



27.02.2023 г.

Меню для 1-4 классов

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Плов с говядиной	240	75,64	334	26	6	41
Чай с сахаром и лимоном, 180/10	180	3,29	43	0	0	10
Хлеб пшеничный	40	4,25	94	3	0	19
Подгарнировка из свежих огурцов	20	4,30	3	0	0	1
Яблоко	140	16,80	66	1	1	14

Меню для 5-11 классов

Наименование блюда	Вес, гр.	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Энергетическая ценность, ккал
Голень куриная запеченная	75	19,2	14,9	1,3	198
Рис отварной с маслом	75/4	14,83	9,16	31,27	139
Чай с сахаром	200	0,3	0	15	60
Хлеб пшеничный	20	3,6	5,9	3,1	202
Хлеб ржаной	20	2,4	1,1	4,1	202
Итого	394	40,33	31,06	54,77	801

Меню для группы продленного дня

Наименование блюда	Вес, гр.	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Энергетическая ценность, ккал
Суп рассольник	250	1,54	4,71	8,68	83,76
Гуляш из филе грудки	50/30	20,4	6,8	2,45	185,0
Гречка отварная с маслом	75/4	6,97	5,44	31,41	202,45
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60
Хлеб ржаной/пшеничный	20/20	2,4	1,1	4,1	202
Полдник					
Пирожок с повидлом	70	10,68	1,72	5,74	176,75
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
Суп рассольник	250	1,54	4,71	8,68	83,76
Гуляш из филе грудки	50/30	20,4	6,8	2,45	185,0
Гречка отварная с маслом	75/4	6,97	5,44	31,41	202,45
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60
Хлеб ржаной/пшеничный	20/20	2,4	1,1	4,1	202