****

**28.09.2023 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 | 36,38 | 303,74 | 19,14 | 13,8 | 24,69 |
| Напиток кофейный на молоке, 180/10 | 180 | 17,43 | 89,46 | 2,65 | 2,28 | 14,42 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 4,33 | 94,00 | 3,16 | 0,4 | 19,32 |
| Яблоко | 140 | 16,80 | 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** |
| Бедро куриное запеченное | 60 | 14,18 | 7,25 | 13,61 | 180,58 |
| Гречка отварная с маслом | 75/4 | 3,82 | 4,17 | 40,03 | 212,87 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,03 | 0,06 | 5,7 | 46,49 |
| Хлеб ржаной | 20 | 4,2 | 0,6 | 30,6 | 144 |
| **Итого** | **359** | **22,23** | **12,08** | **89,94** | **583,94** |

**Меню для группы продленного дня**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Вес, гр.** | **Белки, гр.** | **Жиры, гр.** | **Углеводы,**  **гр.** | **Энергетическая**  **ценность, ккал** |
| Суп гороховый | 250 | 6,96 | 3,63 | 15,43 | 123,19 |
| Гуляш из филе кур | 50/30 | 10,3 | 1,91 | 158,27 | 141,11 |
| Рис отварной с маслом | 75/4 | 3,82 | 4,17 | 40,03 | 212,87 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,03 | 0,06 | 5,7 | 158,27 |
| Хлеб ржаной | 20 | 4,2 | 0,6 | 30,6 | 144 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 3,16 | 0,4 | 19,32 | 94 |
| **Полдник** |  |  |  |  |  |
| Булочка сдобная | 50 | 6,30 | 3,4 | 25,32 | 106 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,03 | 0,06 | 5,7 | 158,27 |

**Меню для детей льготных категорий**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Вес, гр.** | **Белки, гр.** | **Жиры, гр.** | **Углеводы,**  **гр.** | **Энергетическая**  **ценность, ккал** |
| Суп гороховый | 250 | 6,96 | 3,63 | 15,43 | 123,19 |
| Гуляш из филе кур | 50/30 | 10,3 | 1,91 | 158,27 | 141,11 |
| Рис отварной с маслом | 75/4 | 3,82 | 4,17 | 40,03 | 212,87 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,03 | 0,06 | 5,7 | 158,27 |
| Хлеб ржаной | 20 | 4,2 | 0,6 | 30,6 | 144 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 3,16 | 0,4 | 19,32 | 94 |