****

**27.10.2023 г.**

**Меню для 1-4 классов**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Выход, г** | **Цена** | **Калорийность** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
| Филе куриное, тушеное в томатном соусе, 50/50 | 100 | 27,40 | 158,27 | 14,31 | 10,38 | 1,91 |
| Рис отварной | 150 | 8,26 | 212,87 | 3,82 | 4,17 | 40,03 |
| Чай с сахаром и лимоном, 180/10 | 180 | 2,80 | 43,46 | 0,25 | 0,03 | 10,23 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 4,32 | 94,00 | 3,16 | 0,4 | 19,32 |
| Подгарнировка из свежих помидоров | 20 | 4,00 | 4,8 | 0,22 | 0,04 | 0,76 |
| Мандарин | 100 | 13,70 | 38,00 | 0,8 | 0,2 | 7,5 |

**Меню для 5-11 классов**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Вес, гр.** | **Белки, гр.** | **Жиры, гр.** | **Углеводы,** **гр.** | **Энергетическая****ценность, ккал** |
| Бифштекс из филе кур | 60 | 13,8 | 6,65 | 11,2 | 160,40 |
| Макароны отварные с маслом | 75/4 | 5,45 | 4,44  | 28,47 | 168,42 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,8 | 0,2  | 12,63 | 43,49 |
| Хлеб ржаной/пшеничный | 20/20 | 4,2 | 0,6 | 30,6 | 144 |
| **Итого** | **379** | **24,25** | **11,89** | **82,9** | **516,31** |

**Меню для группы продленного дня**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Вес, гр.** | **Белки, гр.** | **Жиры, гр.** | **Углеводы,** **гр.** | **Энергетическая****ценность, ккал** |
| Суп крестьянский | 250 | 1,54 | 4,71 | 8,68 | 83,76 |
| Плов из курицы | 50/50 | 26,16 | 6,4 | 41,15 | 334,46 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,8 | 0,2 | 12,63 | 43,49 |
| Хлеб ржаной | 20 | 4,2 | 0,6 | 30,6 | 144 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 3,16 | 0,4 | 19,32 | 94 |
| **Полдник**  |  |  |  |  |  |
| Печенье | 30 | 6,91 | 16,9 | 25,31 | 140,0 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,8 | 0,2 | 12,63 | 43,49 |

**Меню для детей льготных категорий**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Вес, гр.** | **Белки, гр.** | **Жиры, гр.** | **Углеводы,** **гр.** | **Энергетическая****ценность, ккал** |
| Суп крестьянский | 250 | 1,54 | 4,71 | 8,68 | 83,76 |
| Плов из курицы | 50/50 | 26,16 | 6,4 | 41,15 | 334,46 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,8 | 0,2 | 12,63 | 43,49 |
| Хлеб ржаной | 20 | 4,2 | 0,6 | 30,6 | 144 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 3,16 | 0,4 | 19,32 | 94 |