,2 | 7,5 |

**Меню для 5-11 классов**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Вес, гр.** | **Белки, гр.** | **Жиры, гр.** | **Углеводы,**  **гр.** | **Энергетическая**  **ценность, ккал** |
| Макароны отварные с сыром | 150 | 5,76 | 4,3 | 36,73 | 208,81 |
| Бутерброд с маслом | 20/15 | 2,08 | 7,0 | 10,13 | 98,56 |
| Чай с сахаром | 180 | 0,25 | 0,03 | 10,23 | 43,46 |
| Хлеб ржаной | 20 | 2,0 | 0,2 | 15,2 | 144 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,8 | 0,4 | 8,12 | 48 |
| **Итого** | **405** | **11,89** | **11,93** | **80,41** | **542,83** |

**Меню для группы продленного дня**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Вес, гр.** | **Белки, гр.** | **Жиры, гр.** | **Углеводы,**  **гр.** | **Энергетическая**  **ценность, ккал** |
| Щи с капустой | 250 | 1,71 | 5,7 | 7,62 | 89,15 |
| Котлета куриная | 75 | 13,61 | 10,37 | 11,67 | 193,99 |
| Гречка отварная | 75/5 | 6,97 | 5,44 | 31,47 | 202,45 |
| Чай с сахаром | 185/15 | 0,25 | 0,03 | 10,23 | 43,46 |
| Хлеб ржаной | 20 | 2,0 | 0,2 | 15,2 | 144 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,8 | 0,4 | 8,12 | 48 |
| **Полдник** |  |  |  |  |  |
| Пирожок с повидлом | 70 | 3,16 | 0,4 | 19,32 | 94 |
| Чай с сахаром | 185/15 | 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** |
| Щи с капустой | 250 | 1,71 | 5,7 | 7,62 | 89,15 |
| Котлета куриная | 75 | 13,61 | 10,37 | 11,67 | 193,99 |
| Гречка отварная | 75/5 | 6,97 | 5,44 | 31,47 | 202,45 |
| Чай с сахаром | 185/15 | 0,25 | 0,03 | 10,23 | 43,46 |
| Хлеб ржаной | 20 | 2,0 | 0,2 | 15,2 | 144 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,8 | 0,4 | 8,12 | 48 |