



МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
Бутерброд с сыром	30/15	6,3	4,1	14,9	122	19,94
Запеканка "Царская" из творога с молоком сгущенным	170/20	13,9	10,8	33	285	77,6
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,44
Фрукт (яблоко)	80	0,2	0	12	49	5,10
Чай с лимоном	200	0,1	0	13,5	54	3,62
Итого		21	15,2	81	544	107,7

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

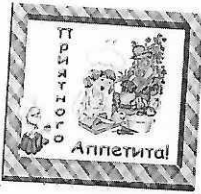
Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Бутерброд с сыром	30/20	7,1	4,7	14,9	130	19,94
Запеканка "Царская" из творога с молоком сгущенным	200/30	17,5	14	39	352	77,6
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,44
Фрукт	80	0,2	0	12	49	5,10
Чай с лимоном	200	0,1	0	13,5	54	3,62
Итого		25,4	19	87	619	107,7

МЕНЮ для учащихся с ОВЗ с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Бутерброд с сыром	30/15	6,3	4,1	14,9	122	19,94
Запеканка "Царская" из творога с молоком сгущенным	170/20	13,9	10,8	33	285	77,6
Фрукт	80	0,2	0	12	49	5,10
Чай с лимоном	200	0,1	0	13,5	54	3,62
Винегрет овощной	80	1	4	6,7	67	15,15
Борщ из свежей капусты с картофелем, со сметаной с мясом	250/10/5	4,3	5,1	15,5	125	37,92
Гуляш из говядины	100	11	14,3	5,5	195	63,35
Макаронные изделия отварные	150	3,4	3,1	36,8	189	13,21
Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	15,2	63	5,88
Хлеб пшеничный	40	0,8	0,4	17,6	77	2,89
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,44
Итого		42	42,1	178,3	1260	246,1

МЕНЮ для учащихся с ОВЗ с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Бутерброд с сыром	30/20	7,1	4,7	14,9	130	19,94
Запеканка "Царская" из творога с молоком сгущенным	200/30	17,5	14	39	352	77,6
Фрукт	80	0,2	0	12	49	5,10
Чай с лимоном	200	0,1	0	13,5	54	3,62
Винегрет овощной	80	1	4	6,7	67	15,15
Борщ из свежей капусты с картофелем, со сметаной с мясом	250/10/5	4,3	5,1	15,5	125	37,92
Гуляш из говядины	100	11	14,3	5,5	195	63,35
Макаронные изделия отварные	180	4,1	3,7	44,2	227	13,21
Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	15,2	63	5,88
Хлеб пшеничный	40	0,8	0,4	17,6	77	2,89
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,44
Итого		47,1	46,5	191,7	1373	246,1



МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр.)	Цена
Салат из свёклы с чесноком	80	1,1	4,0	5,5	62	8,79
Биточки рубленные из птицы запеченные	90	11,4	15,2	11,2	227,2	52,35
Пюре картофельное	150	3,3	3,6	22,3	135	28,45
Какао с молоком	200	3,1	2,7	12,1	85	15,23
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,44
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,44
Итого		19,8	26	67,5	582,2	107,7

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

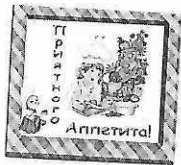
Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр.)	Цена
Салат из свёклы с чесноком	80	1,1	4,0	5,5	62	8,79
Биточки рубленные из птицы запеченные	100	12,6	16,5	12,4	248,5	52,35
Пюре картофельное	180	3,7	4,1	26,7	159	28,45
Какао с молоком	200	3,8	3,5	15,9	110	15,23
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,44
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,44
Итого		22,1	28,6	76,9	652,5	107,7

МЕНЮ для учащихся с ОВЗ с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр.)	Цена
Бутерброд с маслом	20/10	1,8	7,1	9,9	111	22,43
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая с маслом	200	7,5	7,7	26	203	28,64
Какао с молоком	200	3,1	2,7	12,1	85	15,23
Йогурт промышленного производства	95	3,9	1,5	4,8	47,8	31,59
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,44
Салат из свёклы с чесноком	80	1,1	4,0	5,5	62	8,79
Суп с овощами и крупой, с мясом	250/10	5,8	4,8	8,3	100	38,05
Биточки рубленные из птицы запеченные	90	11,4	15,2	11,2	227,2	52,35
Пюре картофельное	150	3,3	3,6	22,3	135	28,45
Сок	200	0,5	0	34	138	14,80
Хлеб пшеничный	40	0,8	0,4	17,6	77	2,89
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,44
Итого		40,1	47,5	168,1	1259	246,1

МЕНЮ для учащихся с ОВЗ с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр.)	Цена
Бутерброд с маслом	30/15	2,5	9,9	14,5	157	22,43
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая с маслом	200	7,5	7,7	26	203	28,64
Какао с молоком	200	3,8	3,5	15,9	110	15,23
Йогурт промышленного производства	95	3,9	1,5	4,8	47,8	31,59
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,44
Салат из свёклы с чесноком	80	1,1	4,0	5,5	62	8,79
Суп с овощами и крупой, с мясом	250/10	5,8	4,8	8,3	100	38,05
Биточки рубленные из птицы запеченные	100	12,6	16,5	12,4	248,5	52,35
Пюре картофельное	180	3,7	4,1	26,7	159	28,45
Сок	200	0,5	0	34	138	14,80
Хлеб пшеничный	40	0,8	0,4	17,6	77	2,89
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,44
Итого		43,1	52,9	182,1	1375,3	246,1



МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
Салат из свеклы с зеленым горошком	80	2,1	4,0	11,2	89	19,09
Мясо тушеное с картофелем	250	12,7	14,3	34,7	318	70,93
Сок	200	0,3	0	22	89	14,80
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,44
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,44
Итого		16	18,8	84,3	569	107,7

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
Салат из свеклы с зеленым горошком	80	2,1	4,0	11,2	89	19,09
Мясо тушеное с картофелем	250	12,7	14,3	34,7	318	70,93
Сок	200	0,3	0	22	89	14,80
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,44
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,44
Итого		16	18,8	84,3	569	107,7

МЕНЮ для учащихся с ОБЗ с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
Масло сливочное (порциями)	10	0,2	7,3	0,1	67	13,51
Сыр (порциями)	10	2,9	4	0	48	12,1
Булочка "Плюшка"	80	7,5	2,4	50,5	254	26,00
Суп молочный с крупой	250	5,8	7,5	23,8	186	28,23
Чай с сахаром	200	0,1	0	12,6	51	2,18
Салат из свеклы с зеленым горошком	80	2,1	4	11,2	89	19,09
Уха рыбацкая	250/50	9,3	7,2	10,4	144	54,93
Мясо тушеное с картофелем	250	12,7	14,3	34,7	318	70,93
Сок	200	0,3	0	22	89	14,80
Хлеб пшеничный	40	0,8	0,4	17,6	77	2,89
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,44
Итого		42,2	47,4	190,5	1357	246,10

МЕНЮ для учащихся с ОБЗ с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
Масло сливочное (порциями)	10	0,2	7,3	0,1	67	13,51
Сыр (порциями)	10	2,9	4	0	48	12,1
Булочка "Плюшка"	80	7,5	2,4	50,5	254	26,00
Суп молочный с крупой	250	5,8	7,5	23,8	186	28,23
Чай с сахаром	200	0,1	0	12,6	51	2,18
Салат из свеклы с зеленым горошком	80	2,1	4	11,2	89	19,09
Уха рыбацкая	250/50	9,3	7,2	10,4	144	54,93
Мясо тушеное с картофелем	250	12,7	14,3	34,7	318	70,93
Сок	200	0,3	0	22	89	14,80
Хлеб пшеничный	40	0,8	0,4	17,6	77	2,89
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,44
Итого		42,2	47,4	190,5	1357	246,10



МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
Нарезка из свежих овощей с маслом	80	0,7	4,0	2,5	49	19,75
Рыба запеченная	90	13,1	10,5	2,8	158	49,75
Рис припущенный	150	3,1	3,8	25,4	148	20,52
Сок	200	0,5	0	34	138	14,80
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,44
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,44
Итого		18,3	18,8	81,1	566	107,7

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Нарезка из свежих овощей с маслом	80	0,7	4,0	2,5	49	19,75
Рыба запеченная	100	15,5	12,9	3,1	191	49,75
Рис припущенный	180	3,5	4,4	30,5	176	20,52
Сок	200	0,5	0	34	138	14,80
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,44
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,44
Итого		21,1	21,8	86,5	627	107,7

МЕНЮ для учащихся с ОВЗ с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Бутерброд с сыром	30/15	6,3	4,1	14,9	122	25,27
Каша пшеничная жидкая	200	7,5	6,2	20,8	169	29,47
Чай с лимоном	200	0,1	0	13,5	54	3,62
Фрукт	200	0,5	0,5	37	156	33,45
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	38	1,44
Нарезка из свежих овощей с маслом	80	0,7	4,0	2,5	49	19,75
Рассольник Ленинградский с мясом и сметаной	250/10/5	5	6,3	14,4	134	43,70
Рыба запеченная	90	13,1	10,5	2,8	158	49,75
Рис припущенный	150	3,1	3,8	25,4	148	20,52
Сок	200	0,5	0	34	138	14,80
Хлеб пшеничный	40	0,8	0,4	17,6	77	2,89
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,44
Итого		38,5	36,3	199,3	1277	246,1

МЕНЮ для учащихся с ОВЗ с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Бутерброд с сыром	30/20	7,1	4,7	14,9	130	25,27
Каша пшеничная жидкая	200	7,5	6,2	20,8	169	29,47
Чай с лимоном	200	0,1	0	13,5	54	3,62
Фрукт	200	0,5	0,5	37	156	33,45
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,44
Нарезка из свежих овощей с маслом	80	0,7	4,0	2,5	49	19,75
Рассольник Ленинградский с мясом и сметаной	250/10/5	5	6,3	14,4	134	43,70
Рыба запеченная	100	15,5	12,9	3,1	191	49,75
Рис припущенный	180	3,5	4,4	30,5	176	20,52
Сок	200	0,5	0	34	138	14,80
Хлеб пшеничный	40	0,8	0,4	17,6	77	2,89
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,44
Итого		42,1	39,9	204,7	1347	246,1



МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
Салат из моркови с яйцом	80	4,2	6,9	4,3	96	20,41
Курица запеченая	90	13,8	13	0	172	57,92
Каша гречневая вязкая отварная	150	4,3	5,1	24,3	160	12,98
Компот из ягод	200	0,2	0	16,9	68	13,51
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,44
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,44
Итого		23,4	25,5	61,9	569	107,7

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Салат из моркови с яйцом	80	4,2	6,9	4,3	96	20,41
Курица запеченая	100	17,4	17	0	223	57,92
Каша гречневая вязкая отварная	180	4,8	6,1	29,2	191	12,98
Компот из ягод	200	0,2	0	16,9	68	13,51
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,44
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,44
Итого		27,5	30,5	66,8	651	107,7

МЕНЮ для учащихся с ОРЗ с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Бутерброд с маслом	20/10	1,8	7,1	9,9	111	22,43
Омлет натуральный	200	22,7	20,5	2,4	285	48,01
Чай с молоком	200	2,8	2,5	15,9	97	13,05
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,44
Фрукт	125	0,4	0,4	28	117	26,82
Салат из моркови с огурцом	80	0,9	4,0	3,3	53	12,8
Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом, со сметаной	250/10/5	4,4	5,9	7,8	102	32,81
Курица запеченая	90	13,8	13	0	172	57,92
Каша гречневая вязкая отварная	150	4,3	5,1	24,3	160	12,98
Компот из ягод	200	0,2	0	16,9	68	13,51
Хлеб пшеничный	40	0,8	0,4	17,6	77	2,89
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,44
Итого		53	59,4	142,5	1315	246,1

МЕНЮ для учащихся с ОРЗ с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Бутерброд с маслом	30/15	2,5	9,9	14,5	157	22,43
Омлет натуральный	200	22,7	20,5	2,4	285	48,01
Чай с молоком	200	2,8	2,5	15,9	97	13,05
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,44
Фрукт	125	0,4	0,4	28	117	26,82
Салат из моркови с огурцом	80	0,9	4,0	3,3	53	12,8
Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом, со сметаной	250/10/5	4,4	5,9	7,8	102	32,81
Курица запеченая	100	17,4	17	0	223	57,92
Каша гречневая вязкая отварная	180	4,8	6,1	29,2	191	12,98
Компот из ягод	200	0,2	0	16,9	68	13,51
Хлеб пшеничный	40	0,8	0,4	17,6	77	2,89
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,44
Итого		57,8	67,2	152	1443	246,10



МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр.)	Цена
Бутерброд с повидлом	20/20	1,8	0,3	26,4	116	6,17
Каша пшениная жидкая	200	6,6	7,4	23,7	188	28,23
Кофейный напиток	200	3,2	2,7	15,9	101	17,72
Йогурт промышленного производства	95	3,9	1,5	4,8	47,8	52,70
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,44
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,44
Итого		16,4	12,4	87,2	525,8	107,7

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр.)	Цена
Бутерброд с повидлом	20/20	1,8	0,3	26,4	116	6,17
Каша пшениная жидкая	200	6,6	7,4	23,7	188	28,23
Кофейный напиток	200	3,2	2,7	15,9	101	17,72
Йогурт промышленного производства	95	3,9	1,5	4,8	47,8	52,70
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,44
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,44
Итого		16,4	12,4	87,2	525,8	107,7

МЕНЮ для учащихся с ОВЗ с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр.)	Цена
Бутерброд с повидлом	20/20	1,8	0,3	26,4	116	6,17
Каша пшениная жидкая	200	6,6	7,4	23,7	188	28,23
Кофейный напиток	200	3,2	2,7	15,9	101	17,72
Йогурт промышленного производства	95	3,9	1,5	4,8	47,8	31,59
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,44
Помидор свежий	80	0,5	0,2	3,4	17	18,25
Суп картофельный с крупой, с птицей	250/15	5,7	8,5	16,3	165	34,32
Котлеты из мяса	90	11,2	11,3	14,2	203	57,81
Овощи тушеные	150	1,3	9,2	13,8	143	29,82
Кисель из свежих ягод	200	0,3	0,2	21,5	89	16,42
Хлеб пшеничный	40	0,8	0,4	17,6	77	2,89
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,44
Итого		36,2	42,2	174	1219,8	246,10

МЕНЮ для учащихся с ОВЗ с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр.)	Цена
Бутерброд с повидлом	20/20	1,8	0,3	26,4	116	6,17
Каша пшениная жидкая	200	6,6	7,4	23,7	188	28,23
Кофейный напиток	200	3,2	2,7	15,9	101	17,72
Йогурт промышленного производства	95	3,9	1,5	4,8	47,8	31,59
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,44
Помидор свежий	80	0,5	0,2	3,4	17	18,25
Суп картофельный с крупой, с птицей	250/15	5,7	8,5	16,3	165	34,32
Котлеты из мяса	100	12,4	12,6	15,8	226	57,81
Овощи тушеные	180	1,6	11	16,5	171	29,82
Кисель из свежих ягод	200	0,3	0,2	21,5	89	16,42
Хлеб пшеничный	40	0,8	0,4	17,6	77	2,89
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,44
Итого		37,7	45,3	178,3	1270,8	246,1



МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр.)	Цена
Салат из капусты с морковью	100	1,6	5	9,7	90	13,52
Жаркое из птицы	200	17,5	11,5	16,2	238	77,79
Компот из ягод	200	0,2	0	16,9	68	13,51
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,44
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,44
Итого		20,2	17	59,2	469	107,7

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр.)	Цена
Салат из капусты с морковью	100	1,6	5	9,7	90	13,52
Жаркое из птицы	280	21,8	16,8	18,4	312	77,79
Компот из ягод	200	0,2	0	16,9	68	13,51
Хлеб пшеничный	40	0,4	0,2	8,8	39	1,44
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,44
Итого		24,5	22,3	61,4	543	107,7

МЕНЮ для учащихся с ОВЗ с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр.)	Цена
Бутерброд с маслом	20/10	1,8	7,1	9,9	111	22,43
Каша ячневая жидкая	200	7,6	8,2	20,7	187	28,53
Какао с молоком	180	3,1	2,7	12,1	85	15,23
Кондитерское изделие (вафли)	20	1,3	5,4	12,4	103	7,88
Салат из капусты с морковью	100	1,6	5	9,7	90	13,52
Суп с рыбными фрикадельками	250/100	12,9	7,2	20,6	199	62,88
Жаркое из птицы	200	17,5	11,5	16,2	238	77,79
Компот из ягод	200	0,2	0	16,9	68	13,51
Хлеб пшеничный	40	0,8	0,4	17,6	77	2,89
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,44
Итого		47,3	47,8	143,7	1192	246,1

МЕНЮ для учащихся с ОВЗ с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр.)	Цена
Бутерброд с маслом	30/15	2,5	9,9	14,5	157	22,43
Каша ячневая жидкая	200	7,6	8,2	20,7	187	28,53
Какао с молоком	200	3,8	3,5	15,9	110	15,23
Кондитерское изделие (вафли)	20	1,3	5,4	12,4	103	7,88
Салат из капусты с морковью	100	1,6	5	9,7	90	13,52
Суп с рыбными фрикадельками	250/100	12,9	7,2	20,6	199	62,88
Жаркое из птицы	280	21,8	16,8	18,4	312	77,79
Компот из ягод	200	0,2	0	16,9	68	13,51
Хлеб пшеничный	40	0,8	0,4	17,6	77	2,89
Хлеб ржаной	40	1	0,6	15,2	68	1,44
Итого		53,5	57	161,9	1371	246,1



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ СОШ №1

2024 г

МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр.)	Цена
Салат "Любительский"	80	2,2	4	4,7	64	29,76
"Ёжики" из мяса с рисом	100	6,1	11,7	7,4	159	47,05
Макароны отварные	150	3,4	3,1	36,8	189	13,21
Сок	200	0,2	0	23	93	14,80
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,44
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,44
Итого		12,8	19,3	88,3	578	107,7

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр.)	Цена
Салат "Любительский"	80	2,2	4	4,7	64	29,76
"Ёжики" из мяса с рисом	120	7,3	14	8,9	191	47,05
Макароны отварные	180	4,1	3,7	44,2	227	13,21
Сок	200	0,2	0	23	93	14,80
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,44
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,44
Итого		14,7	22,2	97,2	648	107,7

МЕНЮ для учащихся с ОВЗ с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр.)	Цена
Бутерброд с сыром	30/15	6,3	4,1	14,9	122	25,27
Суп молочный с крупой	250	5,8	7,5	23,8	186	23,15
Фрукт	210	0,5	0,5	37	156	42,01
Чай с лимоном	200	0,1	0	13,5	54	3,62
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,44
Салат "Любительский"	80	2,2	4	4,7	64	29,76
Рассольник домашний с птицей, со сметаной	250/15/5	4,8	5,1	10,8	108	41,46
"Ёжики" из мяса с рисом	100	6,1	11,7	7,4	159	47,05
Макароны отварные	150	3,4	3,1	36,8	189	13,21
Сок	200	0,2	0	23	93	14,80
Хлеб пшеничный	40	0,8	0,4	17,6	77	2,89
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,44
Итого		31,1	36,9	205,9	1281	246,1

МЕНЮ для учащихся с ОВЗ с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр.)	цена
Бутерброд с сыром	30/20	7,1	4,7	14,9	130	25,27
Суп молочный с крупой	250	5,8	7,5	23,8	186	23,15
Фрукт	210	0,5	0,5	37	156	42,01
Чай с лимоном	200	0,1	0	13,5	54	3,62
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,44
Салат "Любительский"	80	2,2	4	4,7	64	29,76
Рассольник домашний с птицей, со сметаной	250/15/5	4,8	5,1	10,8	108	41,46
"Ёжики" из мяса с рисом	120	7,3	14	8,9	191	47,05
Макароны отварные	180	4,1	3,7	44,2	227	13,21
Сок	200	0,2	0	23	93	14,80
Хлеб пшеничный	40	0,8	0,4	17,6	77	2,89
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,44
Итого		33,8	40,4	214,8	1359	246,1



МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр.)	Цена
Салат "из огурцов с маслом"	80	0,7	4,1	1	44	19,71
Шницель из мяса	90	11,2	11,3	14,2	203	68,74
Каша гречневая вязкая отварная	150	4,3	5,1	24,3	160	14,19
Чай с сахаром	200	0,1	0	12,6	51	2,18
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,44
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,44
Итого		17,2	21	68,5	531	107,7

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр.)	Цена
Салат "из огурцов с маслом"	80	0,7	4,1	1	44	19,71
Шницель из мяса	100	12,4	12,6	15,8	226	68,74
Каша гречневая вязкая отварная	180	4,8	6,1	29,2	191	14,19
Чай с сахаром	200	0,1	0	12,6	51	2,18
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,44
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,44
Итого		18,9	23,3	75	585	107,7

МЕНЮ для учащихся с ОВЗ с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр.)	Цена
Бутерброд с маслом	20/10	1,8	7,1	9,9	111	22,43
Запеканка "Царская" из творога с молоком сгущенным	170/20	13,9	10,8	33	285	77,6
Чай с сахаром	200	0,1	0	12,6	51	2,18
Салат "из огурцов с маслом"	80	0,7	4,1	1	44	19,71
Суп картофельный с мясом	250/10	4,5	4,8	15,5	123	22,12
Шницель из мяса	90	11,2	11,3	14,2	203	68,74
Каша гречневая вязкая отварная	150	4,3	5,1	24,3	160	14,19
Сок	200	0,5	0	34	138	14,8
Хлеб пшеничный	40	0,8	0,4	17,6	77	2,89
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,44
Итого		38,3	43,9	169,7	1226	246,1

МЕНЮ для учащихся с ОВЗ с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр.)	Цена
Бутерброд с маслом	30/15	2,5	9,9	14,5	157	22,43
Запеканка "Царская" из творога с молоком сгущенным	200/30	17,5	14	39	352	77,6
Чай с сахаром	200	0,1	0	12,6	51	2,18
Салат "из огурцов с маслом"	80	0,7	4,1	1	44	19,71
Суп картофельный с мясом	250/10	4,5	4,8	15,5	123	22,12
Шницель из мяса	100	12,4	12,6	15,8	226	68,74
Каша гречневая вязкая отварная	180	4,8	6,1	29,2	191	14,19
Сок	200	0,5	0	34	138	14,8
Хлеб пшеничный	40	0,8	0,4	17,6	77	2,89
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,44
Итого		44,3	52,2	186,8	1393	246,1