****

**26.01.2023 г.**

**Меню для 1-4 классов**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Выход, г** | **Цена** | **Калорийность** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
| Запеканка из творога с соусом сметанным сладким, 120/30 | 150 | 38,00 | 304 | 19 | 14 | 25 |
| Напиток кофейный на молоке, 180/10 | 180 | 6,40 | 89 | 3 | 2 | 14 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 4,25 | 94 | 3 | 0 | 19 |
| Яблоко | 140 | 15,00 | 66 | 1 | 1 | 14 |

**Меню для 5-11 классов**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Вес, гр.** | **Белки, гр.** | **Жиры, гр.** | **Углеводы,** **гр.** | **Энергетическая****ценность, ккал** |
| Гуляш из филе грудки | 50/30 | 13,75 | 10,86 | 3,49 | 166,66 |
| Рис отварной с маслом | 75/4 | 14,83 | 9,16 | 31,27 | 157,3 |
| Чай с сахаром | 185/15 | 0,03 | 0 | 15 | 60 |
| Хлеб ржаной | 20 | 6,6 | 1,1 | 4,1 | 202 |
| **Итого** | **379** | **35,21** | **21,12** | **53,86** | **585,96** |

**Меню для группы продленного дня**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Вес, гр.** | **Белки, гр.** | **Жиры, гр.** | **Углеводы,** **гр.** | **Энергетическая****ценность, ккал** |
| Борщ со свежей капустой | 250 | 1,71 | 5,7 | 7,62 | 89,15 |
| Биточек из курицы | 60 | 6,06 | 13,15 | 0,21 | 144,1 |
| Гречка отварная с маслом | 75/4 | 4,5 | 4,1 | 27,6 | 157,3 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,3 | 0 | 15 | 60 |
| Хлеб ржаной | 20 | 6,6 | 1,1 | 4,1 | 202 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 3,16 | 0,4 | 19,32 | 94 |
| **Полдник** |  |  |  |  |  |
| Бутерброд с повидлом | 10/20 | 4,20 | 0,8 | 20,10 | 98 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,3 | 0 | 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 | 1,71 | 5,7 | 7,62 | 89,15 |
| Биточек из курицы | 60 | 6,06 | 13,15 | 0,21 | 144,1 |
| Гречка отварная с маслом | 75/4 | 4,5 | 4,1 | 27,6 | 157,3 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,3 | 0 | 15 | 60 |
| Хлеб ржаной | 20 | 6,6 | 1,1 | 4,1 | 202 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 3,16 | 0,4 | 19,32 | 94 |