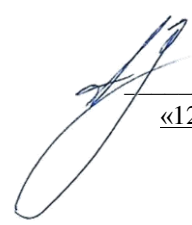


Утверждаю
директор
Захаров А.Л.

«12» марта 2024 г.




**Меню
для обучающихся 2, 3, 6, 8, 9 классов**

| № рец. | Прием пищи/ наименование блюд | Масса порции | Энергетическая ценность (ккал) | Белки, г | Жиры, г | | |
|-------------|--|--------------|--------------------------------|--------------|--------------|---------------|--------------|
| Обед | | | | | | | |
| 13 | Салат из свежей капусты | 100 | 84,5 | 1,2 | 4,9 | 10,5 | 0,71 |
| 46 | Суп картофельный с макаронными изделиями | 200 | 120,0 | 2,9 | 2,5 | 21,0 | 9,30 |
| 164 | Каша рисовая рассыпчатая | 200 | 112,1 | 2,4 | 3,7 | 18,1 | 7,37 |
| 63 | Гуляш | 100 | 132,0 | 13,0 | 6,5 | 4,0 | 39,71 |
| 148 | Кофейный напиток | 200 | 153,0 | 2,7 | 2,8 | 22,4 | 7,00 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 25,5 | 1,58 | 0,2 | 9,66 | 1,30 |
| | Хлеб ржаной | 40 | 31,3 | 2,24 | 0,44 | 19,76 | 1,61 |
| | Итого за обед | | 658,4 | 26,02 | 21,44 | 105,42 | 67,00 |

**Меню
для воспитанников дошкольной группы**

| № рец. | Прием пищи/ наименование блюд | Масса порции | Энергетическая ценность (ккал) | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г |
|----------------|--|--------------|--------------------------------|--------------|--------------|---------------|
| Завтрак | | | | | | |
| 129 | Каша овсяная геркулес жидкая | 200 | 105,8 | 3,1 | 4,8 | 13,3 |
| 146 | Чай с лимоном | 200 | 60,0 | 0,3 | 0 | 15,2 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 25,5 | 1,58 | 0,2 | 9,66 |
| | Хлеб ржаной | 40 | 31,3 | 2,24 | 0,44 | 19,76 |
| | Итого завтрак | | 222,6 | 7,22 | 5,44 | 57,92 |
| Обед | | | | | | |
| 13 | Салат из свежей капусты | 100 | 84,5 | 1,2 | 4,9 | 10,5 |
| 46 | Суп картофельный с макаронными изделиями | 200 | 120,0 | 2,9 | 2,5 | 21,0 |
| 164 | Каша рисовая рассыпчатая | 200 | 112,1 | 2,4 | 3,7 | 18,1 |
| 63 | Гуляш | 100 | 132,0 | 13,0 | 6,5 | 4,0 |
| 148 | Кофейный напиток | 200 | 153,0 | 2,7 | 2,8 | 22,4 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 25,5 | 1,58 | 0,2 | 9,66 |
| | Хлеб ржаной | 40 | 31,3 | 2,24 | 0,44 | 19,76 |
| | Итого за обед | | 658,4 | 26,02 | 21,44 | 105,42 |
| Полдник | | | | | | |
| 295 | Кекс | 70 | 394,6 | 8,8 | 17,8 | 52,0 |
| 296 | Молоко | 200 | 261,62 | 8,24 | 9,08 | 32,26 |
| | Итого за полдник | | 656,22 | 17,04 | 26,88 | 84,26 |
| | Всего | | 1537,22 | 50,28 | 53,76 | 247,6 |