



09.03.2023 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	38,00	304	19	14	25
Напиток кофейный на молоке, 180/10	180	6,40	89	3	2	14
Хлеб пшеничный	40	4,20	94	3	0	19
Яблоко	140	16,80	66	1	1	14

Дополнительное меню 1-4 классы

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Сок фруктовый	100	29,00	188	0	0	88

Меню для 5-11 классов

Наименование блюда	Вес, гр.	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Энергетическая ценность, ккал
Гуляш из филе грудки	50/30	16,36	10,8	3,3	175,85
Рис отварной с маслом	75/4	3,82	4,17	40,03	212,87
Чай с сахаром	185/15	14,83	0,02	15	60
Хлеб ржаной	20	4,2	0,6	30,6	144
Итого	379	39,21	15,59	88,93	592,72

Меню для группы продленного дня

Наименование блюда	Вес, гр.	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Энергетическая ценность, ккал
Суп крестьянский	250	6,96	3,63	15,43	123,19
Котлета из курицы	60	14,18	7,25	13,61	180,58
Макароны отварные с маслом	75/4	4,5	3,2	27,3	147,3
Чай с сахаром	200	0,3	0	15	60
Хлеб ржаной	20	2,4	1,1	4,1	202
Хлеб пшеничный	20	3,16	0,4	19,32	94
Полдник					
Булочка школьная	50	4,8	1,4	22,32	100
Чай с сахаром	200	0,3	0	15	60

Меню для детей льготных категорий

Наименование блюда	Вес, гр.	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Энергетическая ценность, ккал
Суп крестьянский	250	6,96	3,63	15,43	123,19
Котлета из курицы	60	14,18	7,25	13,61	180,58
Макароны отварные с маслом	75/4	4,5	3,2	27,3	147,3
Чай с сахаром	200	0,3	0	15	60
Хлеб ржаной	20	2,4	1,1	4,1	202
Хлеб пшеничный	20	3,16	0,4	19,32	94