****

**26.09.2023 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 | 10,63 | 195,47 | 5,11 | 6,22 | 29,63 |
| Какао на молоке, 180/10 | 180 | 7,08 | 100,06 | 3,58 | 2,85 | 14,71 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 4,33 | 94,00 | 3,16 | 0,4 | 19,32 |
| Сыр полутвердый | 15 | 10,88 | 54,6 | 3,48 | 4,43 |  |
| Яйцо вареное | 40 | 8,00 | 62,8 | 5,08 | 4,6 | 0,28 |
| Яблоко | 140 | 16,8 | 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** |
| Тефтели из кур запеченные | 60 | 12,15 | 6,00 | 10,61 | 135,20 |
| Рис отварной с маслом | 75/4 | 2,63 | 3,05 | 35,03 | 210,30 |
| Чай с сахаром | 185/14 | 0,4 | 0,06 | 0,13 | 49,94 |
| Хлеб ржаной | 20 | 4,2 | 0,6 | 30,6 | 144 |
| **Итого** | **358** | **19,38** | **9,71** | **76,37** | **539,44** |

**Меню для группы продленного дня**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Вес, гр.** | **Белки, гр.** | **Жиры, гр.** | **Углеводы,** **гр.** | **Энергетическая****ценность, ккал** |
| Суп крестьянский | 250 | 6,7 | 4,42 | 15,42 | 128,49 |
| Гуляш из филе кур | 50/30 | 6,4 | 3,2 | 1,91 | 130,27 |
| Макароны отварные с маслом | 75/3 | 5,76 | 4,3 | 36,73 | 208,81 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,4 | 0,06 | 0,13 | 49,94 |
| Хлеб ржаной | 20 | 4,2 | 0,6 | 15,8 | 144 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 3,16 | 0,4 | 12,6 | 94 |
| **Полдник** |  |  |  |  |  |
| Булочка школьная | 50 | 6,3 | 2,9 | 18,4 | 156 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,4 | 0,06 | 0,13 | 49,94 |

**Меню для детей льготных категорий**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Вес, гр.** | **Белки, гр.** | **Жиры, гр.** | **Углеводы,** **гр.** | **Энергетическая****ценность, ккал** |
| Суп крестьянский | 250 | 6,7 | 4,42 | 15,42 | 128,49 |
| Гуляш из филе кур | 50/30 | 6,4 | 3,2 | 1,91 | 130,27 |
| Макароны отварные с маслом | 75/3 | 5,76 | 4,3 | 36,73 | 208,81 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,4 | 0,06 | 0,13 | 49,94 |
| Хлеб ржаной | 20 | 4,2 | 0,6 | 15,8 | 144 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 3,16 | 0,4 | 12,6 | 94 |