****

**18.12.2023 г.**

**Меню для 1-4 классов**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Выход, г** | **Цена** | **Калорийность** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
| Плов с говядиной | 240,00 | 76,87 | 334,46 | 26,16 | 6,4 | 41,15 |
| Чай с сахаром и лимоном, 180/10 | 180,00 | 2,78 | 43,46 | 0,25 | 0,03 | 10,23 |
| Хлеб пшеничный | 40,00 | 4,32 | 94,00 | 3,16 | 0,4 | 19,32 |
| Подгарнировка из свежих огурцов | 20,00 | 3,00 | 3,00 | 0,2 | 0,02 | 0,50 |
| Мандарин | 100,00 | 17,37 | 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 | 100/4/15 | 5,76 | 4,3 | 36,73 | 208,81 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,3 | 0,003 | 10,28 | 43,46 |
| Хлеб ржаной | 20 | 4,2 | 0,6 | 30,6 | 144 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 3,16 | 0,4 | 19,32 | 94 |
| **Итого** | **359** | **13,42** | **5,303** | **96,93** | **490,27** |

**Меню для группы продленного дня**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Вес, гр.** | **Белки, гр.** | **Жиры, гр.** | **Углеводы,** **гр.** | **Энергетическая****ценность, ккал** |
| Суп рисовый | 250 | 6,7 | 4,42 | 15,42 | 128,49 |
| Гуляш из филе кур | 50/30 | 14,31 | 10,38 | 1,91 | 158,27 |
| Гречка отварная с маслом | 75/4 | 6,97 | 5,44 | 31,47 | 202,45 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,01 | 0,3 | 10,23 | 43,46 |
| Хлеб ржаной | 29 | 4,2 | 0,6 | 30,6 | 144 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 3,16 | 0,4 | 19,32 | 94 |
| **Полдник**  |  |  |  |  |  |
| Булочка школьная | 50 | 6,20 | 9,45 | 22,18 | 120 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,01 | 0,3 | 10,23 | 43,46 |

**Меню для детей льготных категорий**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Вес, гр.** | **Белки, гр.** | **Жиры, гр.** | **Углеводы,** **гр.** | **Энергетическая****ценность, ккал** |
| Суп рисовый | 250 | 6,7 | 4,42 | 15,42 | 128,49 |
| Гуляш из филе кур | 50/30 | 14,31 | 10,38 | 1,91 | 158,27 |
| Гречка отварная с маслом | 75/4 | 6,97 | 5,44 | 31,47 | 202,45 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,01 | 0,3 | 10,23 | 43,46 |
| Хлеб ржаной | 29 | 4,2 | 0,6 | 30,6 | 144 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 3,16 | 0,4 | 19,32 | 94 |