



Утверждаю:  
Директор школы  
Агапова М.В./

### МЕНЮ на 21.04.2023 г.

1 – 4 класс

| Блюдо            | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углевод<br>ы |
|------------------|----------|-------|--------------|-------|------|--------------|
| каша гречневая   | 160      | 4,40  | 225          | 8     | 6    | 36           |
| чай с молоком    | 200      | 9,20  | 87           | 2     | 1    | 18           |
| хлеб пшеничный   | 30       | 2,10  | 71           | 2     | 0    | 15           |
| хлеб ржаной      | 20       | 1,17  | 41           | 1     | 0    | 9            |
| котлеты          | 90       | 33,49 | 237          | 14    | 16   | 13           |
| соус томатный    | 50       | 3,95  | 37           | 1     | 3    | 2            |
| винегрет овощной | 60       | 7,10  | 78           | 1     | 6    | 5            |
| ИТОГО:           | 610      | 61,41 | 776          | 29    | 32   | 98           |

5 – 9 класс

| Блюдо            | Выход, г | Цена  | Калорийность | Белки | Жиры | Углевод<br>ы |
|------------------|----------|-------|--------------|-------|------|--------------|
| каша гречневая   | 180      | 5,27  | 257          | 10    | 36   | 48           |
| чай с молоком    | 200      | 9,20  | 83           | 1     | 1    | 16           |
| хлеб пшеничный   | 40       | 2,80  | 79           | 2     | 0    | 15           |
| хлеб ржаной      | 30       | 1,75  | 57           | 1     | 0    | 9            |
| котлеты          | 100      | 37,51 | 250          | 15    | 18   | 8            |
| соус томатный    | 50       | 3,95  | 41           | 1     | 2    | 4            |
| винегрет овощной | 100      | 12,19 | 110          | 1     | 9    | 6            |
| ИТОГО:           | 700      | 72,67 | 877          | 31    | 66   | 106          |