|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Меню 11.05.2021******Указ Президента******(Вторник)*** |  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **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 |
| Какао с молоком | 200 | 143 | 3,9 | 3,8 | 24,1 | 2 |
| Йогурт | 1шт | 75 | 2,5 | 0,1 | 17 | 1,4 |
| 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 80 руб. 05 коп.** | **832** | **27,1** | **34,8** | **102,8** | **8,4** |
| ***Обед*** |
| Суп из овощей с говядиной тушеной, зеленью | 270 | 114 | 4,9 | 5,5 | 11,2 | 0,9 |
| Рыба запеченная | 90 | 109 | 11,7 | 5,2 | 3,9 | 0,3 |
| 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 | 23 | 46 | 1,5 | 0,3 | 9,4 | 0,8 |
| Батон | 21 | 72 | 2 | 0,8 | 14,1 | 1,2 |
| **Стоимость рациона 80 руб. 05 коп.** | **663** | **24,8** | **18,2** | **92,3** | **7,7** |
| ***Полдник*** |
| Молоко витаминизированное 0,2 | 1шт | 118 | 5,6 | 6,4 | 9,4 | 0,8 |
| Плюшка московская | 95 | 290 | 6,7 | 7,2 | 40,8 | 3,4 |
| **Стоимость рациона 30 руб. 00 коп.** | **408** | **12,3** | **13,6** | **50,2** | **4,2** |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  ***Меню 11.05.2021******Платные+Льготные******(Вторник)*** |  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Наименование блюда** | **Выход (г)** | **Калорийность, Ккал** | **Белки, г** | **Жиры, г** | **Углеводы, г** | **Примерное количество хлебных единиц\*** |
| ***Завтрак*** |
| Вермишель отварная с сыром | 150 | 240 | 8,2 | 12 | 24,6 | 2,1 |
| Яйцо вареное | 1шт | 79 | 6,4 | 5,8 | 0,4 |   |
| Какао с молоком | 200 | 143 | 3,9 | 3,8 | 24,1 | 2 |
| Йогурт | 1шт | 75 | 2,5 | 0,1 | 17 | 1,4 |
| 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.** | **677** | **23,5** | **23,1** | **94,2** | **7,8** |
| ***Обед*** |
| Суп из овощей с говядиной тушеной, зеленью | 270 | 114 | 4,9 | 5,5 | 11,2 | 0,9 |
| Рыба запеченная | 90 | 109 | 11,7 | 5,2 | 3,9 | 0,3 |
| 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 | 23 | 46 | 1,5 | 0,3 | 9,4 | 0,8 |
| Батон | 21 | 72 | 2 | 0,8 | 14,1 | 1,2 |
| **Стоимость рациона 80 руб. 00 коп.** | **663** | **24,8** | **18,2** | **92,3** | **7,7** |
| ***Полдник*** |
| Молоко витаминизированное 0,2 | 1шт | 118 | 5,6 | 6,4 | 9,4 | 0,8 |
| Плюшка московская | 95 | 290 | 6,7 | 7,2 | 40,8 | 3,4 |
| **Стоимость рациона 30 руб. 00 коп.** | **408** | **12,3** | **13,6** | **50,2** | **4,2** |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  ***Меню 11.05.2021******5-11 класс******(Вторник)*** |  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Наименование блюда** | **Выход (г)** | **Калорийность, Ккал** | **Белки, г** | **Жиры, г** | **Углеводы, г** | **Примерное количество хлебных единиц\*** |
| ***Завтрак*** |
| Вермишель отварная с сыром | 150 | 240 | 8,2 | 12 | 24,6 | 2,1 |
| Яйцо вареное | 1шт | 79 | 6,4 | 5,8 | 0,4 |   |
| Какао с молоком | 200 | 143 | 3,9 | 3,8 | 24,1 | 2 |
| Йогурт | 1шт | 75 | 2,5 | 0,1 | 17 | 1,4 |
| 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.** | **677** | **23,5** | **23,1** | **94,2** | **7,8** |
| ***Обед*** |
| Суп из овощей с говядиной тушеной, зеленью | 270 | 114 | 4,9 | 5,5 | 11,2 | 0,9 |
| Рыба запеченная | 90 | 109 | 11,7 | 5,2 | 3,9 | 0,3 |
| 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 | 23 | 46 | 1,5 | 0,3 | 9,4 | 0,8 |
| Батон | 21 | 72 | 2 | 0,8 | 14,1 | 1,2 |
| **Стоимость рациона 80 руб. 00 коп.** | **663** | **24,8** | **18,2** | **92,3** | **7,7** |
| ***Полдник*** |
| Молоко витаминизированное 0,2 | 1шт | 118 | 5,6 | 6,4 | 9,4 | 0,8 |
| Плюшка московская | 95 | 290 | 6,7 | 7,2 | 40,8 | 3,4 |
| **Стоимость рациона 30 руб. 00 коп.** | **408** | **12,3** | **13,6** | **50,2** | **4,2** |

|  |  |
| --- | --- |
|  | ***\* - Информация о количестве хлебных единиц в блюде сформирована расчетным методом. Лабораторные исследования не проводились. Показатель может быть использован только для примерной оценки количества хлебных единиц в блюде.*** |