****

**20.02.2023 г.**

**Меню для 1-4 классов**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Выход, г** | **Цена** | **Калорийность** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
| Котлета с соусом сметанным, 90/30 | 120 | 31,00 | 202 | 15 | 8 | 16 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 9,00 | 202 | 7 | 5 | 31 |
| Чай с сахаром и лимоном, 180/10 | 180 | 2,70 | 43 | 0 | 0 | 10 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 4,25 | 94 | 3 | 0 | 19 |
| Подгарнировка из свежих огурцов | 20 | 3,50 | 5 | 0 | 0 | 1 |
| Груша | 140 | 28,00 | 66 | 1 | 1 | 14 |

**Меню для 5-11 классов**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Вес, гр.** | **Белки, гр.** | **Жиры, гр.** | **Углеводы,** **гр.** | **Энергетическая****ценность, ккал** |
| Бедро куриное | 75 | 9,98 | 8,11 | 8,04 | 145 |
| Макароны отварные с маслом | 75/4 | 4,5 | 3,2 | 27,3 | 147,3 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,3 | 0 | 15 | 60 |
| Хлеб пшеничный  | 6,6 | 1,1 | 4,1 | 202 | 1,4 |
| Хлеб ржаной | 4,2 | 1,0 | 2,1 | 201 | 1,2 |
| **Итого** | **364,8** | **16,88** | **17,51** | **453,34** | **354,9** |

**Меню для группы продленного дня**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Вес, гр.** | **Белки, гр.** | **Жиры, гр.** | **Углеводы,** **гр.** | **Энергетическая****ценность, ккал** |
| Борщ со свежей капустой | 250 | 6,25 | 6,11 | 15,25 | 142,52 |
| Гуляш из филе грудки | 50/30 | 14,31 | 10,38 | 1,91 | 158,27 |
| Рис отварной с маслом | 75/4 | 14,83 | 9,16 | 31,27 | 199 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,07 | 0,02 | 15 | 60 |
| Хлеб ржаной | 20 | 6,6 | 1,1 | 4,2 | 202 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,0 | 2,1 | 201 | 1,2 |
| **Полдник** |  |  |  |  |  |
| Пирожок с повидлом | 70 | 2,5 | 2,6 | 2,8 | 209 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,07 | 0,02 | 15 | 60 |

**Меню для детей льготных категорий**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Вес, гр.** | **Белки, гр.** | **Жиры, гр.** | **Углеводы,** **гр.** | **Энергетическая****ценность, ккал** |
| Борщ со свежей капустой | 250 | 6,25 | 6,11 | 15,25 | 142,52 |
| Гуляш из филе грудки | 50/30 | 14,31 | 10,38 | 1,91 | 158,27 |
| Рис отварной с маслом | 75/4 | 14,83 | 9,16 | 31,27 | 199 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,07 | 0,02 | 15 | 60 |
| Хлеб ржаной | 20 | 6,6 | 1,1 | 4,2 | 202 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,0 | 2,1 | 201 | 1,2 |