****

**16.02.2023 г.**

**Меню для 1-4 классов**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Выход, г** | **Цена** | **Калорийность** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
| Запеканка из творога с соусом ягодным, 120/30 | 150 | 35,44 | 309 | 19 | 13 | 29 |
| Напиток кофейный на молоке, 180/10 | 180 | 5,34 | 89 | 3 | 2 | 14 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 4,25 | 94 | 3 | 0 | 19 |
| Яблоко | 140 | 16,80 | 66 | 1 | 1 | 14 |

**Меню для 5-11 классов**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Вес, гр.** | **Белки, гр.** | **Жиры, гр.** | **Углеводы,** **гр.** | **Энергетическая****ценность, ккал** |
| Котлета из филе минтая | 60 | 39,2 | 4,9 | 1,3 | 189,1 |
| Картофельное пюре с маслом | 100/5 | 2,5 | 4,1 | 27,2 | 157,3 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,03 | 0 | 15 | 60 |
| Хлеб ржаной | 20 | 6,6 | 1,1 | 4,1 | 202 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 4,2 | 5,9 | 3,0 | 200 |
| **Итого** | **405** | **52,53** | **16** | **50,6** | **808,4** |

**Меню для группы продленного дня**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Вес, гр.** | **Белки, гр.** | **Жиры, гр.** | **Углеводы,** **гр.** | **Энергетическая****ценность, ккал** |
| Щи со свежей капустой | 250 | 3,72 | 5,28 | 13,65 | 117,48 |
| Курица порционная | 75 | 10,1 | 11,9 | 1,0 | 134 |
| Макароны отварные с маслом | 75/5 | 4,5 | 3,2 | 27,3 | 147,3 |
| Хлеб ржаной/пшеничный | 20/20 | 6,6 | 1,1 | 4,1 | 202 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,03 | 0 | 15 | 60 |
| **Полдник** |  |  |  |  |  |
| Печенье | 30 | 7,5 | 2,3 | 5,1 | 206 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,03 | 0 | 15 | 60 |

**Меню для детей льготных категорий**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Вес, гр.** | **Белки, гр.** | **Жиры, гр.** | **Углеводы,** **гр.** | **Энергетическая****ценность, ккал** |
| Щи со свежей капустой | 250 | 3,72 | 5,28 | 13,65 | 117,48 |
| Курица порционная | 75 | 10,1 | 11,9 | 1,0 | 134 |
| Макароны отварные с маслом | 75/5 | 4,5 | 3,2 | 27,3 | 147,3 |
| Хлеб ржаной/пшеничный | 20/20 | 6,6 | 1,1 | 4,1 | 202 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,03 | 0 | 15 | 60 |