

**Недельное меню для детей с 1-4 класс на осенне-зимний период.  
14 января 2025 года**

| <b>Наименование блюда</b>             | <b>Выход, г</b> |
|---------------------------------------|-----------------|
| <b>Завтрак</b>                        |                 |
| <b>Кура отварная</b>                  | <b>90</b>       |
| <b>Чай чёрный с сахаром и лимоном</b> | <b>200</b>      |
| <b>Хлеб пшеничный</b>                 | <b>60</b>       |
| <b>Макаронные изделия отварные</b>    | <b>150</b>      |
| <b>Соус томатный</b>                  | <b>30</b>       |
| <b>итого</b>                          |                 |
| <b>Цена</b>                           | <b>101-27</b>   |
| <b>Белки, г</b>                       | <b>37</b>       |
| <b>Жиры, г</b>                        | <b>29</b>       |
| <b>Углеводы, г</b>                    | <b>86</b>       |
| <b>Энергетическая ценность, Ккал</b>  | <b>748</b>      |

**Недельное меню для подростков с 5-11 класс на осенне-зимний период.  
14 января 2025 года**

| <b>Наименование блюда</b>             | <b>Выход, г</b> |
|---------------------------------------|-----------------|
| <b>Завтрак</b>                        |                 |
| <b>Кура отварная</b>                  | <b>100</b>      |
| <b>Чай чёрный с сахаром и лимоном</b> | <b>200</b>      |
| <b>Хлеб пшеничный</b>                 | <b>100</b>      |
| <b>Макаронные изделия отварные</b>    | <b>200</b>      |
| <b>Соус томатный</b>                  | <b>30</b>       |
| <b>итого</b>                          |                 |
| <b>Цена</b>                           | <b>113-54</b>   |
| <b>Белки, г</b>                       | <b>37</b>       |
| <b>Жиры, г</b>                        | <b>29</b>       |
| <b>Углеводы, г</b>                    | <b>86</b>       |
| <b>Энергетическая ценность, Ккал</b>  | <b>748</b>      |