|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  ***Меню 22.02.2021******Указ Президента******(Понедельник)*** |  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Наименование блюда** | **Выход (г)** | **Калорийность, Ккал** | **Белки, г** | **Жиры, г** | **Углеводы, г** | **Примерное количество хлебных единиц\*** |
| ***Завтрак*** |
| Яйцо вареное | 1шт | 79 | 6,4 | 5,8 | 0,4 |   |
| Масло сливочное | 12 | 99 | 0,1 | 10,9 | 0,2 |   |
| Вермишель с сыром | 200 | 296 | 11,7 | 12,8 | 33,0 | 2,7 |
| Кофейный напиток витаминизированный | 200 | 133 | 2,3 | 1,8 | 27,0 | 2,3 |
| Печенье "Сормовское" | 20 | 84 | 1,6 | 3,0 | 12,6 | 1,1 |
| Мандарины | 240 | 38 | 0,8 | 0,2 | 7,5 | 0,6 |
| Батон | 30 | 103 | 2,9 | 1,2 | 20,1 | 1,7 |
| **Стоимость рациона 80 руб. 05 коп.** | **832** | **25,8** | **35,7** | **100,8** | **8,4** |
| ***Обед*** |
| Суп картофельный с горохом, говядиной тушеной, зеленью | 270 | 162 | 7,9 | 5,8 | 19,5 | 1,6 |
| Рыба запеченная | 90 | 109 | 11,7 | 5,2 | 3,9 | 0,3 |
| Картофельное пюре | 150 | 138 | 3,1 | 5,4 | 12,1 | 1,0 |
| Компот из свежих яблок | 200 | 79 | 0,2 | 0,2 | 18,9 | 1,6 |
| Хлеб ржаной | 50 | 100 | 3,3 | 0,6 | 20,5 | 1,7 |
| Батон | 45 | 154 | 4,3 | 1,8 | 30,2 | 2,5 |
| **Стоимость рациона 80 руб. 05 коп.** | **742** | **30,5** | **19,0** | **105,1** | **8,7** |
| ***Полдник*** |
| Молоко витаминизированное 0,2 | 1шт | 118 | 5,6 | 6,4 | 9,4 | 0,8 |
| Маковый рулетик посыпной | 70 | 236 | 6,1 | 7,6 | 29,7 | 2,5 |
| **Стоимость рациона 30 руб. 00 коп.** | **354** | **11,7** | **14,0** | **39,1** | **3,3** |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  ***Меню 22.02.2021******Платные+Льготные******(Понедельник)*** |  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Наименование блюда** | **Выход (г)** | **Калорийность, Ккал** | **Белки, г** | **Жиры, г** | **Углеводы, г** | **Примерное количество хлебных единиц\*** |
| ***Завтрак*** |
| Масло сливочное | 15 | 99 | 0,1 | 10,9 | 0,2 |   |
| Яйцо вареное | 1шт | 79 | 6,4 | 5,8 | 0,4 |   |
| Вермишель с сыром | 200 | 296 | 11,7 | 12,8 | 33,0 | 2,7 |
| Кофейный напиток витаминизированный | 200 | 133 | 2,3 | 1,8 | 27,0 | 2,3 |
| Печенье "Сормовское" | 20 | 84 | 1,6 | 3,0 | 12,6 | 1,1 |
| Мандарин | 1шт | 38 | 0,8 | 0,2 | 7,5 | 0,6 |
| Батон | 38 | 130 | 3,6 | 1,5 | 25,5 | 2,1 |
| **Стоимость рациона 66 руб. 00 коп.** | **859** | **26,5** | **36,0** | **106,2** | **8,8** |
| ***Обед*** |
| Суп картофельный с горохом, говядиной тушеной, зеленью | 270 | 162 | 7,9 | 5,8 | 19,5 | 1,6 |
| Рыба запеченная | 90 | 109 | 11,7 | 5,2 | 3,9 | 0,3 |
| Картофельное пюре | 150 | 138 | 3,1 | 5,4 | 12,1 | 1,0 |
| Компот из свежих яблок | 200 | 79 | 0,2 | 0,2 | 18,9 | 1,6 |
| Хлеб ржаной | 50 | 100 | 3,3 | 0,6 | 20,5 | 1,7 |
| Батон | 45 | 154 | 4,3 | 1,8 | 30,2 | 2,5 |
| **Стоимость рациона 80 руб. 00 коп.** | **742** | **30,5** | **19,0** | **105,1** | **8,7** |
| ***Полдник*** |
| Молоко витаминизированное 0,2 | 1шт | 118 | 5,6 | 6,4 | 9,4 | 0,8 |
| Маковый рулетик посыпной | 70 | 236 | 6,1 | 7,6 | 29,7 | 2,5 |
| **Стоимость рациона 30 руб. 00 коп.** | **354** | **11,7** | **14,0** | **39,1** | **3,3** |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  ***Меню 22.02.2021******5-11 класс******(Понедельник)*** |  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Наименование блюда** | **Выход (г)** | **Калорийность, Ккал** | **Белки, г** | **Жиры, г** | **Углеводы, г** | **Примерное количество хлебных единиц\*** |
| ***Завтрак*** |
| Масло сливочное | 15 | 99 | 0,1 | 10,9 | 0,2 |   |
| Яйцо вареное | 1шт | 79 | 6,4 | 5,8 | 0,4 |   |
| Вермишель с сыром | 200 | 296 | 11,7 | 12,8 | 33 | 2,7 |
| Кофейный напиток витаминизированный | 200 | 133 | 2,3 | 1,8 | 27 | 2,3 |
| Печенье "Сормовское" | 20 | 84 | 1,6 | 3 | 12,6 | 1,1 |
| Мандарин | 1шт | 38 | 0,8 | 0,2 | 7,5 | 0,6 |
| Батон | 38 | 130 | 3,6 | 1,5 | 25,5 | 2,1 |
| **Стоимость рациона 66 руб. 00 коп.** | **859** | **26,5** | **36** | **106,2** | **8,8** |
| ***Обед*** |
| Суп картофельный с горохом, говядиной тушеной, зеленью | 270 | 162 | 7,9 | 5,8 | 19,5 | 1,6 |
| Рыба запеченная | 100 | 137 | 14,6 | 6,5 | 4,8 | 0,4 |
| Картофельное пюре | 180 | 166 | 3,8 | 6,5 | 14,5 | 1,2 |
| Компот из свежих яблок | 200 | 79 | 0,2 | 0,2 | 18,9 | 1,6 |
| Хлеб ржаной | 50 | 100 | 3,3 | 0,6 | 20,5 | 1,7 |
| Батон | 45 | 154 | 4,3 | 1,8 | 30,2 | 2,5 |
| **Стоимость рациона 80 руб. 00 коп.** | **798** | **34,1** | **21,4** | **108,4** | **9** |
| ***Полдник*** |
| Молоко витаминизированное 0,2 | 1шт | 118 | 5,6 | 6,4 | 9,4 | 0,8 |
| Маковый рулетик посыпной | 70 | 236 | 6,1 | 7,6 | 29,7 | 2,5 |
| **Стоимость рациона 30 руб. 00 коп.** | **354** | **11,7** | **14** | **39,1** | **3,3** |