

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	6,06
<i>Плов из мяса птицы</i>	230	17,50	18,00	42,30	366	42,11
<i>Какао с молоком</i>	200	3,1	3,4	20	101	11,69
<i>Хлеб пшеничный</i>	30	2,30	0,30	14,60	70,00	2,59
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,80	0,24	8,00	40,00	1,73
Итого		24,50	23,54	86,60	602,00	64,18

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

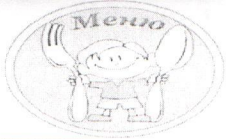
Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Зеленый горошек с луком</i>	40	1,00	2,10	2,20	33,00	8,08
<i>Плов из мяса птицы</i>	250	19,02	19,60	44,70	393	45,56
<i>Какао с молоком</i>	200	3,10	3,40	20,00	101,00	11,69
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	3,16	0,40	19,40	95,00	3,46
<i>Хлеб ржаной</i>	40	1,80	0,48	15,60	80,00	3,46
Итого		28,08	25,98	101,90	702,00	72,25

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 и сыром</i>	30//10/15	6,27	10,8	14,60	189	28,18
<i>Суп молочный с макаронными изделиями</i>	200	7,1	7,8	26	190	19,30
<i>Йогурт молочный 2,5% жирности</i>	180	5,90	3,60	9,20	155,00	30,60
<i>Какао с молоком</i>	200	3,1	3,4	20	101	11,69
<i>Зеленый горошек с луком</i>	60	1,70	3,00	3,80	50,00	12,12
<i>Рассольник "Ленинградский с мясом со сметаной"</i>	200//10/5	3,10	6,60	21,1	162	20,31
<i>Плов из мяса птицы</i>	230	17,50	18,00	42,30	366,00	42,11
<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	2,59
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,80	0,24	8,00	40,00	1,73
Итого		47,92	53,86	179,6	1408	180,57

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 и сыром</i>	30//10/15	6,27	10,8	14,6	189	28,18
<i>Суп молочный с макаронными изделиями</i>	250	8,9	9,8	31	236	23,69
<i>Йогурт молочный 2,5% жирности</i>	180	5,9	3,6	9,2	155	30,60
<i>Какао с молоком</i>	200	3,1	3,4	20	101	11,69
<i>Хлеб ржаной</i>	20	1,4	0,24	7,8	40	1,73
<i>Зеленый горошек с луком</i>	100	2,8	5,2	6,3	75	20,20
<i>Рассольник "Ленинградский с мясом со сметаной"</i>	250//10/5	2,60	6,40	27,5	185	22,91
<i>Плов из мяса птицы</i>	250	19,02	19,60	44,70	393,00	45,56
<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	3,46
<i>Хлеб ржаной</i>	40	1,80	0,48	15,60	80,00	3,46
Итого		55,10	60,04	216,10	1634,00	203,42



МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Кукуруза консервированная	30	0,69	0,1	4,3	17	11,50
Рагу овощное с мясом	250	18,50	22,05	29,60	352	62,95
Яблоко	100	0,4	0,40	9,8	47	11,31
Чай с сахаром "Ягодка"	200	0,08	0,03	9,60	41	5,77
Хлеб пшеничный	30	2,30	0,30	14,60	70,00	2,59
Хлеб ржаной	20	0,80	0,24	7,80	40,00	1,73
Итого		22,08	23,02	71,60	550,00	95,85

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

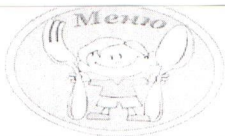
Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Кукуруза консервированная	30	0,69	0,1	4,3	17	11,50
Рагу овощное с мясом	250	18,50	22,05	29,60	352,00	62,95
Яблоко	100	0,4	0,40	9,8	47	11,31
Чай с сахаром "Ягодка"	200	0,08	0,03	9,60	41,00	5,77
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,40	95,00	3,46
Хлеб ржаной	40	2,80	0,48	15,60	80,00	3,46
Итого		24,94	23,36	84,00	615,00	98,45

МЕНЮ для учащихся с ОВЗ с 1 по 4 класс

Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Сыр порционный	20	4,64	5,84	0,00	73,00	20,42
Запеканка из творога со сгущенным молоком	180/20	20	16,1	42,3	396	108,50
Яблоко	100	0,4	0,40	9,8	47	11,31
Чай с сахаром "Ягодка"	200	0,08	0,03	9,60	41	5,77
Хлеб ржаной	20	1,40	0,24	7,80	40,00	1,73
Кукуруза консервированная	60	1,38	0,2	8,6	34	22,91
Суп гороховый с гренками с мясом	200/10/10	4,8	6,8	25,9	171	20,66
Рагу овощное с мясом	250	18,50	22,05	29,60	352,00	62,95
Компот из сухофруктов	200	0,05	0,10	24,00	103,00	5,30
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,40	95,00	2,59
Хлеб ржаной	20	1,40	0,24	7,80	40,00	1,73
Итого		55,81	52,4	184,8	1392	263,87

МЕНЮ для учащихся с ОВЗ с 5 по 11 класс

Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Сыр порционный	20	4,64	5,84	0	73	20,42
Запеканка из творога со сгущенным молоком	180/20	21,6	17	47	427	111,28
Яблоко	100	0,4	0,40	9,8	47	11,31
Чай с сахаром "Ягодка"	200	0,08	0,03	9,60	41	5,77
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,40	95,00	3,46
Кукуруза консервированная	100	2	0,32	10,6	54	38,18
Суп гороховый с гренками с мясом	250/10/10	6,4	8,2	30,4	228	23,45
Рагу овощное с мясом	250	18,50	22,05	29,60	352,00	62,95
Компот из сухофруктов	200	0,05	0,10	24,00	103,00	5,30
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,40	95,00	3,46
Хлеб ржаной	40	1,80	0,48	15,60	80,00	3,46
Итого		61,79	55,22	215,40	1595,00	289,04



УТВЕРЖДАЮ

Директор

01.03.2023

МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Икра из свеклы	60	1,10	3,10	6,00	57,00	3,29
Рыба, запеченная в сметанном соусе	100/20	19,1	9,6	9,80	204	105,96
Рис припущенный	180	4,4	5,7	46,7	256	14,50
Отвар из шиповника с яблоком	200	0,20	1,80	15,10	65,00	8,71
Хлеб пшеничный	30	2,30	0,30	14,60	70,00	2,59
Хлеб ржаной	20	0,80	0,24	8,00	40,00	1,73
Итого		27,90	20,74	100,20	692,00	136,78

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

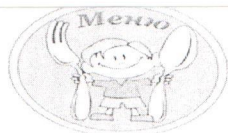
Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Икра из свеклы	60	1,10	3,10	6,00	57,00	3,29
Рыба, запеченная в сметанном соусе	100/20	19,1	9,6	9,80	204	105,96
Рис припущенный	200	4,9	6,5	51,9	266	16,35
Отвар из шиповника с яблоком	200	0,20	1,80	15,10	65,00	8,71
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,40	95,00	3,46
Хлеб ржаной	40	2,80	0,48	15,60	80,00	3,46
Итого		31,26	21,88	117,80	767,00	141,23

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	4,70
Каша жидкая кукурузная с маслом	200/8	6,10	8,40	31,00	240	20,25
Йогурт молочный 2,5% жирности	180	5,90	3,60	9,20	155,00	30,60
Кофейный напиток	200	3,80	4,10	16,00	114,00	12,24
Хлеб ржаной	20	0,90	0,24	7,80	40,00	1,73
Икра из свеклы	60	1,10	3,10	6,00	57,00	3,29
Суп-лапша домашняя с курицей	200/15	6	8,3	12,2	145	12,35
Рыба, запеченная в сметанном соусе	100/20	19,10	9,60	9,80	204,00	105,96
Рис припущенный	180	4,40	5,70	46,70	256,00	14,50
Отвар из шиповника с яблоком	200	0,20	1,80	15,10	65,00	8,71
Хлеб пшеничный	30	2,30	0,30	14,60	70,00	2,59
Хлеб ржаной	20	1,40	0,24	7,80	40,00	1,73
Итого		53,6	45,69	197,2	1482	218,65

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	4,70
Каша жидкая кукурузная с маслом	220/10	7,00	8,80	35,00	270	23,55
Йогурт молочный 2,5% жирности	180	5,9	3,6	9,2	155	30,60
Кофейный напиток	200	3,8	4,1	16	114	12,24
Хлеб ржаной	40	2,80	0,48	15,60	80,00	3,46
Икра из свеклы	100	1,90	5,30	10,10	96,00	5,46
Суп-лапша домашняя с курицей	250/20	7,6	10,6	18,5	149	18,35
Рыба, запеченная в сметанном соусе	100/20	19,10	9,60	9,80	204,00	105,96
Рис припущенный	200	4,90	6,50	51,90	266,00	16,35
Отвар из шиповника с яблоком	200	0,20	1,80	15,10	65,00	8,71
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,40	95,00	3,46
Хлеб ржаной	20	1,40	0,24	7,80	40,00	1,73
Итого		60,16	51,73	229,40	1630,00	234,57



УТВЕРЖДАЮ

Директор

02.03.2023

МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Огурцы консервированные с луком	30	0,30	0,15	0,65	18,00	11,07
Котлета по-домашнему п/ф с соусом томатным	100/30	15,60	2,2	17,1	236	70,14
Макаронны отварные	180	7,1	7,5	43,2	269	13,40
Компот из свежих яблок	200	0,35	0,18	13,4	57	7,30
Хлеб пшеничный	30	2,30	0,30	14,60	70,00	2,59
Хлеб ржаной	20	0,80	0,24	8,00	40,00	1,73
Итого		26,45	22,57	96,95	690,00	106,23

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

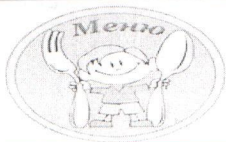
Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Огурцы консервированные с луком	40	0,4	2	0,9	24	14,79
Котлета по-домашнему п/ф с соусом томатным	125	15,60	14,20	17,10	236,00	70,14
Макаронны отварные	200	7,9	8,4	48	299	14,89
Компот из свежих яблок	200	0,35	0,18	13,40	57,00	7,30
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,40	95,00	3,46
Хлеб ржаной	20	0,80	0,24	8,00	40,00	1,73
Итого		28,21	25,42	106,80	751,00	112,31

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 маслом	30/10	2,36	7,49	14,60	136	12,87
Омлет натуральный с овощами на поджаривку	180	14,8	16,30	6,3	250	43,92
Яблоко	100	0,4	0,40	9,8	47	11,31
Напиток из цикория	200	2,90	3,20	15,00	100,00	11,84
Хлеб пшеничный	30	2,30	0,30	14,60	70,00	2,59
Огурцы консервированные с луком	60	0,50	3,10	1,30	36,00	20,03
Суп "Свекольник" с мясом со сметаной	200/10/5	1,20	7,40	12,60	120,00	16,80
Котлета по-домашнему п/ф с соусом томатным	100/30	15,60	14,20	17,10	236,00	70,14
Макаронны отварные	180	7,10	7,50	43,20	269,00	13,40
Компот из свежих яблок	200	0,35	0,18	13,40	57,00	7,30
Хлеб пшеничный	30	2,30	0,30	14,60	70,00	2,59
Хлеб ржаной	20	1,40	0,24	7,80	40,00	1,73
Итого		51,21	60,61	170,3	1431	214,52

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 маслом	30/10	2,36	7,49	14,6	136	12,87
Омлет натуральный с овощами на поджаривку	200	16,8	17,80	8,1	288	49,25
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	11,31
Напиток из цикория	200	2,9	3,2	15	100	11,84
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,4	95	3,46
Огурцы консервированные с луком	100	0,80	5,10	2,20	60,00	33,38
Суп "Свекольник" с мясом со сметаной	250/20/5	2,40	8,90	20,8	179	27,91
Котлета по-домашнему п/ф с соусом томатным	100	15,60	14,20	17,10	236,00	70,14
Макаронны отварные	200	7,90	8,40	48,00	299,00	14,89
Компот из свежих яблок	200	0,35	0,18	13,40	57,00	7,30
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,40	95,00	3,46
Хлеб ржаной	20	1,40	0,24	7,80	40,00	1,73
Итого		57,23	66,71	195,60	1632,00	247,54



МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Горошек консервированный	30	0,9	0,06	1,95	12	6,37
Курица, запеченная по - домашнему	100	23,0	10,0	5,1	204,0	65,23
Пюре картофельное	200	4,30	7,40	29	203	18,43
Кисель из сока	200	0,08	0	23,20	94	11,52
Хлеб пшеничный	30	2,30	0,30	14,60	70,00	2,59
Хлеб ржаной	20	0,80	0,24	8,00	40,00	1,73
Итого		31,38	18,00	81,85	623,00	105,87

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Горошек консервированный	30	0,9	0,06	1,95	12	6,37
Курица, запеченная по - домашнему	120	27,6	12,0	8,0	250,0	78,04
Пюре картофельное	200	4,30	7,40	29	203	18,43
Кисель из сока	200	0,08	0	23,20	94	11,52
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,40	95,00	3,46
Хлеб ржаной	40	2,80	0,48	15,60	80,00	3,46
Итого		38,84	20,34	97,15	734,00	121,28

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 маслом и повидлом	30//5/10	1,4	3,87	22,83	189,00	15,00
Каша пшеничная с маслом	200//8	7,10	8,60	33,00	241	20,38
Йогурт молочный 2,5% жирности	180	5,90	3,60	9,20	155,00	30,60
Чай с молоком	200	1,40	1,60	9,30	57,00	4,77
Хлеб ржаной	20	0,80	0,24	8,00	40,00	1,73
Горошек консервированный	60	1,8	0,1	3,9	24	12,60
Суп картофельный с мясными фрикадельками	200//35	7,5	6,2	15,9	137	20,99
Курица, запеченная по - домашнему	100	23,00	10,00	5,10	204,00	65,23
Пюре картофельное	200	4,30	7,40	29,00	203,00	18,43
Кисель из сока	200	0,08	0,00	23,20	94,00	11,52
Хлеб пшеничный	30	2,30	0,30	14,60	70,00	2,59
Хлеб ржаной	20	1,40	0,24	7,80	40,00	1,73
Итого		56,98	42,15	181,83	1454	205,57

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 маслом и повидлом	30//5/10	1,4	3,87	22,83	189	15,00
Каша пшеничная с маслом	220//10	7,40	10,10	35,10	274	23,56
Йогурт молочный 2,5% жирности	180	5,90	3,60	9,20	155,00	30,60
Чай с молоком	200	1,4	1,6	9,3	57	4,77
Хлеб ржаной	40	2,80	0,48	15,60	80,00	3,46
Горошек консервированный	100	3,10	0,20	6,50	40,00	21,00
Суп картофельный с мясными фрикадельками	250//35	8	7,9	17,4	140	22,40
Курица, запеченная по - домашнему	120	27,60	12,00	8,00	250,00	78,04
Пюре картофельное	200	4,30	7,40	29,00	203,00	18,43
Кисель из сока	200	0,08	0,00	23,20	94,00	11,52
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,40	95,00	3,46
Хлеб ржаной	40	1,80	0,48	15,60	80,00	3,46
Итого		66,94	48,03	211,13	1657,00	235,70