

**Меню на 19.05.2023г.**

Сезон: весенне-летний, неделя первая день 5 примерное меню

**1-4 класс**

| Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал.) | № рец. | Наименование блюда             | Масса<br>порции |
|-------|------|----------|---------------------------------------|--------|--------------------------------|-----------------|
|       |      |          |                                       |        |                                |                 |
| 13.7  | 4.9  | 40.8     | 262                                   | 265    | Запеканка из макарон с творога | 200             |
| 2.6   | 3.2  | 19       | 115                                   | 466    | Напиток кофейный на молоке     | 200             |
| 2.88  | 0.42 | 17.8     | 86.4                                  | ПР     | Хлеб пшеничный, ржаной         | 40              |
| 0.4   | 0.4  | 9.8      | 44                                    | 82     | Яблоко свежее                  | 120             |

**5-11 класс (с доплатой завтрак)**

| Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал.) | № рец. | Наименование блюда             | Масса<br>порции |
|-------|------|----------|---------------------------------------|--------|--------------------------------|-----------------|
|       |      |          |                                       |        |                                |                 |
| 13.7  | 4.9  | 40.8     | 262                                   | 265    | Запеканка из макарон с творога | 200             |
| 2.6   | 3.2  | 19       | 115                                   | 466    | Напиток кофейный на молоке     | 200             |
| 2.88  | 0.42 | 17.8     | 86.4                                  | ПР     | Хлеб пшеничный, ржаной         | 40              |

**5-11 класс (с доплатой обед)**

| Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая<br>ценность (ккал.) | № рец. | Наименование блюда       | Масса порции |
|-------|------|----------|------------------------------------|--------|--------------------------|--------------|
|       |      |          |                                    |        |                          |              |
| 2.9   | 4.15 | 12.2     | 97.75                              | 129    | Рассольник Ленинградский | 200          |
| 14.1  | 1.73 | 11       | 116.3                              | 307    | Мясо тушенное            | 80           |
| 5.02  | 7.24 | 51.8     | 292.4                              | 385    | Каша перловая            | 150          |
| 0.3   | 0.2  | 14.2     | 60                                 | 487    | Компот из свежих яблок   | 200          |
| 2.88  | 0.42 | 17.8     | 86.4                               | ПР     | Хлеб пшеничный, ржаной   | 40           |

**5-11 класс (без доплаты)**

| Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал.) | № рец. | Наименование блюда     | Масса порции |
|-------|------|----------|---------------------------------------|--------|------------------------|--------------|
|       |      |          |                                       |        |                        |              |
| 11.8  | 8.82 | 52.3     | 335.8                                 | 202    | Каша гречневая         | 200          |
| 0.61  | 3.66 | 2.37     | 44.85                                 | 420    | Соус томатный          | 50           |
| 0.2   | 0.1  | 9.3      | 38                                    | 457    | Чай с сахаром          | 200          |
| 2.88  | 0.42 | 17.8     | 86.4                                  | ПР     | Хлеб пшеничный, ржаной | 40           |

**ОВЗ**

| Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал.) | № рец. | Наименование блюда             | Масса порции |
|-------|------|----------|---------------------------------------|--------|--------------------------------|--------------|
|       |      |          |                                       |        |                                |              |
| 13.7  | 4.9  | 40.8     | 262                                   | 265    | Запеканка из макарон с творога | 200          |
| 2.6   | 3.2  | 19       | 115                                   | 466    | Напиток кофейный на молоке     | 200          |
| 2.88  | 0.42 | 17.8     | 86.4                                  | ПР     | Хлеб пшеничный, ржаной         | 40           |
| 0.4   | 0.4  | 9.8      | 44                                    | 82     | Яблоко свежее                  | 120          |

**Второй завтрак**

|      |      |      |       |     |                          |     |
|------|------|------|-------|-----|--------------------------|-----|
| 0    | 0    | 15   | 60    | 484 | Кисель из концентрата    | 200 |
| 0.08 | 7.25 | 0.13 | 65.72 | 79  | Масло сливочное порциями | 15  |