

МЕНЮ на 24.03.2025 г.
День 6 примерного меню
1-4 класс

| Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность (ккал.) | № рец. | Наименование блюда | Вес порции |
|-------|------|----------|------------------------------------|---------|---------------------------------|------------|
| 5,07 | 6,04 | 24,6 | 173,2 | 54-16к | Каша дружба | 205 |
| 4,67 | 5,87 | 0 | 71,67 | 54-1з | Сыр твердых сортов в нарезке | 20 |
| 3,5 | 3,4 | 22,3 | 133,4 | 54-22гн | Какао с молоком сгущённым | 200 |
| 0,4 | 0,4 | 9,8 | 44,4 | ПР | яблоко | 100 |
| 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,8 | ПР | Хлеб пшеничный | 20 |
| 1,36 | 0,26 | 7,96 | 34,2 | ПР | Хлеб ржаной | 20 |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

5-11 класс (без доплаты)

| Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность (ккал.) | № рец. | Наименование блюда | Вес порции |
|-------|------|----------|------------------------------------|--------|-----------------------|---------------|
| 5,07 | 5604 | 24,6 | 173,2 | 54-16к | Каша дружба | 200 |
| | | | | | | |
| 0,2 | 0 | 6,5 | 26,8 | 54-2гн | Чай с сахаром | 200 |
| 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,8 | ПР | Хлеб пшеничный | 20 |
| 1,36 | 0,26 | 7,96 | 39,6 | ПР | Хлеб ржаной | 20 |

ОВЗ:

| Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность (ккал.) | № рец. | Наименование блюда | Вес порции |
|-------|------|----------|------------------------------------|---------|---------------------------------|------------|
| 5,07 | 6,04 | 24,6 | 173,2 | 54-16к | Каша дружба | 205 |
| 4,67 | 5,87 | 0 | 71,67 | 54-1з | Сыр твердых сортов в нарезке | 20 |
| 3,5 | 3,4 | 22,3 | 133,4 | 54-22гн | Какао с молоком сгущенным | 200 |
| 0,4 | 0,4 | 9,8 | 44,4 | ПР | яблоко | 100 |
| 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,8 | ПР | Хлеб пшеничный | 20 |
| 1,36 | 0,26 | 6,7 | 34,2 | ПР | Хлеб ржаной | 20 |

Второй завтрак

| | | | | | | |
|-----|---|------|------|--------|---------------|-----|
| 0,2 | 0 | 6,5 | 26,8 | 54-2гн | Чай с сахаром | 200 |
| 4,3 | 8 | 28,8 | 205 | ПР | печенье | 31 |

Обед

| Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность (ккал.) | | | |
|-------|------|----------|------------------------------------|--------|---------------------|-----|
| 1,36 | 0,26 | 7,96 | 34,2 | ПР | Хлеб ржаной | 20 |
| 4,6 | 2,64 | 10,9 | 85,78 | 54-23с | свекольник | 200 |
| 5,3 | 4,9 | 32,8 | 196,8 | 54-1г | Макароны отварные | 150 |
| 14,6 | 14 | 13,3 | 236,1 | 54-4м | Котлета из говядины | 80 |
| 0,2 | 0 | 6,5 | 26,8 | 54-2гн | Чай с сахаром | 200 |
| 1,52 | 0,16 | 9,84 | 46,8 | ПР | Хлеб пшеничный | 20 |