Ежедневное меню на 5-11 классы

**Понедельник 1 неделя**

**1 день. 5-11кл 03.03.2025гг**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование приема пищи,блюда** | **Масса порции,гр** | **Калорийность**  |
| Макароны отварные | 100 | 140,00 |
| Соус красный основной | 20 | 14,10 |
| Чай с сахаром | 200 | 1,40 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 93,8 |
| Хлеб Дарницкий | 20 | 39,01 |
|  | итого | 288,40 |

**Вторник. 1 неделя 04.03.2025г**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование приема пищи,блюда** | **Масса порции,гр** | **Калорийность**  |
| Каша жидкая молочная манная | 200 | 274,9 |
| Чай с сахаром | 200 | 1,4 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 93,8 |
| Хлеб Дарницкий | 20 | 39,01 |
|  | итого | 409,11 |

**Среда. 1 неделя 05.03.2025г**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование приема пищи,блюда** | **Масса порции,гр** | **Калорийность**  |
| Рис отварной | 100 | 135,70 |
| Соус красный основной | 20 | 14,1 |
| Чай с сахаром | 200 | 1,4 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 93,8 |
| Хлеб Дарницкий | 20 | 39,01 |
|  | итого | 284,01 |

**Четверг. 1 неделя 06.03.2025г**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование приема пищи,блюда** | **Масса порции,гр** | **Калорийность**  |
| Каша перловая | 100 | 124,70 |
| Соус красный основной | 20 | 14,1 |
| Чай с сахаром | 200 | 1,4 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 93,8 |
| Хлеб Дарницкий | 20 | 39,01 |
|  | итого | 273,01 |

**Пятница 1 неделя 07.03.2025г**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование приема пищи,блюда** | **Масса порции,гр** | **Калорийность**  |
| Каша молочная манная | 200 | 174,30 |
| Чай с сахаром | 200 | 1,4 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 93,8 |
| Хлеб Дарницкий | 20 | 39,01 |
|  | итого | 308,51 |

**Ежедневное меню на 5-11 классы**

**Понедельник 2 неделя**

**1 день. 5-11кл 10.03.2025гг**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование приема пищи,блюда** | **Масса порции,гр** | **Калорийность**  |
| Овощное рагу | 100 | 80,20 |
| Чай с сахаром | 200 | 1,4 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 93,8 |
| Хлеб Дарницкий | 20 | 39,01 |
|  | итого | 214,41 |

**2день 5-11 кл 11.03.2025г**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование приема пищи,блюда** | **Масса порции,гр** | **Калорийность**  |
| Горошница | 150 | 204,8 |
| Соус красный основной | 20 | 14,1 |
| Чай с сахаром | 200 | 1,4 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 93,8 |
| Хлеб Дарницкий | 20 | 39,01 |
|  | итого | 353,11 |

**3день 5-11кл 12.03.2025г**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование приема пищи,блюда** | **Масса порции,гр** | **Калорийность**  |
| Каша гречневая рассыпчатая | 100 | 155,8 |
| Соус красный основной | 20 | 14,1 |
| Чай с сахаром | 200 | 1,4 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 93,8 |
| Хлеб Дарницкий | 20 | 39,01 |
|  | итого | 304,11 |

**4день 5-11кл 13.03.2025г**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование приема пищи,блюда** | **Масса порции,гр** | **Калорийность**  |
| Рисовая каша | 150 | 203,5 |
| Чай с сахаром | 200 | 1,4 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 93,8 |
| Хлеб Дарницкий | 20 | 39,01 |
|  | итого | 337,71 |

**5 день 5-11 кл 14.03.2025г**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование приема пищи,блюда** | **Масса порции,гр** | **Калорийность**  |
| Картофель тушенный | 200 | 174,6 |
| Чай с сахаром | 200 | 1,4 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 93,8 |
| Хлеб Дарницкий | 20 | 39,01 |
|  | итого | 308,81 |