



УТВЕРЖДАЮ

Директор

23.11.2022

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	7,42
<i>Гуляш из рыбы</i>	100	13,40	12,00	5,60	185,00	33,79
<i>Рис припущенный</i>	150	3,40	4,30	38,00	188,00	10,90
<i>Яблоко</i>	180	0,72	0,72	17,64	86,40	17,55
<i>Чай "Ягодка"</i>	200	0,08	0,03	9,60	41,00	5,03
<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	0,93
Итого		21,00	20,57	91,74	631,40	77,57

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	7,42
<i>Гуляш из рыбы</i>	100	13,40	12,00	5,60	185,00	33,79
<i>Рис припущенный</i>	180	4,30	5,20	45,70	229,00	13,01
<i>Яблоко</i>	180	0,72	0,72	17,64	86,40	17,55
<i>Чай "Ягодка"</i>	200	0,08	0,03	9,60	41,00	5,03
<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	1,87
Итого		23,26	21,69	108,04	717,40	81,27

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	105,17
<i>Йогурт молочный 2,5% жирности</i>	125	4,10	2,50	6,40	108,00	18,96
<i>Чай с лимоном</i>	200//5	0,01	0,00	11,10	45,00	2,63
<i>Нарезка из свежих помидоров с маслом растительным</i>	60	0,70	3,10	2,30	41,00	7,42
<i>Суп из овощей с мясом</i>	200//15	5,70	7,50	15,40	123,00	22,34
<i>Гуляш из рыбы</i>	100	13,40	12,00	5,60	185,00	33,79
<i>Рис припущенный</i>	150	3,40	4,30	38,00	188,00	10,90
<i>Яблоко</i>	180	0,72	0,72	17,64	86,40	17,55
<i>Компот из изюма</i>	200	0,46	0,10	24,00	96,00	5,70
<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	1,87
Итого		56,69	51,07	207,84	1486,4	232,34

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	107,93
<i>Йогурт молочный 2,5% жирности</i>	125	4,1	2,5	6,4	108	18,96
<i>Чай с лимоном</i>	200//5	0,01	0	11,1	45	2,63
<i>Нарезка из свежих помидоров с маслом растительным</i>	100	1,80	5,10	4,30	69,00	12,33
<i>Суп из овощей с мясом</i>	250//20	4,60	7,30	19,30	159,00	29,15
<i>Гуляш из рыбы</i>	100	13,40	12,00	5,60	185,00	33,79
<i>Рис припущенный</i>	180	4,30	5,20	45,70	229,00	13,01
<i>Яблоко</i>	180	0,72	0,72	17,64	86,40	17,55
<i>Компот из изюма</i>	200	0,08	0,03	9,60	41,00	5,70
<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	3,73
Итого		59,77	34,04	186,74	1634,40	251,44