

МЕНЮ

 на «*21*» *февраля* 2023г.

 Завтрак 1-4 классы

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***№*** | ***Наименование блюд*** | ***Выход, г*** | ***Белки*** | ***Жиры*** | ***Углеводы*** | ***Ккал*** |
| 1. | Суп молочный с пшенной крупой | 1/200 | 5,8 | 5,48 | 18,57 | 146,8 |
| 2. | Чай с сахаром и лимоном | 1/200 | 0,434 | 0 | 12,725 | 46,033 |
| 3. | Бутерброд с маслом | 1/60 | 6,1 | 5,52 | 0,34 | 75,36 |
| 4. | Яблоко | 1/200 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
| 5. | Хлеб пшеничный | 1/50 | 3,8 | 0,45 | 24,9 | 113,22 |
|  | Итого: |  | 16,134 | 11,45 | 56,535 | 428,413 |

Стоимость завтрака –63,72 руб.

Второй завтрак (1-4 класс)

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***№*** | ***Наименование блюд*** | ***Выход, г*** | ***Белки*** | ***Жиры*** | ***Углеводы*** | ***Ккал*** |
| 1. | Сок | 1/200 | 0,74 | 0 | 21,56 | 88,48 |
|  | Итого: |  | 0,74 | 0 | 21,56 | 88,48 |

Стоимость второго завтрака 38,00 руб.

Обед 1-4(группа)

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***№*** | ***Наименование блюд*** | ***Выход, г*** | ***Белки*** | ***Жиры*** | ***Углеводы*** | ***Ккал*** |
| 1. | Салат из белокочанной капусты | 1/60 | 0,82 | 3,71 | 5,06 | 56,88 |
| 2. | Суп из овощей | 1/200 | 1,68 | 5,98 | 9,35 | 98,37 |
| 3. | Цыплята тушёные в соусе | 1/75/50 | 13,59 | 12,999 | 10,949 | 218,087 |
| 4. | Картофельное пюре | 1/150 | 3,06 | 4,8 | 20,45 | 137,25 |
| 5. | Компот из сухофруктов | 1/200 | 0,04 | 0 | 24,76 | 94,2 |
| 6. | Хлеб пшеничный | 1/25 | 3,8 | 0,45 | 24,9 | 113,22 |
| 7. | Хлеб ржаной | 1/40 | 2,75 | 0,5 | 17 | 85 |
|  | Итого: |  | 25,74 | 28,439 | 122,469 | 803,007 |

Стоимость обеда –69,62 руб.





МЕНЮ

 на «*21*» *февраля* 2023г.

Завтрак 5-11(группа) классы

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***№*** | ***Наименование блюд*** | ***Выход, г*** | ***Белки*** | ***Жиры*** | ***Углеводы*** | ***Ккал*** |
| 1. | Суп молочный с пшенной крупой | 1/200 | 5,8 | 5,48 | 18,57 | 146,8 |
| 2. | Чай с сахаром и лимоном | 1/200 | 0,434 | 0 | 12,725 | 46,033 |
| 3. | Яйцо вареное | 1/40 | 6,1 | 5,52 | 0,34 | 75,36 |
| 4. | Яблоко  | 1/100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 |
| 5. | Хлеб пшеничный | 1/50 | 3,8 | 0,45 | 24,9 | 113,22 |
| 6. | Масло сливочное | 1/20 | 0 | 16,4 | 0,2 | 150 |
| 7. | Сыр | 1/15 | 3,48 | 4,43 | 0 | 54,6 |
|  | Итого: |  | 19,614 | 32,28 | 56,735 | 633,013 |

Обед 5-11(группа)

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***№*** | ***Наименование блюд*** | ***Выход, г*** | ***Белки*** | ***Жиры*** | ***Углеводы*** | ***Ккал*** |
| 1. | Винегрет овощной | 1/100 | 0,82 | 3,71 | 5,06 | 56,88 |
| 2. | Суп из овощей | 1/250 | 2,1 | 7,48 | 11,69 | 122,96 |
| 3. | Котлета куриная под соусом | 1/75/50 | 13,59 | 12,999 | 10,949 | 218,087 |
| 4. | Картофельное пюре | 1/200 | 4,08 | 6,4 | 27,26 | 183 |
| 5. | Компот из сухофруктов | 1/200 | 0,04 | 0 | 24,76 | 94,2 |
| 6. | Хлеб пшеничный | 1/25 | 3,8 | 0,45 | 24,9 | 113,22 |
| 7. | Хлеб ржаной | 1/40 | 2,75 | 0,5 | 17 | 85 |
|  | Итого: |  | 27,18 | 31,539 | 121,619 | 873,347 |

Стоимость дня питания –143,37руб.

