



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
<i>Нарезка из свежих помидоров с маслом растительным</i>	60	0,70	3,10	2,30	41,00	8,41
<i>Гуляш из рыбы</i>	100	13,40	12,00	5,60	185,00	43,44
<i>Рис припущенный</i>	150	3,40	4,30	38,00	188,00	11,20
<i>Яблоко</i>	150	0,60	0,60	14,70	72,00	16,58
<i>Чай "Ягодка"</i>	200	0,08	0,03	9,60	41,00	4,32
<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		20,88	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
<i>Нарезка из свежих помидоров с маслом растительным</i>	60	0,70	3,10	2,30	41,00	8,41
<i>Гуляш из рыбы</i>	100	13,40	12,00	5,60	185,00	43,44
<i>Рис припущенный</i>	180	4,30	5,20	45,70	229,00	13,37
<i>Яблоко</i>	150	0,60	0,60	14,70	72,00	16,58
<i>Чай "Ягодка"</i>	200	0,08	0,03	9,60	41,00	4,32
<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	1,82
Итого		23,14	21,57	105,10	703,00	90,54

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	105,39
<i>Йогурт молочный 2,5% жирности</i>	125	4,10	2,50	6,40	108,00	20,51
<i>Чай с лимоном</i>	200//5	0,01	0,00	11,10	45,00	2,67
<i>Нарезка из свежих помидоров с маслом растительным</i>	60	0,70	3,10	2,30	41,00	8,41
<i>Суп из овощей с мясом</i>	200//15	5,70	7,50	15,40	123,00	22,92
<i>Гуляш из рыбы</i>	100	13,40	12,00	5,60	185,00	43,44
<i>Рис припущенный</i>	150	3,40	4,30	38,00	188,00	11,20
<i>Яблоко</i>	150	0,60	0,60	14,70	72,00	16,58
<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	1,82
Итого		56,57	50,95	204,9	1472	244,65

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	0	11,1	441	108,13
<i>Йогурт молочный 2,5% жирности</i>	125	4,1	2,5	6,4	108	20,51
<i>Чай с лимоном</i>	200//5	0,01	0	11,1	45	2,67
<i>Нарезка из свежих помидоров с маслом растительным</i>	100	1,80	5,10	4,30	69,00	13,98
<i>Суп из овощей с мясом</i>	250//20	4,60	7,30	19,30	159,00	29,88
<i>Гуляш из рыбы</i>	100	13,40	12,00	5,60	185,00	43,44
<i>Рис припущенный</i>	180	4,30	5,20	45,70	229,00	13,37
<i>Яблоко</i>	150	0,60	0,60	14,70	72,00	16,58
<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	3,64
Итого		59,65	33,92	183,80	1620,00	264,56