

**Меню на 21.10.2024г.**

Выход (г)	Наименование блюда	Номер рецептуры	Эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
-----------	--------------------	-----------------	---	-------------------

**Завтрак (ОВЗ)**

150	<b>Каша гречневая жидкая на молоке</b>	4 004	Калорийность-221, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-29	<b>22-70</b>
200	<b>Чай с сахаром</b>	300	Калорийность-56, Углеводы-14	<b>3-80</b>
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	<b>3-50</b>
<b>Итого за Завтрак</b>			Калорийность-347, Белки-10, Жиры-8, Углеводы-58	<b>30-00</b>

**Обед 1-4 класс**

60	<b>Салат из свежих огурцов с растительным маслом</b>	30	Калорийность-40, Жиры-4, Углеводы-1	<b>14-00</b>
200	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями</b>	46	Калорийность-96, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-21	<b>18-75</b>
150	<b>Каша пшеничная вязкая (гарнир)</b>	294	Калорийность-153, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-25	<b>7-50</b>
90	<b>Котлета Детская с соусом</b>	75	Калорийность-227, Белки-10, Жиры-18, Углеводы-3	<b>43-20</b>
200	<b>Чай с сахаром</b>	300	Калорийность-56, Углеводы-14	<b>3-80</b>
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	<b>3-50</b>
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	<b>3-00</b>
<b>Итого за Обед 1-4 класс</b>			Калорийность-713, Белки-23, Жиры-28, Углеводы-94	<b>93-75</b>

**Обед для льготных категорий**

60	<b>Салат из свежих огурцов с растительным маслом</b>	30	Калорийность-40, Жиры-4, Углеводы-1	<b>14-00</b>
150	<b>Каша пшеничная вязкая (гарнир)</b>	294	Калорийность-153, Белки-6, Жиры-4, Углеводы-25	<b>7-50</b>
90	<b>Котлета Детская с соусом</b>	75	Калорийность-227, Белки-10, Жиры-18, Углеводы-3	<b>43-20</b>
200	<b>Чай с сахаром</b>	300	Калорийность-56, Углеводы-14	<b>3-80</b>
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	<b>3-50</b>
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	0	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	<b>3-00</b>
<b>Итого за Обед для льготных категорий</b>			Калорийность-617, Белки-21, Жиры-26, Углеводы-73	<b>75-00</b>

**Платный обед**

100	<b>Салат из свежих огурцов с растительным маслом</b>	30	Калорийность-67, Белки-1, Жиры-6, Углеводы-2	<b>23-50</b>
250	<b>Суп картофельный с макаронными изделиями</b>	46	Калорийность-120, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-26	<b>23-20</b>
200	<b>Каша пшеничная вязкая (гарнир)</b>	294	Калорийность-204, Белки-8, Жиры-6, Углеводы-33	<b>10-00</b>
100	<b>Котлета Детская с соусом</b>	75	Калорийность-253, Белки-11, Жиры-20, Углеводы-4	<b>48-00</b>
200	<b>Чай с сахаром</b>	300	Калорийность-56, Углеводы-14	<b>3-80</b>
30	<b>Хлеб пшеничный</b>	ПП	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	<b>3-50</b>
30	<b>Хлеб ржано-пшеничный</b>	ПП	Калорийность-70, Белки-2, Углеводы-15	<b>3-00</b>
<b>Итого за Платный обед</b>			Калорийность-839, Белки-28, Жиры-35, Углеводы-108	<b>115-00</b>