|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  ***Меню 20.04.2021******Указ Президента******(Вторник)*** |  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Наименование блюда** | **Выход (г)** | **Калорийность, Ккал** | **Белки, г** | **Жиры, г** | **Углеводы, г** | **Примерное количество хлебных единиц\*** |
| ***Завтрак*** |
| Масло сливочное | 10 | 66 | 0,1 | 7,3 | 0,1 |   |
| Плов из филе цыплят  | 200 | 384 | 18,6 | 10,4 | 41,7 | 3,5 |
| Какао с молоком  | 200 | 143 | 3,9 | 3,8 | 24,1 | 2 |
| Пюре фруктовое  | 1шт |   |   |   | 11,3 | 0,9 |
| Батон | 25 | 86 | 2,4 | 1 | 16,7 | 1,4 |
| **Стоимость рациона 80 руб. 05 коп.** | **679** | **25** | **22,5** | **93,9** | **7,8** |
| ***Обед*** |
| Щи из свежей капусты с картофелем ,мясом, зеленью | 10/250 | 84 | 4,5 | 3,3 | 7,7 | 0,6 |
| Биточки рыбные  | 90 | 203 | 13,2 | 9,7 | 13,6 | 1,1 |
| Картофельное пюре  | 150 | 138 | 3,1 | 5,4 | 12,1 | 1 |
| Сок фруктовый  | 200 | 90 |   |   | 22,4 | 1,9 |
| Хлеб ржаной | 46 | 92 | 3 | 0,5 | 18,9 | 1,6 |
| **Стоимость рациона 80 руб. 05 коп.** | **607** | **23,8** | **18,9** | **74,7** | **6,2** |
| ***Полдник*** |
| Молоко витаминизированное 0,2  | 1шт | 118 | 5,6 | 6,4 | 9,4 | 0,8 |
| Плюшка с маком  | 75 | 244 | 6,1 | 6,8 | 32,7 | 2,7 |
| **Стоимость рациона 30 руб. 00 коп.** | **362** | **11,7** | **13,2** | **42,1** | **3,5** |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  ***Меню 20.04.2021******Платные+Льготные******(Вторник)*** |  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Наименование блюда** | **Выход (г)** | **Калорийность, Ккал** | **Белки, г** | **Жиры, г** | **Углеводы, г** | **Примерное количество хлебных единиц\*** |
| ***Завтрак*** |
| Масло сливочное | 10 | 66 | 0,1 | 7,3 | 0,1 |   |
| Плов из филе цыплят  | 200 | 384 | 18,6 | 10,4 | 41,7 | 3,5 |
| Огурцы свежие (доп. гарнир)  | 25 | 4 | 0,2 |   | 0,6 | 0,1 |
| Какао с молоком  | 200 | 143 | 3,9 | 3,8 | 24,1 | 2 |
| Яблоко свежее  | 1шт | 71 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 1,2 |
| Батон | 32 | 110 | 3 | 1,3 | 21,4 | 1,8 |
| **Стоимость рациона 66 руб. 00 коп.** | **778** | **26,4** | **23,4** | **102,6** | **8,6** |
| ***Обед*** |
| Щи из свежей капусты с картофелем ,мясом, зеленью | 10/250 | 84 | 4,5 | 3,3 | 7,7 | 0,6 |
| Биточки рыбные  | 90 | 203 | 13,2 | 9,7 | 13,6 | 1,1 |
| Картофельное пюре  | 150 | 138 | 3,1 | 5,4 | 12,1 | 1 |
| Сок фруктовый  | 200 | 90 |   |   | 22,4 | 1,9 |
| Хлеб ржаной | 46 | 92 | 3 | 0,5 | 18,9 | 1,6 |
| **Стоимость рациона 80 руб. 00 коп.** | **607** | **23,8** | **18,9** | **74,7** | **6,2** |
| ***Полдник*** |
| Молоко витаминизированное 0,2  | 1шт | 118 | 5,6 | 6,4 | 9,4 | 0,8 |
| Плюшка с маком  | 75 | 244 | 6,1 | 6,8 | 32,7 | 2,7 |
| **Стоимость рациона 30 руб. 00 коп.** | **362** | **11,7** | **13,2** | **42,1** | **3,5** |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  ***Меню 20.04.2021******5-11 класс******(Вторник)*** |  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Наименование блюда** | **Выход (г)** | **Калорийность, Ккал** | **Белки, г** | **Жиры, г** | **Углеводы, г** | **Примерное количество хлебных единиц\*** |
| ***Завтрак*** |
| Масло сливочное | 10 | 66 | 0,1 | 7,3 | 0,1 |   |
| Плов из филе цыплят  | 200 | 384 | 18,6 | 10,4 | 41,7 | 3,5 |
| Огурцы свежие (доп. гарнир)  | 25 | 4 | 0,2 |   | 0,6 | 0,1 |
| Какао с молоком  | 200 | 143 | 3,9 | 3,8 | 24,1 | 2 |
| Яблоко свежее  | 1шт | 71 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 1,2 |
| Батон | 32 | 110 | 3 | 1,3 | 21,4 | 1,8 |
| **Стоимость рациона 66 руб. 00 коп.** | **778** | **26,4** | **23,4** | **102,6** | **8,6** |
| ***Обед*** |
| Щи из свежей капусты с картофелем ,мясом, зеленью | 10/250 | 84 | 4,5 | 3,3 | 7,7 | 0,6 |
| Биточки рыбные  | 90 | 203 | 13,2 | 9,7 | 13,6 | 1,1 |
| Картофельное пюре  | 150 | 138 | 3,1 | 5,4 | 12,1 | 1 |
| Сок фруктовый  | 200 | 90 |   |   | 22,4 | 1,9 |
| Хлеб ржаной | 46 | 92 | 3 | 0,5 | 18,9 | 1,6 |
| **Стоимость рациона 80 руб. 00 коп.** | **607** | **23,8** | **18,9** | **74,7** | **6,2** |
| ***Полдник*** |
| Молоко витаминизированное 0,2  | 1шт | 118 | 5,6 | 6,4 | 9,4 | 0,8 |
| Плюшка с маком  | 75 | 244 | 6,1 | 6,8 | 32,7 | 2,7 |
| **Стоимость рациона 30 руб. 00 коп.** | **362** | **11,7** | **13,2** | **42,1** | **3,5** |