**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение**

**«Николькинская средняя общеобразовательная школа»**

Утверждаю:

****директор школы

\_\_\_\_\_\_\_\_ В.А. Кузьмин

**МЕНЮ**

***20.05.2025г*** Неделя 1\_

Сезон период

**с 7 до 11 лет**

***Завтрак*  \_1 день**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |
| Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| Макароны отварные с овощами | 150 | 12,86 | 180,7 | 4,7 | 6,2 | 26,5 |
| Курица тушеная с морковью | 100 | 39,31 | 126,4 | 14,1 | 5,8 | 4,4 |
| Чай с лимоном и сахаром | 200 | 2,35 | 27,9 | 0,2 | 0,1 | 6,6 |
| Хлеб пшеничный | 45 | 2,7 | 105,5 | 3,4 | 0,4 | 22,1 |
|  |  |  |  |  |  |  |
| Сыр твердых сортов в нарезке | 30 | 22,78 | 107,5 | 7 | 8,9 | 0 |
|  | 525 | 80 | 548 | 29,4 | 21,4 | 59,6 |

**с 12 до 18 лет**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |
| Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы |
| Макароны отварные с овощами | 150 | 12,86 | 180,7 | 4,7 | 6,2 | 26,5 |
| Курица тушеная с морковью | 100 | 39,31 | 126,4 | 14,1 | 5,8 | 4,4 |
| Чай с лимоном и сахаром | 200 | 2,35 | 27,9 | 0,2 | 0,1 | 6,6 |
| Хлеб пшеничный | 45 | 2,7 | 105,5 | 3,4 | 0,4 | 22,1 |
|  |  |  |  |  |  |  |
| Сыр твердых сортов в нарезке | 30 | 22,78 | 107,5 | 7 | 8,9 | 0 |
|  | 525 | 80 | 548 | 29,4 | 21,4 | 59,6 |



Фельдшер \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Повар \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_