

**Недельное меню для детей с 1-4 класс на осенне-зимний период.  
5 октября 2023 года**

<b>Наименование блюда</b>	<b>Выход, г</b>
<b>Завтрак</b>	
<b>Курица порционная</b>	<b>100</b>
<b>Компот из сухофруктов</b>	<b>200</b>
<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>70</b>
<b>Греча отварная</b>	<b>150</b>
<b>Свежие огурцы</b>	<b>30</b>
<b>итого</b>	
<b>Цена</b>	<b>91-76</b>
<b>Белки, г</b>	<b>13,9</b>
<b>Жиры, г</b>	<b>14,0</b>
<b>Углеводы, г</b>	<b>149</b>
<b>Энергетическая ценность, Ккал</b>	<b>489</b>

**Недельное меню для подростков с 5-11 класс на осенне-зимний период.  
5 октября 2023 года**

<b>Наименование блюда</b>	<b>Выход, г</b>
<b>Завтрак</b>	
<b>Курица порционная</b>	<b>100</b>
<b>Компот из сухофруктов</b>	<b>200</b>
<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>100</b>
<b>Греча отварная</b>	<b>200</b>
<b>Свежие огурцы</b>	<b>30</b>
<b>итого</b>	
<b>Цена</b>	<b>102-89</b>
<b>Белки, г</b>	<b>14,0</b>
<b>Жиры, г</b>	<b>15,8</b>
<b>Углеводы, г</b>	<b>161</b>
<b>Энергетическая ценность, Ккал</b>	<b>550</b>