



УТВЕРЖДАЮ

Директор

12.12.2022

**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		10,58
<i>Плов из мяса птицы</i>	230	17,50	18,00	63,00	430,00	39,64
<i>Компот из сухофруктов</i>	200	0,05	0,10	24,00	103	5,30
<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	0,91
Итого		20,49	18,55	106,11	628,00	58,38

**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	10,58
<i>Плов из мяса птицы</i>	230	17,50	18,00	63,00	430,00	39,64
<i>Компот из сухофруктов</i>	200	0,05	0,10	24,00	103,00	5,30
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	3,16	0,40	19,40	95,00	2,60
<i>Хлеб ржаной</i>	20	1,40	0,24	7,80	40,00	1,82
Итого		22,35	18,77	114,71	673,00	59,94

**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 маслом</i>	30/10	2,36	7,49	14,60	136	11,61
<i>Омлет натуральный с овощами на поджаривание</i>	180	14,8	16,3	6,3	250	37,73
<i>Йогурт молочный 2,5% жирности</i>	125	4,10	2,50	6,40	108,00	20,51
<i>Чай с сахаром</i>	200	0,00	0,00	8,90	36,00	1,55
<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	0,91
<i>Огурцы консервированные</i>	60	0,80	0,10	1,70	8,00	21,15
<i>Щи из свежей капусты с картофелем с курой со сметаной</i>	200//15/5	4,80	8,70	7,30	114,00	17,78
<i>Плов из мяса птицы</i>	230	17,50	18,00	63,00	430,00	39,64
<i>Компот из сухофруктов</i>	200	0,05	0,10	24,00	103,00	5,30
<i>Хлеб пшеничный</i>	30	2,30	0,30	14,60	70,00	1,95
<i>Хлеб ржаной</i>	20	1,40	0,24	7,80	40,00	1,82
Итого		50,09	54,05	168,3	1363	161,25

**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 маслом</i>	30/10	2,36	7,49	14,6	136	11,61
<i>Омлет натуральный с овощами на поджаривание</i>	200	16,8	17,8	8,1	288	41,94
<i>Йогурт молочный 2,5% жирности</i>	125	4,1	2,5	6,4	108	20,51
<i>Чай с сахаром</i>	200	0	0	8,9	36	1,55
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	3,16	0,4	19,4	95	2,60
<i>Хлеб ржаной</i>	20	1,4	0,24	7,8	40	1,82
<i>Огурцы консервированные</i>	100	0,8	0,1	1,7	15	35,32
<i>Щи из свежей капусты с картофелем с курой со сметаной</i>	250//20/5	7,2	10,2	12,1	154	22,47
<i>Плов из мяса птицы</i>	230	17,50	18,00	63,00	430,00	39,64
<i>Компот из сухофруктов</i>	200	0,05	0,10	24,00	103,00	5,30
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	3,16	0,40	19,40	95,00	2,60
<i>Хлеб ржаной</i>	60	2,70	0,72	23,40	120,00	5,46
Итого		59,23	57,95	208,80	1620,00	190,82



**МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс**

Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Капуста белокочанная с маслом</i>	40	0,7	2,2	1,8	30	1,64
<i>Котлета из рыбы</i>	100	17,30	17,90	8,78	272,00	51,66
<i>Пюре картофельное</i>	180	3,90	5,10	26,50	170,00	12,94
<i>Чай с сахаром "Ягодка"</i>	200	0,08	0,03	9,60	41	4,30
<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	0,91
<b>Итого</b>		<b>24,68</b>	<b>25,65</b>	<b>65,28</b>	<b>603,00</b>	<b>73,40</b>

**МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс**

Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Капуста белокочанная с маслом</i>	40	0,7	2,2	1,8	30	1,64
<i>Котлета из рыбы</i>	100	17,30	17,90	8,98	272,00	51,66
<i>Пюре картофельное</i>	180	3,90	5,10	26,50	170,00	12,94
<i>Чай с сахаром "Ягодка"</i>	200	0,08	0,03	9,60	41	4,30
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	3,16	0,40	19,40	95,00	2,60
<i>Хлеб ржаной</i>	20	1,40	0,24	7,80	40,00	1,82
<b>Итого</b>		<b>26,54</b>	<b>25,87</b>	<b>74,08</b>	<b>648,00</b>	<b>74,96</b>

**МЕНЮ для учащихся с ОБЗ 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	105,57
<i>Яблоко</i>	150	0,60	0,60	14,70	70,50	15,41
<i>Чай с сахаром "Ягодка"</i>	200	0,08	0,03	9,60	41,00	4,30
<i>Капуста белокочанная с маслом</i>	60	0,90	3,60	2,80	42,00	2,46
<i>Рассольник "Ленинградский с мясом со сметаной"</i>	200//10/5	3,10	6,60	21,10	148,00	19,79
<i>Котлета из рыбы</i>	100	17,30	17,90	8,78	272,00	51,66
<i>Пюре картофельное</i>	180	3,90	5,10	26,50	170,00	12,94
<i>Компот из ягод замороженных</i>	200	0,15	0,12	20,00	85,00	11,94
<i>Хлеб пшеничный</i>	30	2,30	0,30	14,60	70,00	1,95
<i>Хлеб ржаной</i>	20	1,40	0,24	7,80	40,00	1,82
<b>Итого</b>		<b>54,73</b>	<b>54,8</b>	<b>190,88</b>	<b>1442,5</b>	<b>231,90</b>

**МЕНЮ для учащихся с ОБЗ 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	20	44	441	108,33
<i>Яблоко</i>	150	0,6	0,6	14,7	70,5	15,41
<i>Чай с сахаром "Ягодка"</i>	200	0,08	0,03	9,6	41	4,30
<i>Хлеб ржаной</i>	20	1,4	0,24	7,8	40	1,82
<i>Капуста белокочанная с маслом</i>	100	1,60	5,09	4,70	70,00	4,12
<i>Рассольник "Ленинградский с мясом со сметаной"</i>	250//10/5	2,60	6,40	27,50	173,00	22,24
<i>Котлета из рыбы</i>	100	17,30	17,90	8,98	272,00	51,66
<i>Пюре картофельное</i>	180	3,90	5,10	26,50	170,00	12,94
<i>Компот из ягод замороженных</i>	200	0,15	0,12	20,00	85,00	11,94
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	3,16	0,40	19,40	95,00	2,60
<i>Хлеб ржаной</i>	60	2,70	0,72	23,40	120,00	5,46
<b>Итого</b>		<b>59,29</b>	<b>56,91</b>	<b>227,58</b>	<b>1673,50</b>	<b>244,88</b>



**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	8,42
<i>Гречка по-купечески с мясом</i>	250	19,40	24,50	51,50	378,00	64,62
<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>	10	0,40	0,12	4,00	20,00	0,91
Итого		23,26	28,12	96,40	605,00	81,60

**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	8,42
<i>Гречка по-купечески с мясом</i>	250	19,40	24,50	51,50	378	64,62
<i>Компот из изюма</i>	200	0,46	0,10	24,00	96,00	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	3,64
Итого		25,52	28,58	112,80	690,00	84,98

**МЕНЮ для учащихся с ОБЗ с 1 по 4 класс**

Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Бутерброд с маслом и повидлом</i>	30//10/10	1,4	3,87	22,83	128	13,74
<i>Суп молочный с макаронными изделиями</i>	200	7,1	7,8	26	190	15,91
<i>Йогурт молочный 2,5% жирности</i>	125	4,10	2,50	6,40	108,00	20,51
<i>Напиток из цикория</i>	200	2,90	3,20	15,00	100,00	10,34
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	1,58	0,20	9,70	48,00	1,30
<i>Нарезка из свежих помидоров с маслом растительным</i>	60	0,70	3,10	2,30	41,00	8,42
<i>Суп картофельный с рыбными фрикадельками</i>	200/50	6,80	5,50	16,90	160,00	41,01
<i>Гречка по-купечески с мясом</i>	250	19,40	24,50	51,50	378,00	64,62
<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>	60	3,60	0,92	30,03	120,00	5,46
Итого		50,34	51,99	219,26	1439	188,96

**МЕНЮ для учащихся с ОБЗ с 5 по 11 класс**

Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Бутерброд с маслом и повидлом</i>	30//10/10	1,4	3,87	22,83	128	13,74
<i>Суп молочный с макаронными изделиями</i>	250	8,9	9,8	31	236	19,76
<i>Йогурт молочный 2,5% жирности</i>	125	4,10	2,50	6,40	108,00	20,51
<i>Напиток из цикория</i>	200	2,9	3,2	15	100	10,34
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	1,58	0,2	9,7	48	1,30
<i>Нарезка из свежих помидоров с маслом растительным</i>	100	1,80	5,10	4,30	69,00	13,99
<i>Суп картофельный с рыбными фрикадельками</i>	250//50	7,80	7,50	18,90	195,00	42,98
<i>Гречка по-купечески с мясом</i>	250	19,40	24,50	51,50	378,00	64,62
<i>Компот из изюма</i>	200	0,46	0,10	24,00	96,00	5,70
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	3,16	0,40	19,40	95,00	2,60
<i>Хлеб ржаной</i>	60	3,60	0,92	30,03	120,00	5,46
Итого		55,10	58,09	233,06	1573,00	201,00



**МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс**

Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Зеленый горошек с луком</i>	30	0,80	1,60	1,70	25,00	6,15
<i>Бефстроганов</i>	90	11,90	14,10	17,50	284,00	52,78
<i>Рис припущенный</i>	150	3,40	4,30	38,00	188,00	11,20
<i>Чай с лимоном</i>	200/5	0,01	0,00	11,10	45,00	2,65
<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	0,91
Итого		18,81	20,42	86,90	632,00	75,64

**МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс**

Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Зеленый горошек с луком</i>	40	1,00	2,10	2,20	33,00	8,20
<i>Бефстроганов</i>	100	14,20	16,10	19,80	318,00	58,73
<i>Рис припущенный</i>	180	4,30	5,20	45,70	229,00	13,37
<i>Чай с лимоном</i>	200/5	0,01	0,00	11,10	45,00	2,65
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	3,16	0,40	19,40	95,00	2,60
<i>Хлеб ржаной</i>	20	1,40	0,24	7,80	40,00	1,82
Итого		24,07	24,04	106,00	760,00	87,37

**МЕНЮ для учащихся с ОБЗ 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	18,17
<i>Каша жидкая кукурузная с маслом</i>	200/5	6,1	8,4	31	222	16,60
<i>Яблоко</i>	150	0,60	0,60	14,70	70,50	15,41
<i>Кофейный напиток</i>	200	3,80	4,10	16,00	114,00	11,98
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	1,58	0,20	9,70	48,00	1,30
<i>Зеленый горошек с луком</i>	60	1,70	0,30	3,80	50,00	12,30
<i>Суп картофельный с мясными фрикадельками</i>	200/35	7,5	6,2	15,9	137	23,15
<i>Бефстроганов</i>	90	11,90	14,10	17,50	284,00	52,78
<i>Рис припущенный</i>	150	3,40	4,30	38,00	188,00	11,20
<i>Кисель из сока</i>	200	0,30	0,00	29,00	110,00	9,86
<i>Хлеб пшеничный</i>	30	3,16	0,40	19,40	95,00	1,95
<i>Хлеб ржаной</i>	10	1,40	0,24	7,80	40,00	0,91
Итого		47,99	44,44	219,95	1499,5	175,61

**МЕНЮ для учащихся с ОБЗ 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	18,17
<i>Каша жидкая кукурузная с маслом</i>	220/5	7	8,8	35	244	17,82
<i>Яблоко</i>	150	0,60	0,60	14,70	70,50	15,41
<i>Кофейный напиток</i>	200	3,8	4,1	16	114	11,98
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	3,16	0,40	19,40	95,00	2,60
<i>Зеленый горошек с луком</i>	100	2,80	5,20	6,30	75,00	20,50
<i>Суп картофельный с мясными фрикадельками</i>	250/35	8,00	7,90	17,40	140,00	24,18
<i>Бефстроганов</i>	100	14,20	16,10	19,80	318,00	58,73
<i>Рис припущенный</i>	180	4,30	5,20	45,70	229,00	13,37
<i>Кисель из сока</i>	200/5	0,01	0,00	11,10	45,00	9,86
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	3,16	0,40	19,40	95,00	2,60
<i>Хлеб ржаной</i>	20	1,40	0,24	7,80	40,00	1,82
Итого		54,98	54,54	229,75	1606,50	197,04



**МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс**

Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Огурцы консервированные с луком</i>	30	0,30	0,15	0,65	18,00	10,91
<i>Рагу овощное с мясом</i>	250	18,50	22,05	29,60	352,00	60,84
<i>Компот из сухофруктов</i>	200	0,05	0,10	24,00	103,00	5,30
<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	0,91
Итого		21,55	22,72	72,85	563,00	79,91

**МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс**

Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Огурцы консервированные с луком</i>	40	0,4	2	0,9	24	14,58
<i>Рагу овощное с мясом</i>	250	18,50	22,05	29,60	352,00	60,84
<i>Компот из сухофруктов</i>	200	0,05	0,10	24,00	103,00	5,30
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	3,16	0,40	19,40	95,00	2,60
<i>Хлеб ржаной</i>	20	1,40	0,24	7,80	40,00	1,82
Итого		23,51	24,79	81,70	614,00	85,14

**МЕНЮ для учащихся с ОБЗ с 1 по 4 класс**

Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Бутерброд с маслом</i>	30//10	2,36	7,49	14,60	136	11,61
<i>Каша вязкая манная</i>	200//5	7,2	8,5	34,8	247	17,21
<i>Чай с молоком</i>	200	1,4	1,60	9,30	57	4,67
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	1,58	0,20	9,70	48,00	1,30
<i>Хлеб ржаной</i>	20	1,40	0,24	7,80	40,00	1,82
<i>Огурцы консервированные с луком</i>	60	0,50	3,10	1,30	36,00	19,71
<i>Суп гороховый с гренками с мясом</i>	200//10/10	4,8	6,8	25,9	152	20,07
<i>Рагу овощное с мясом</i>	250	18,50	22,05	29,60	352,00	60,84
<i>Компот из сухофруктов</i>	200	0,05	0,10	24,00	103,00	5,30
<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	3,64
Итого		42,75	50,96	192	1346	148,77

**МЕНЮ для учащихся с ОБЗ с 5 по 11 класс**

Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Бутерброд с маслом</i>	30//10	2,36	7,49	14,6	136	11,61
<i>Каша вязкая манная</i>	220//5	8,1	9	38,2	270	18,40
<i>Чай с молоком</i>	200	1,4	1,6	9,3	57	4,67
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	3,16	0,40	19,40	95,00	2,60
<i>Хлеб ржаной</i>	20	1,4	0,24	7,8	40	1,82
<i>Огурцы консервированные с луком</i>	100	0,80	5,10	2,20	60,00	32,85
<i>Суп гороховый с гренками с мясом</i>	250//10/10	6,40	8,20	30,40	221,00	22,40
<i>Рагу овощное с мясом</i>	250	18,50	22,05	29,60	352,00	60,84
<i>Компот из сухофруктов</i>	200	0,05	0,10	24,00	103,00	5,30
<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	3,64
Итого		47,13	55,06	210,50	1509,00	166,73