

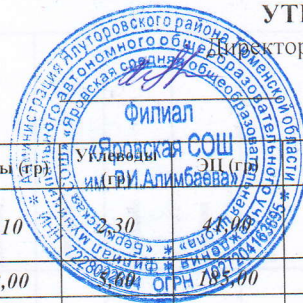


УТВЕРЖДАЮ

Директор

21.12.2022

МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс



Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Нарезка из свежих помидоров с маслом растительным	60	0,70	3,10	2,30	41,00	8,41
Гуляш из рыбы	100	13,40	12,00	5,60	185,00	43,44
Рис припущенный	150	3,40	4,30	38,00	188,00	11,20
Яблоко	150	0,60	0,60	14,70	72,00	16,58
Чай "Ягодка"	200	0,08	0,03	9,60	41,00	4,32
Хлеб пшеничный	30	2,30	0,30	14,60	70,00	1,95
Хлеб ржаной	10	0,40	0,12	4,00	20,00	0,91
Итого		20,88	20,45	88,80	617,00	86,81

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Нарезка из свежих помидоров с маслом растительным	60	0,70	3,10	2,30	41,00	8,41
Гуляш из рыбы	100	13,40	12,00	5,60	185,00	43,44
Рис припущенный	180	4,30	5,20	45,70	229,00	13,37
Яблоко	150	0,60	0,60	14,70	72,00	16,58
Чай "Ягодка"	200	0,08	0,03	9,60	41,00	4,32
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,40	95,00	2,60
Хлеб ржаной	20	0,90	0,24	7,80	40,00	1,82
Итого		23,14	21,57	105,10	703,00	90,54

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	30//10	2,4	0,31	21,00	96	4,06
Пудинг из творога со сгущенным молоком	210//10	22,6	20	44	408	105,39
Йогурт молочный 2,5% жирности	125	4,10	2,50	6,40	108,00	20,51
Чай с лимоном	200//5	0,01	0,00	11,10	45,00	2,67
Нарезка из свежих помидоров с маслом растительным	60	0,70	3,10	2,30	41,00	8,41
Суп из овощей с мясом	200//15	5,70	7,50	15,40	123,00	22,92
Гуляш из рыбы	100	13,40	12,00	5,60	185,00	43,44
Рис припущенный	150	3,40	4,30	38,00	188,00	11,20
Яблоко	150	0,60	0,60	14,70	72,00	16,58
Компот из изюма	200	0,46	0,10	24,00	96,00	5,70
Хлеб пшеничный	30	2,30	0,30	14,60	70,00	1,95
Хлеб ржаной	20	0,90	0,24	7,80	40,00	1,82
Итого		56,57	50,95	204,9	1472	244,65

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	30//10	2,4	0,31	21	96	4,06
Пудинг из творога со сгущенным молоком	210//20	23,4	0	11,1	441	108,13
Йогурт молочный 2,5% жирности	125	4,1	2,5	6,4	108	20,51
Чай с лимоном	200//5	0,01	0	11,1	45	2,67
Нарезка из свежих помидоров с маслом растительным	100	1,80	5,10	4,30	69,00	13,98
Суп из овощей с мясом	250//20	4,60	7,30	19,30	159,00	29,88
Гуляш из рыбы	100	13,40	12,00	5,60	185,00	43,44
Рис припущенный	180	4,30	5,20	45,70	229,00	13,37
Яблоко	150	0,60	0,60	14,70	72,00	16,58
Компот из изюма	200	0,08	0,03	9,60	41,00	5,70
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,40	95,00	2,60
Хлеб ржаной	40	1,80	0,48	15,60	80,00	3,64
Итого		59,65	33,92	183,80	1620,00	264,56