

Меню на 17 января 2023г

*Для обучающихся 1-4 кл., в том числе детей из ММС*

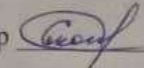
| Выход блюд, г | Наименование блюд<br>Завтрак                               | белки | жиры  | углеводы | ккал   |
|---------------|------------------------------------------------------------|-------|-------|----------|--------|
| 35            | Бутерброд с маслом                                         | 0.06  | 5.8   | 0.1      | 52.88  |
| 230/6         | Каша рисовая молочная                                      | 6.30  | 10.20 | 37.90    | 247.00 |
| 200           | Чай с сахаром                                              |       |       | 10.00    | 40.0   |
| 30            | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания | 4     | 0,5   | 27.5     | 130    |
| 120           | Йогурт                                                     | 10    | 16.5  | 75.5     | 470    |
|               | Итого за завтрак:                                          | 10.36 | 16.50 | 75.50    | 469.88 |

*Для детей ОВЗ и детей инвалидов*

| Выход блюд, г | Наименование блюд<br>Завтрак                               | белки | жиры  | углеводы | ккал   |
|---------------|------------------------------------------------------------|-------|-------|----------|--------|
| 35            | Бутерброд с маслом                                         | 0.06  | 5.8   | 0.1      | 52.88  |
| 230/6         | Каша рисовая молочная                                      | 6.30  | 10.20 | 37.90    | 247.00 |
| 200           | Чай с сахаром                                              |       |       | 10.00    | 40.0   |
| 30            | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания | 4     | 0,5   | 27.5     | 130    |
| 120           | Йогурт                                                     | 10    | 16.5  | 75.5     | 470    |
|               | Итого за завтрак:                                          | 10.36 | 16.50 | 75.50    | 469.88 |
| Выход блюд, г | Наименование блюд<br>Обед                                  | белки | жиры  | углеводы | ккал   |
| 60            | Салат из моркови                                           | 1.38  | 3.08  | 7.01     | 62.12  |
| 250/35        | Борщ с капустой и картофелем с мясом птицы                 | 2.03  | 5.67  | 10.16    | 100.62 |
| 75            | Котлеты из мяса птицы                                      | 10.00 | 11.80 | 8.34     | 179.00 |
| 150/20        | Каша гречневая вязкая с соусом томатным                    | 4.77  | 4.86  | 21.48    | 148.52 |
| 200           | Чай с сахаром                                              |       |       | 10.00    | 40.0   |
| 50            | Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания | 3     | 0.4   | 22.0     | 104    |
|               | Итого за обед:                                             | 21.38 | 25.81 | 78.99    | 634.29 |

*Для обучающихся 5-11 кл., питающихся на родительские взносы*

| Выход блюд, г | Наименование блюд                 | белки | жиры | углеводы | ккал |
|---------------|-----------------------------------|-------|------|----------|------|
| 100           | Гуляш из мяса птицы               |       |      |          |      |
| 100           | Каша гречневая рассыпчатая        |       |      |          |      |
| 200           | Чай с сахаром                     |       |      |          |      |
| 85            | Хлеб пшеничный витаминизированный |       |      |          |      |

Повар  Скопинцева Р.А.