****

**19.09.2023 г.**

**Меню для 1-4 классов**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Выход, г** | **Цена** | **Калорийность** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
| Каша овсяная молочная с сахаром и маслом сливочным, 150/5/5 | 160,00 | 9,11 | 170,42 | 4,76 | 6,64 | 22,82 |
| Какао на молоке, 180/10 | 180,00 | 7,08 | 100,06 | 3,58 | 2,85 | 14,71 |
| Хлеб пшеничный | 40,00 | 4,33 | 94,00 | 3,16 | 0,4 | 19,32 |
| Мандарин | 100,00 | 13,70 | 38,00 | 0,8 | 0,2 | 7,5 |
| Яйцо вареное | 40,00 | 8,00 | 62,8 | 5,08 | 4,6 | 0,28 |
| Сыр полутвердый | 15,00 | 10,38 | 54,6 | 3,48 | 4,43 | 0,00 |

**Меню для 5-11 классов**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Вес, гр.** | **Белки, гр.** | **Жиры, гр.** | **Углеводы,**  **гр.** | **Энергетическая**  **ценность, ккал** |
| Котлета куриная | 60 | 14,18 | 7,25 | 13,61 | 180,58 |
| Гречка отварная | 75/4 | 6,97 | 5,44 | 31,47 | 202,45 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,4 | 0,2 | 0,13 | 18,35 |
| Хлеб ржаной | 20 | 4,2 | 0,6 | 30,6 | 144 |
| **Итого** | **359** | **25,75** | **13,49** | **75,81** | **545,38** |

**Меню для группы продленного дня**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Вес, гр.** | **Белки, гр.** | **Жиры, гр.** | **Углеводы,**  **гр.** | **Энергетическая**  **ценность, ккал** |
| Суп крестьянский | 250 | 6,96 | 3,63 | 15,43 | 123,19 |
| Гуляш из филе кур | 50/30 | 18,96 | 18,82 | 26,5 | 356,74 |
| Рис отварной с маслом | 75/4 | 3,82 | 4,17 | 40,03 | 212,87 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,4 | 0,2 | 0,13 | 18,35 |
| Хлеб ржаной | 20 | 3,16 | 0,4 | 19,32 | 94 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 4,2 | 0,6 | 30,6 | 144 |
| **Полдник** |  |  |  |  |  |
| Булочка школьная | 50 | 6,9 | 0,9 | 42,6 | 160 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,4 | 0,2 | 0,13 | 18,35 |

**Меню для детей льготных категорий**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Вес, гр.** | **Белки, гр.** | **Жиры, гр.** | **Углеводы,**  **гр.** | **Энергетическая**  **ценность, ккал** |
| Суп крестьянский | 250 | 6,96 | 3,63 | 15,43 | 123,19 |
| Гуляш из филе кур | 50/30 | 18,96 | 18,82 | 26,5 | 356,74 |
| Рис отварной с маслом | 75/4 | 3,82 | 4,17 | 40,03 | 212,87 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,4 | 0,2 | 0,13 | 18,35 |
| Хлеб ржаной | 20 | 3,16 | 0,4 | 19,32 | 94 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 4,2 | 0,6 | 30,6 | 144 |