|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Меню 21.04.2021******Указ Президента******(Среда)*** |  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **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 |   |
| Сыр порционно  | 25 | 84 | 6,7 | 6,3 |   |   |
| Запеканка из творога со сгущенным молоком  | 150/20 | 385 | 31,7 | 12,6 | 32,2 | 2,7 |
| Чай с сахаром | 200 | 53 | 0,2 | 0,1 | 13 | 1,1 |
| Яблоко свежее  | 1шт | 71 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 1,2 |
| Батон | 22 | 75 | 2,1 | 0,9 | 14,7 | 1,2 |
| **Стоимость рациона 80 руб. 05 коп.** | **734** | **41,4** | **27,8** | **74,7** | **6,2** |
| ***Обед*** |
| Суп молочный с вермишелью | 250 | 162 | 5,8 | 5,7 | 21,5 | 1,8 |
| Гуляш из говядины  | 50/50 | 176 | 15,9 | 12,1 | 2,7 | 0,2 |
| Рис отварной | 150 | 216 | 3,7 | 6,3 | 28,5 | 2,4 |
| Компот из кураги  | 200 | 106 | 1 | 0,1 | 25,2 | 2,1 |
| Хлеб ржаной | 35 | 70 | 2,3 | 0,4 | 14,4 | 1,2 |
| Батон | 22 | 75 | 2,1 | 0,9 | 14,7 | 1,2 |
| **Стоимость рациона 80 руб. 05 коп.** | **805** | **30,8** | **25,5** | **107** | **8,9** |
| ***Полдник*** |
| Сок фруктовый  | 201 | 90 |   |   | 22,5 | 1,9 |
| Оладьи с соусом клубничным | 100/40 | 314 | 7,9 | 7,9 | 52,4 | 4,4 |
| Печенье "Сормовское" | 30 | 126 | 2,4 | 4,5 | 18,9 | 1,6 |
| **Стоимость рациона 30 руб. 00 коп.** | **530** | **10,3** | **12,4** | **93,8** | **7,9** |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  ***Меню 21.04.2021******Платные+Льготные******(Среда)*** |  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **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 |   |
| Запеканка из творога со сгущенным молоком  | 150/20 | 385 | 31,7 | 12,6 | 32,2 | 2,7 |
| Чай с сахаром | 200 | 53 | 0,2 | 0,1 | 13 | 1,1 |
| Яблоко свежее  | 1шт | 71 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 1,2 |
| Батон | 20 | 69 | 1,9 | 0,8 | 13,4 | 1,1 |
| **Стоимость рациона 66 руб. 00 коп.** | **644** | **34,5** | **21,4** | **73,4** | **6,1** |
| ***Обед*** |
| Суп молочный с вермишелью | 250 | 162 | 5,8 | 5,7 | 21,5 | 1,8 |
| Гуляш из говядины  | 50/50 | 176 | 15,9 | 12,1 | 2,7 | 0,2 |
| Рис отварной | 150 | 216 | 3,7 | 6,3 | 28,5 | 2,4 |
| Компот из кураги  | 200 | 106 | 1 | 0,1 | 25,2 | 2,1 |
| Хлеб ржаной | 35 | 70 | 2,3 | 0,4 | 14,4 | 1,2 |
| Батон | 22 | 75 | 2,1 | 0,9 | 14,7 | 1,2 |
| **Стоимость рациона 80 руб. 00 коп.** | **805** | **30,8** | **25,5** | **107** | **8,9** |
| ***Полдник*** |
| Сок фруктовый  | 201 | 90 |   |   | 22,5 | 1,9 |
| Оладьи с соусом клубничным | 100/40 | 314 | 7,9 | 7,9 | 52,4 | 4,4 |
| Печенье "Сормовское" | 30 | 126 | 2,4 | 4,5 | 18,9 | 1,6 |
| **Стоимость рациона 30 руб. 00 коп.** | **530** | **10,3** | **12,4** | **93,8** | **7,9** |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  ***Меню 21.04.2021******5-11 класс******(Среда)*** |  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **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 |   |
| Запеканка из творога со сгущенным молоком  | 150/20 | 385 | 31,7 | 12,6 | 32,2 | 2,7 |
| Чай с сахаром | 200 | 53 | 0,2 | 0,1 | 13 | 1,1 |
| Яблоко свежее  | 1шт | 71 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 1,2 |
| Батон | 20 | 69 | 1,9 | 0,8 | 13,4 | 1,1 |
| **Стоимость рациона 66 руб. 00 коп.** | **644** | **34,5** | **21,4** | **73,4** | **6,1** |
| ***Обед*** |
| Суп молочный с вермишелью | 250 | 162 | 5,8 | 5,7 | 21,5 | 1,8 |
| Гуляш из говядины  | 50/50 | 176 | 15,9 | 12,1 | 2,7 | 0,2 |
| Рис отварной | 150 | 216 | 3,7 | 6,3 | 28,5 | 2,4 |
| Компот из кураги  | 200 | 106 | 1 | 0,1 | 25,2 | 2,1 |
| Хлеб ржаной | 35 | 70 | 2,3 | 0,4 | 14,4 | 1,2 |
| Батон | 22 | 75 | 2,1 | 0,9 | 14,7 | 1,2 |
| **Стоимость рациона 80 руб. 00 коп.** | **805** | **30,8** | **25,5** | **107** | **8,9** |
| ***Полдник*** |
| Сок фруктовый  | 201 | 90 |   |   | 22,5 | 1,9 |
| Оладьи с соусом клубничным | 100/40 | 314 | 7,9 | 7,9 | 52,4 | 4,4 |
| Печенье "Сормовское" | 30 | 126 | 2,4 | 4,5 | 18,9 | 1,6 |
| **Стоимость рациона 30 руб. 00 коп.** | **530** | **10,3** | **12,4** | **93,8** | **7,9** |