****

**22.10.2024 г.**

**Меню для 1-4 классов**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Выход, г** | **Цена** | **Калорийность** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
| Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом сливочным, 150/5/5 | 160 | 16,01 | 195,47 | 5,11 | 6,22 | 29,63 |
| Какао на молоке, 180/10 | 180 | 11,08 | 100,06 | 3,58 | 2,85 | 14,71 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 4,95 | 94,00 | 3,16 | 0,4 | 19,32 |
| Сыр полутвердый | 15 | 11,90 | 54,6 | 3,48 | 4,43 |  |
| Яйцо вареное | 40 | 11,00 | 62,8 | 5,08 | 4,6 | 0,28 |
| Яблоко | 140 | 23,80 | 65,8 | 0,56 | 0,56 | 13,72 |

**Меню для 5-11 классов**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Вес, гр.** | **Белки, гр.** | **Жиры, гр.** | **Углеводы,****гр.** | **Энергетическая****ценность, ккал** |
| Фрикадельки куриные в томатном соусе | 80/30 | 13,8 | 6,65 | 11,2 | 160,40 |
| Рис отварной с маслом | 100/5 | 3,82 | 4,17 | 40,03 | 212,87 |
| Чай с сахаром | 185/15 | 0,25 | 0,03 | 10,23 | 43,46 |
| Хлеб ржаной, пшеничный | 20/20 | 7,26 | 0,63 | 49,92 | 98 |
| **Итого** | **455** | **25,13** | **11,48** | **11,38** | **514,73** |

**Меню для группы продленного дня**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Вес, гр.** | **Белки, гр.** | **Жиры, гр.** | **Углеводы,** **гр.** | **Энергетическая****ценность, ккал** |
| Суп картофельный (пшено) | 250 | 6,25 | 6,11 | 15,25 | 142,57 |
| Гуляш из филе кур | 50/30 | 14,31 | 10,38 | 1,91 | 158,27 |
| Гороховое пюре с маслом | 100/5 | 6,76 | 4,3 | 36,73 | 208,81 |
| Чай с сахаром | 185/15 | 0,25 | 0,03 | 10,23 | 43,46 |
| Хлеб ржаной, пшеничный | 20/20 | 7,26 | 0,63 | 49,92 | 98 |
| **Полдник**  |  |  |  |  |  |
| Бутерброд с сыром | 20/15 | 5,78 | 0,53 | 8,3 | 106,12 |
| 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** |
| Суп картофельный (пшено) | 250 | 6,25 | 6,11 | 15,25 | 142,57 |
| Гуляш из филе кур | 50/30 | 14,31 | 10,38 | 1,91 | 158,27 |
| Гороховое пюре с маслом | 100/5 | 6,76 | 4,3 | 36,73 | 208,81 |
| Чай с сахаром | 185/15 | 0,25 | 0,03 | 10,23 | 43,46 |
| Хлеб ржаной, пшеничный | 20/20 | 7,26 | 0,63 | 49,92 | 98 |