****

**31.01.2025 г.**

**Меню для 1-4 классов**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Выход, г** | **Цена** | **Калорийность** | **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
| Биточек куриный с соусом сметанным, 90/30 | 120,00 | 38,50 | 132,0 | 13,30 | 4,84 | 8,8 |
| Макароны отварные | 150,00 | 13,65 | 208,81 | 5,76 | 4,3 | 36,73 |
| Чай с сахаром и лимоном, 180/10 | 180,00 | 3,170 | 43,46 | 0,25 | 0,03 | 10,23 |
| Хлеб пшеничный | 40,00 | 5,36 | 94,00 | 3,16 | 0,4 | 19,32 |
| Масло сливочное | 10,00 | 9,30 | 66,1 | 0,08 | 7,25 | 0,13 |

**Меню для 5-11 классов**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Вес, гр.** | **Белки, гр.** | **Жиры, гр.** | **Углеводы,**  **гр.** | **Энергетическая**  **ценность, ккал** |
| Свинина тушеная в томатном соусе | 50/30 | 9,75 | 4,95 | 3,8 | 105 |
| Рис отварной с маслом | 75/5 | 3,73 | 12,62 | 36,76 | 275,7 |
| Чай с сахаром | 185/15 | 0 | 0 | 34,0 | 136,0 |
| Хлеб ржаной | 20 | 4,34 | 0,7 | 33,7 | 143,02 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 3 | 0,38 | 18,4 | 89,06 |
| **Итого** | 400 | 20,82 | 18,65 | 126,66 | 748,78 |

**Меню для группы продленного дня**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Вес, гр.** | **Белки, гр.** | **Жиры, гр.** | **Углеводы,**  **гр.** | **Энергетическая**  **ценность, ккал** |
| Суп крестьянский | 250 | 10,6 | 4,29 | 5,66 | 94,99 |
| Гуляш из филе кур | 50/30 | 4,5 | 3,2 | 27,3 | 147,3 |
| Гречка отварная с маслом | 75/5 | 8,4 | 12,2 | 12,5 | 293,4 |
| Чай с сахаром | 185/15 | 0,3 | 0 | 15 | 60 |
| Хлеб ржаной | 20 | 3,4 | 16 | 12,1 | 89,1 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 3,4 | 16 | 12,1 | 89,1 |
| **Полдник** |  |  |  |  |  |
| Печенье | 50 | 32,49 | 9,82 | 33,22 | 351,22 |
| Чай с сахаром | 185/15 | 2,8 | 3,19 | 19,71 | 118,69 |

**Меню для детей льготных категорий**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Вес, гр.** | **Белки, гр.** | **Жиры, гр.** | **Углеводы,**  **гр.** | **Энергетическая**  **ценность, ккал** |
| Суп крестьянский | 250 | 10,6 | 4,29 | 5,66 | 94,99 |
| Гуляш из филе кур | 50/30 | 4,5 | 3,2 | 27,3 | 147,3 |
| Гречка отварная с маслом | 75/5 | 8,4 | 12,2 | 12,5 | 293,4 |
| Чай с сахаром | 185/15 | 0,3 | 0 | 15 | 60 |
| Хлеб ржаной | 20 | 3,4 | 16 | 12,1 | 89,1 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 3,4 | 16 | 12,1 | 89,1 |