



УТВЕРЖДАЮ
Директор
17.10.2022

МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Кукуруза консервированная	30	0,69	0,10	4,30	17	11,70
Тефтели	100	13,60	15,40	12,80	245,00	31,43
Соус сметанно-томатный	25	0,50	4,60	1,80	54,00	7,41
Макароны отварные	150	5,9	5	39,1	210	8,52
Компот из свежих яблок	200	0,35	0,18	13,4	57	5,49
Хлеб пшеничный	30	2,30	0,30	14,60	70,00	1,95
Хлеб ржаной	10	0,40	0,12	4,00	20,00	0,72
Итого		23,74	25,70	90,00	673,00	67,22

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

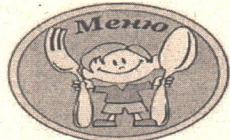
Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Кукуруза консервированная	30	0,69	0,10	4,30	17,00	11,70
Тефтели	125	13,60	15,40	12,80	245,00	31,43
Соус сметанно-томатный	25	0,50	4,60	1,80	54,00	7,41
Макароны отварные	180	7,10	6,00	47,00	256,00	10,22
Компот из свежих яблок	200	0,35	0,18	13,40	57,00	5,49
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,40	95,00	2,60
Хлеб ржаной	20	0,90	0,24	7,80	40,00	1,44
Итого		26,30	26,92	106,50	764,00	70,29

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 и сыром	30//10/15	6,27	10,8	14,60	189	25,02
Каша вязкая ячневая	200//5	5,5	7,3	40	204	13,88
Йогурт молочный 2,5% жирности	180	5,90	3,60	9,20	155,52	36,36
Какао с молоком	210	4,1	3,80	21,40	131	11,15
Кукуруза консервированная	60	1,38	0,20	8,60	34,00	23,4
Суп рыбный	200//40	9,30	7,80	18,10	143,00	33,93
Тефтели	100	13,60	15,40	12,80	245,00	31,43
Соус сметанно-томатный	25	0,50	4,60	1,80	54,00	7,41
Макароны отварные	150	5,90	5,00	39,10	210,00	8,52
Компот из свежих яблок	200	0,35	0,18	13,40	57,00	5,49
Хлеб пшеничный	30	2,30	0,30	14,60	70,00	1,95
Хлеб ржаной	20	0,90	0,24	7,80	40,00	1,44
Итого		56	59,22	201,4	1532,52	199,98

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 и сыром	30//10/15	6,27	10,8	14,6	189	25,02
Каша вязкая ячневая	220//5	6,3	8,1	43	227	14,84
Йогурт молочный 2,5% жирности	180	5,9	3,6	9,2	155,52	36,36
Какао с молоком	210	4,1	3,8	21,4	131	11,15
Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,7	48	1,48
Хлеб ржаной	20	1,4	0,24	7,8	40	1,34
Кукуруза консервированная	100	2,00	0,32	10,60	54,00	38,84
Суп рыбный	250//50	9,30	7,80	18,10	143,00	42,41
Тефтели	100	13,60	15,40	12,80	245,00	31,43
Соус сметанно-томатный	25	0,50	4,60	1,80	54,00	7,41
Макароны отварные	180	7,10	6,00	47,00	256,00	10,22
Компот из свежих яблок	200	0,35	0,18	13,40	57,00	5,49
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,40	95,00	2,60
Хлеб ржаной	40	1,80	0,48	15,60	80,00	2,88
Итого		63,36	61,92	244,40	1774,52	231,47

**МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс**

Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Капуста белокочанная с маслом	40	0,70	2,20	1,80	30,00	1,22
Кура, запеченная в соусе молочном	90	10,60	13,10	11,07	217,00	40,64
Пюре картофельное	180	3,90	5,10	26,50	170,00	14,09
Отвар из плодов шиповника	200	0,20	1,80	15,80	68,00	8,45
Хлеб пшеничный	30	2,30	0,30	14,60	70,00	1,95
Хлеб ржаной	10	0,40	0,12	4,00	20,00	0,72
Итого		18,10	22,62	73,77	575,00	67,07

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Капуста белокочанная с маслом	40	0,70	2,20	1,80	30,00	1,22
Кура, запеченная в соусе молочном	100	11,80	14,60	12,30	243,00	44,75
Пюре картофельное	180	3,90	5,10	26,50	170,00	14,09
Отвар из плодов шиповника	200	0,20	1,80	15,80	68,00	8,45
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,40	95,00	2,60
Хлеб ржаной	20	0,90	0,24	7,80	40,00	1,44
Итого		20,66	24,34	83,60	646,00	72,55

МЕНЮ для учащихся с ОВЗ с 1 по 4 класс

Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Сыр порционный	20	4,64	5,84	0,00	73,00	19,18
Омлет натуральный с овощами на поджаривку	180	14,8	16,3	6,3	250	35,26
Кофейный напиток	200	3,80	4,10	16,00	114,00	11,86
Хлеб пшеничный	30	2,30	0,30	14,60	70,00	1,95
Хлеб ржаной	20	0,90	0,24	7,80	40,00	1,44
Капуста белокочанная с маслом	60	0,90	3,60	2,80	42,00	1,82
Суп "Крестьянский" с крупой, с мясом	200/10	4,40	6,70	29,40	143,00	12,88
Кура, запеченная в соусе молочном	90	10,60	13,10	11,07	217,00	40,64
Пюре картофельное	180	3,90	5,10	26,50	170,00	14,09
Отвар из плодов шиповника	200	0,20	1,80	15,80	68,00	8,45
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,40	95,00	2,60
Хлеб ржаной	40	1,80	0,48	15,60	80,00	2,88
Итого		51,4	57,96	165,27	1362	153,05

МЕНЮ для учащихся с ОВЗ с 5 по 11 класс

Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Сыр порционный	20	4,64	5,84	0	73	19,18
Омлет натуральный с овощами на поджаривку	200	16,8	17,8	8,1	288	39,19
Кофейный напиток	200	3,8	4,1	16	114	11,86
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,40	95,00	2,60
Хлеб ржаной	20	0,90	0,24	7,80	40,00	1,44
Капуста белокочанная с маслом	100	1,60	5,09	4,70	70,00	3,05
Суп "Крестьянский" с крупой, с мясом	250/10	4,10	8,10	34,40	194,00	13,66
Кура, запеченная в соусе молочном	100	11,80	14,60	12,30	243,00	44,75
Пюре картофельное	180	3,90	5,10	26,50	170,00	14,09
Отвар из плодов шиповника	200	0,20	1,80	15,80	68,00	8,45
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,40	95,00	2,60
Хлеб ржаной	40	1,80	0,48	15,60	80,00	2,88
Итого		55,86	63,95	180,00	1530,00	163,75



УТВЕРЖДАЮ

Директор

19.10.2022

МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Нарезка из свежих помидоров с маслом растительным</i>	60	0,70	3,10	2,30	41,00	5,41
<i>Гуляш из рыбы</i>	100	13,40	12,00	5,60	185,00	37,29
<i>Рис припущенный</i>	150	3,40	4,30	38,00	188,00	10,60
<i>Яблоко</i>	200	0,80	0,80	19,60	96,00	18,72
<i>Чай "Ягодка"</i>	200	0,08	0,03	9,60	41,00	4,26
<i>Хлеб пшеничный</i>	30	2,30	0,30	14,60	70,00	1,95
<i>Хлеб ржаной</i>	10	0,40	0,12	4,00	20,00	0,72
Итого		21,08	20,65	93,70	641,00	78,95

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

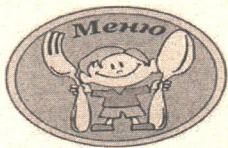
Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Нарезка из свежих помидоров с маслом растительным</i>	60	0,70	3,10	2,30	41,00	5,41
<i>Гуляш из рыбы</i>	100	13,40	12,00	5,60	185,00	37,29
<i>Рис припущенный</i>	180	4,30	5,20	45,70	229,00	12,65
<i>Яблоко</i>	200	0,80	0,80	19,60	96,00	18,72
<i>Чай "Ягодка"</i>	200	0,08	0,03	9,60	41,00	4,26
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	3,16	0,40	19,40	95,00	2,60
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,90	0,24	7,80	40,00	1,44
Итого		23,34	21,77	110,00	727,00	82,37

МЕНЮ для учащихся с ОВЗ с 1 по 4 класс

Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Бутерброд с повидлом</i>	30//10	2,4	0,31	21,00	96	4,06
<i>Пудинг из творога со сгущенным молоком</i>	210//10	22,6	20	44	408	92,06
<i>Йогурт молочный 2,5% жирности</i>	180	5,90	3,60	9,20	155,52	36,36
<i>Чай с лимоном</i>	200//5	0,01	0,00	11,10	45,00	2,82
<i>Нарезка из свежих помидоров с маслом растительным</i>	60	0,70	3,10	2,30	41,00	5,41
<i>Суп из овощей с мясом</i>	200//15	5,70	7,50	15,40	123,00	22,99
<i>Гуляш из рыбы</i>	100	13,40	12,00	5,60	185,00	37,29
<i>Рис припущенный</i>	150	3,40	4,30	38,00	188,00	10,60
<i>Яблоко</i>	200	0,80	0,80	19,60	96,00	18,72
<i>Компот из изюма</i>	200	0,46	0,10	24,00	96,00	4,10
<i>Хлеб пшеничный</i>	30	2,30	0,30	14,60	70,00	1,95
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,90	0,24	7,80	40,00	1,44
Итого		58,57	52,25	212,6	1543,52	237,80

МЕНЮ для учащихся с ОВЗ с 5 по 11 класс

Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Бутерброд с повидлом</i>	30//10	2,4	0,31	21	96	4,06
<i>Пудинг из творога со сгущенным молоком</i>	210//20	23,4	0	11,1	441	94,82
<i>Йогурт молочный 2,5% жирности</i>	180	5,9	3,6	9,2	155,52	36,36
<i>Чай с лимоном</i>	200//5	0,01	0	11,1	45	2,82
<i>Нарезка из свежих помидоров с маслом растительным</i>	100	1,80	5,10	4,30	69,00	9,00
<i>Суп из овощей с мясом</i>	250//20	4,60	7,30	19,30	159,00	29,98
<i>Гуляш из рыбы</i>	100	13,40	12,00	5,60	185,00	37,29
<i>Рис припущенный</i>	180	4,30	5,20	45,70	229,00	12,65
<i>Яблоко</i>	200	0,80	0,80	19,60	96,00	18,72
<i>Компот из изюма</i>	200	0,08	0,03	9,60	41,00	4,10
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	3,16	0,40	19,40	95,00	2,60
<i>Хлеб ржаной</i>	40	1,80	0,48	15,60	80,00	2,88
Итого		61,65	35,22	191,50	1691,52	255,28



МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Огурцы консервированные</i>	30	0,24	0,03	0,51	5	10,40
<i>Фрикадельки из кур</i>	100/5	16,10	18,80	8,80	251,00	41,45
<i>Гречка отварная</i>	150	5,50	4,60	32,00	190,00	13,40
<i>Кисель из свежих ягод</i>	200	0,19	0,07	23,70	97,00	10,27
<i>Хлеб пшеничный</i>	30	2,30	0,30	14,60	70,00	1,95
<i>Хлеб ржаной</i>	10	0,40	0,12	4,00	20,00	0,72
Итого		24,73	23,92	83,61	633,00	78,19

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

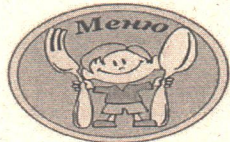
Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Огурцы консервированные</i>	30	0,24	0,03	0,51	5,00	10,40
<i>Фрикадельки из кур</i>	100/5	16,10	18,80	8,80	251,00	41,45
<i>Гречка отварная</i>	180	6,80	5,60	37,80	230,00	16,23
<i>Кисель из свежих ягод</i>	200	0,19	0,07	23,70	97,00	10,27
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	3,16	0,40	19,40	95,00	2,60
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,90	0,24	7,80	40,00	1,44
Итого		27,39	25,14	98,01	718,00	82,39

МЕНЮ для учащихся с ОВЗ с 1 по 4 класс

Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Бутерброд с сыром</i>	30/20	6,55	5,6	17,15	141	20,63
<i>Каша жидкая 5 злаков</i>	200/5	6,9	8,1	30,3	230	17,68
<i>Напиток из цикория</i>	200	2,90	3,20	15,00	100,00	11,62
<i>Яблоко</i>	200	0,80	0,80	19,60	96,00	18,72
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	1,58	0,20	9,70	48,00	1,30
<i>Хлеб ржаной</i>	10	0,40	0,12	4,00	20,00	0,72
<i>Огурцы консервированные</i>	60	0,80	0,10	1,70	8,00	20,80
<i>Борщ из свежей капусты с картофелем с мясом со сметаной</i>	200/10/5	3,90	5,80	10,30	124,00	15,94
<i>Фрикадельки из кур</i>	100/5	16,10	18,80	8,80	251,00	41,45
<i>Гречка отварная</i>	150	5,50	4,60	32,00	190,00	13,40
<i>Кисель из свежих ягод</i>	200	0,19	0,07	23,70	97,00	10,27
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	3,16	0,40	19,40	95,00	2,60
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,90	0,24	7,80	40,00	1,44
Итого		49,68	48,03	199,45	1440	176,57

МЕНЮ для учащихся с ОВЗ с 5 по 11 класс

Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Бутерброд с сыром</i>	30/20	6,55	5,6	17,15	141	20,63
<i>Каша жидкая 5 злаков</i>	220/5	7,6	10,3	33,8	250	19,02
<i>Напиток из цикория</i>	200	2,9	3,2	15	100	11,62
<i>Яблоко</i>	200	0,80	0,80	19,60	96,00	18,72
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	3,16	0,40	19,40	95,00	2,60
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,90	0,24	7,80	40,00	1,44
<i>Огурцы консервированные</i>	100	0,8	0,1	1,7	15	34,74
<i>Борщ из свежей капусты с картофелем с мясом со сметаной</i>	250/10/5	2,40	5,30	12,90	133,00	16,93
<i>Фрикадельки из кур</i>	100/5	16,10	18,80	8,80	251,00	41,45
<i>Гречка отварная</i>	180	6,80	5,60	37,80	230,00	16,23
<i>Кисель из свежих ягод</i>	200	0,19	0,07	23,70	97,00	10,27
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	3,16	0,40	19,40	95,00	2,60
<i>Хлеб ржаной</i>	40	1,80	0,48	15,60	80,00	2,88
Итого		53,16	51,29	232,65	1623,00	199,13



МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Свекла отварная с огурцом	60	0,70	3,10	10,90	45,00	7,95
Гуляш	90	10,30	13,80	5,20	192,00	44,86
Пюре картофельное	180	3,90	5,10	26,50	170,00	14,09
Компот из кураги	200	0,90	0,06	23,00	85,00	15,39
Хлеб пшеничный	30	2,30	0,30	14,60	70,00	1,95
Хлеб ржаной	10	0,40	0,12	4,00	20,00	0,72
Итого		18,50	22,48	84,20	582,00	84,96

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Свекла отварная с огурцом	60	0,70	3,10	10,90	45,00	7,95
Гуляш	100	11,60	15,40	5,70	215,00	49,91
Пюре картофельное	180	3,90	5,10	26,50	170,00	14,09
Компот из кураги	200	0,90	0,06	23,00	85,00	15,39
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,40	95,00	2,60
Хлеб ржаной	20	0,90	0,24	7,80	40,00	1,44
Итого		21,16	24,30	93,30	650,00	91,38

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 и повидлом	30/5/10	1,40	3,87	22,83	161,0	13,14
Каша "Дружба" с маслом	200/5	6,3	8,5	35	207	16,65
Йогурт молочный 2,5% жирности	180	5,90	3,60	9,20	155,52	36,36
Чай с молоком	200	1,4	1,60	9,30	57	4,88
Хлеб ржаной	10	0,40	0,12	4,00	20,00	0,72
Свекла отварная с огурцом	60	0,70	3,10	10,90	45,00	7,95
Щи из свежей капусты с картофелем с курой со сметаной	200/15/5	4,80	8,70	7,30	114,00	17,54
Гуляш	90	11,60	15,40	5,70	215,00	44,86
Пюре картофельное	180	3,90	5,10	26,50	170,00	14,09
Компот из кураги	200	0,90	0,06	23,00	85,00	15,39
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,40	95,00	2,60
Хлеб ржаной	40	1,80	0,48	15,60	80,00	2,88
Итого		42,26	50,93	188,73	1404,52	177,06

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 и повидлом	30/5/10	1,4	3,87	22,83	161	13,14
Каша "Дружба" с маслом	220/5	6,70	8,90	39,00	237,00	17,94
Йогурт молочный 2,5% жирности	180	5,9	3,6	9,2	155,52	36,36
Чай с молоком	200	1,4	1,6	9,3	57	4,88
Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,70	48,00	1,48
Хлеб ржаной	20	0,90	0,24	7,80	40,00	1,34
Свекла отварная с огурцом	100	1,20	5,20	18,20	76,00	13,26
Щи из свежей капусты с картофелем с курой со сметаной	250/20/5	7,2	10,2	12,1	154	22,18
Гуляш	100	11,60	15,40	5,70	215,00	49,91
Пюре картофельное	180	3,90	5,10	26,50	170,00	14,09
Компот из кураги	200	0,90	0,06	23,00	85,00	15,39
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,40	95,00	2,60
Хлеб ржаной	40	1,80	0,48	15,60	80,00	2,88
Итого		47,64	55,25	218,33	1573,52	195,45