



УТВЕРЖДА

Директор

22.02.2022

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	10,43
<i>Гуляш из рыбы</i>	120	21	15,00	5,60	199	76,96
<i>Рис припущенный</i>	180	4,4	5,7	46,7	256	14,50
<i>Яблоко</i>	100	0,40	0,40	9,80	47,00	11,31
<i>Сок плодовый</i>	200	0,00	0,00	22,00	90	18,60
<i>Хлеб пшеничный</i>	30	2,30	0,30	14,60	70,00	1,88
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,80	0,24	7,80	40,00	1,86
Итого		29,60	24,74	108,80	743,00	135,54

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	10,43
<i>Гуляш из рыбы</i>	120	21	15,00	5,60	199	76,96
<i>Рис припущенный</i>	200	4,9	6,5	51,9	286	16,35
<i>Яблоко</i>	100	0,40	0,40	9,80	47,00	11,31
<i>Сок плодовый</i>	200	0,00	0,00	22,00	90	18,60
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	3,16	0,40	19,40	95,00	2,51
<i>Хлеб ржаной</i>	40	1,80	0,48	15,60	80,00	3,72
Итого		31,96	25,88	126,60	838,00	139,88

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	3,99
<i>Пудинг из творога со сгущенным молоком</i>	210//10	22,6	20	44	408	115,09
<i>Йогурт молочный 2,5% жирности</i>	180	5,90	3,60	9,20	155,52	30,60
<i>Чай с лимоном</i>	200//10	0,01	0,00	11,10	45,00	3,14
<i>Нарезка из свежих помидоров с маслом растительным</i>	60	0,70	3,10	2,30	41,00	10,43
<i>Суп из овощей с мясом</i>	200//15	5,70	7,50	15,40	123,00	23,85
<i>Гуляш из рыбы</i>	120	21,00	15,00	5,60	199,00	76,96
<i>Рис припущенный</i>	180	4,40	5,70	46,70	256,00	14,50
<i>Яблоко</i>	100	0,40	0,40	9,80	47,00	11,31
<i>Сок плодовый</i>	200	0,00	0,00	22,00	90	18,60
<i>Хлеб пшеничный</i>	30	2,30	0,30	14,60	70,00	1,88
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,90	0,24	7,80	40,00	1,86
Итого		66,31	56,15	209,5	1570,52	312,21

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	3,99
<i>Пудинг из творога со сгущенным молоком</i>	210//20	23,4	0	11,1	441	117,87
<i>Йогурт молочный 2,5% жирности</i>	180	5,9	3,6	9,2	155,52	30,60
<i>Чай с лимоном</i>	200//10	0,01	0	11,1	45	3,14
<i>Нарезка из свежих помидоров с маслом растительным</i>	100	1,80	5,10	4,30	69,00	17,33
<i>Суп из овощей с мясом</i>	250//20	4,60	7,30	19,30	159,00	30,79
<i>Гуляш из рыбы</i>	120	21,00	15,00	5,60	199,00	76,96
<i>Рис припущенный</i>	200	4,90	6,50	51,90	286,00	16,35
<i>Яблоко</i>	100	0,40	0,40	9,80	47,00	11,31
<i>Сок плодовый</i>	200	0,00	0,00	22,00	90	18,60
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	3,16	0,40	19,40	95,00	2,51
<i>Хлеб ржаной</i>	40	1,80	0,48	15,60	80,00	3,72
Итого		69,37	39,09	200,30	1762,52	333,17