



14.03.2023 г.

Меню для 1-4 классов

Наименование блюда	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Каша овсяная молочная с сахаром и маслом сливочным, 150/5/5	160	10,30	170	5	7	23
Какао на молоке, 180/10	180	10,84	100	4	3	15
Хлеб пшеничный	40	4,25	94	3	0	19
Груша	140	22,00	66	1	1	14
Яйцо вареное	40	8,50	63	5	5	0
Сыр полутвердый	15	8,40	55	3	4	0

Меню для 5-11 классов

Наименование блюда	Вес, гр.	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Энергетическая ценность, ккал
Котлета из курицы	60	9,2	4,9	1,3	86,1
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
Итого	359	16,4	9,2	47,7	495,4

Меню для группы продленного дня

Наименование блюда	Вес, гр.	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Энергетическая ценность, ккал
Суп гороховый	250	1,54	4,71	8,68	83,76
Курица порционная	75	10,1	11,9	1,0	134
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/пшеничный	20/20	6/6	1,1	4,1	202
Полдник					
Плюшка с сахаром	50	6,8	2,3	4,6	204
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 гороховый	250	1,54	4,71	8,68	83,76
Курица порционная	75	10,1	11,9	1,0	134
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/пшеничный	20/20	6/6	1,1	4,1	202