

**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	5	10,85
<i>Гуляш</i>	100	15,3	15,7	5,20	200	50,15
<i>Гречка отварная</i>	180	6,80	5,6	37,8	230	14,00
<i>Кошот 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	1,88
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,80	0,24	8,00	40,00	1,52
<b>Итого</b>		25,49	21,97	90,11	648,00	83,70

**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	10,85
<i>Гуляш</i>	120	18,4	18,8	6,20	240	60,18
<i>Гречка отварная</i>	200	7,56	6,2	42,0	255	15,77
<i>Кошот из сухофруктов</i>	200	0,05	0,10	24,00	103	5,30
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	3,16	0,40	19,40	95,00	2,50
<i>Хлеб ржаной</i>	40	1,80	0,48	15,60	80,00	3,03
<b>Итого</b>		31,21	26,01	107,71	778,00	97,63

**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 сыром</i>	30/20	6,55	5,6	17,50	141	22,29
<i>Каша вязкая пшеничная</i>	200/8	6,1	7,5	35	203	20,98
<i>Йогурт молочный 2,5% жирности</i>	180	5,90	3,60	9,20	155,00	36,36
<i>Напиток из цикория</i>	200	2,90	3,20	15,00	100,00	11,31
<i>Хлеб ржаной</i>	20	1,40	0,24	7,80	40,00	1,52
<i>Огурцы консервированные</i>	60	0,80	0,10	1,70	8,00	21,70
<i>Суп рыбный</i>	200/40	9,30	7,80	18,10	143,00	36,80
<i>Гуляш</i>	100	15,30	15,70	5,20	200,00	50,15
<i>Гречка отварная</i>	180	6,80	5,60	37,80	230,00	14,00
<i>Кошот 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	1,88
<i>Хлеб ржаной</i>	20	1,40	0,24	7,80	40,00	1,52
<b>Итого</b>		58,8	49,98	193,7	1433	223,81

**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 сыром</i>	30/20	6,55	5,6	17,5	141	22,29
<i>Каша вязкая пшеничная</i>	220/10	7,20	13,00	38,00	300	22,78
<i>Йогурт молочный 2,5% жирности</i>	180	5,90	3,60	9,20	155,00	36,36
<i>Напиток из цикория</i>	200	2,9	3,2	15	100	11,31
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	1,58	0,2	9,7	48	1,25
<i>Хлеб ржаной</i>	20	1,4	0,24	7,8	40	1,52
<i>Огурцы консервированные</i>	100	0,80	0,10	1,70	15,00	36,24
<i>Суп рыбный</i>	250/50	9,30	7,80	18,10	149,00	44,72
<i>Гуляш</i>	120	18,40	18,80	6,20	240,00	60,18
<i>Гречка отварная</i>	200	7,56	6,20	42,00	255,00	15,77
<i>Кошот 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	2,50
<i>Хлеб ржаной</i>	40	1,80	0,48	15,60	80,00	3,03
<b>Итого</b>		66,60	59,72	224,20	1721,00	263,25





УТВЕРЖДАЮ

Директор

07.02.2023

**МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс**

Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Поджарнировка из зеленого горошка с луком	30	0,80	1,60	1,70	23,00	6,63
Жаркое	250	18,08	19,70	45,00	356,00	57,62
Отвар из плодов шиповника	200	0,20	1,80	15,80	68,00	8,49
Яблоко	150	0,60	0,60	12,67	70,50	17,36
Хлеб пшеничный	30	2,30	0,30	14,60	70,00	1,88
Хлеб ржаной	20	0,80	0,24	8,00	40,00	1,52
Итого		22,78	24,24	97,77	629,50	93,50

**МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс**

Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Поджарнировка из зеленого горошка с луком	40	1,00	2,10	2,20	33,00	8,84
Жаркое	250	18,08	19,70	45,00	356,00	57,62
Отвар из плодов шиповника	200	0,20	1,80	15,80	68,00	8,49
Яблоко	150	0,60	0,60	12,67	70,50	17,36
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,40	95,00	2,50
Хлеб ржаной	40	1,80	0,48	15,60	80,00	3,03
Итого		24,84	25,08	110,67	702,50	97,84

**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	12,16
Суп молочный с крупой	250	6,90	10,00	25,7	224,0	17,80
Какао с молоком	200	4,10	3,80	21,40	131,00	13,27
Яблоко	150	0,60	0,60	12,67	70,50	17,36
Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,70	48,00	1,25
Хлеб ржаной	20	1,40	0,24	7,80	40,00	1,52
Поджарнировка из зеленого горошка с луком	60	1,70	3,00	3,80	50,00	13,26
Суп из овощей с мясом	200//15	5,70	7,50	15,40	123,00	23,75
Жаркое	250	18,08	19,70	45,00	356,00	57,62
Яблоко	150	0,60	0,60	12,67	70,50	17,36
Отвар из плодов шиповника	200	0,20	1,80	15,80	68,00	8,49
Хлеб пшеничный	30	2,30	0,30	14,60	70,00	1,88
Хлеб ржаной	20	1,40	0,24	7,80	40,00	1,52
Итого		46,92	55,47	206,94	1427	187,24

**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	12,16
Суп молочный с крупой	300	8,40	11,00	31,0	254,0	21,42
Какао с молоком	200	4,1	3,8	21,4	131	13,27
Яблоко	150	0,60	0,60	12,67	70,50	17,36
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,40	95,00	2,50
Хлеб ржаной	20	1,4	0,24	7,8	40	1,52
Поджарнировка из зеленого горошка с луком	100	2,80	5,20	6,30	75,00	22,11
Суп из овощей с мясом	250//20	4,60	7,30	19,30	159,00	30,67
Жаркое	250	18,08	19,70	45,00	356,00	57,62
Яблоко	150	0,60	0,60	12,67	70,50	17,36
Отвар из плодов шиповника	200	0,20	1,80	15,80	68,00	8,49
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,40	95,00	2,50
Хлеб ржаной	40	1,80	0,48	15,60	80,00	3,03
Итого		51,26	59,01	240,94	1630,00	210,01





УТВЕРЖДАЮ

Директор

08.02.2023

**МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс**

Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Бутерброд с повидлом	30//10	2,40	0,31	21,00	96,00	3,99
Пудинг из творога с молоком сгущенным	210//10	22,60	20,00	44,00	408,00	128,67
Йогурт молочный 2,5% жирности	180	5,90	3,60	9,20	155,00	36,36
Чай с лимоном	200//10	0,01	0,00	11,10	45,00	4,60
Итого		30,91	23,91	85,30	704,00	173,62

**МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс**

Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Бутерброд с повидлом	30//10	2,40	0,31	21,00	96,00	3,99
Пудинг из творога с молоком сгущенным	210//10	22,60	20,00	44,00	408,00	128,67
Йогурт молочный 2,5% жирности	180	5,90	3,60	9,20	155,00	36,36
Чай с лимоном	200//10	0,01	0,00	11,10	45,00	4,60
Итого		30,91	23,91	85,30	704,00	173,62

**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	3,99
Пудинг из творога с молоком сгущенным	210//10	22,6	20	44	408	128,67
Йогурт молочный 2,5% жирности	180	5,90	3,60	9,20	155,00	36,36
Чай с лимоном	200//10	0,01	0,00	11,10	45,00	4,60
Свекла отварная с огурцом	60	0,72	3,10	10,90	45,00	8,10
Суп "Свекольник" с мясом со сметаной	200//10/5	1,2	7,4	12,6	120	16,31
Рыба запеченная	120	30	15,00	5,60	241	87,76
Рис припущенный	180	4,4	5,7	46,7	256	14,77
Чай с сахаром	200	0,00	0,00	8,90	36,00	1,55
Хлеб пшеничный	30	2,30	0,30	14,60	70,00	1,88
Хлеб ржаной	20	0,80	0,24	8,00	40,00	1,52
Итого		70,33	55,65	192,6	1512	305,51

**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	3,99
Пудинг из творога с молоком сгущенным	210//20	23,4	20	44	441	131,46
Йогурт молочный 2,5% жирности	180	5,90	3,60	9,20	155,00	36,36
Чай с лимоном	200//10	0,01	0	11,1	45	4,60
Свекла отварная с огурцом	100	1,20	5,20	18,20	76,00	13,49
Суп "Свекольник" с мясом со сметаной	250/20/5	2,40	8,90	20,80	179,00	27,07
Рыба запеченная	120	30	15,00	5,60	241	87,76
Рис припущенный	200	4,9	6,5	51,9	286	16,64
Чай с сахаром	200	0,00	0,00	8,90	36,00	1,55
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,40	95,00	2,50
Хлеб ржаной	60	2,70	0,72	23,40	120,00	4,55
Итого		76,07	60,63	233,50	1770,00	329,97





## 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	60	0,7	3,10	2,30	41	11,43
Котлета по-домашнему п/ф с соусом томатным	100/30	15,60	18,70	17,10	277,00	70,87
Пюре картофельное	200	4,30	7,40	29	203	17,84
Компот из кураги	200	0,90	0,06	23,00	85,00	14,30
Хлеб пшеничный	30	2,30	0,30	14,60	70,00	1,88
Хлеб ржаной	20	0,80	0,24	8,00	40,00	1,52
Итого		24,60	29,80	94,00	716,00	117,84

## 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	60	0,7	3,10	2,30	41	11,43
Котлета по-домашнему п/ф с соусом томатным	100/30	15,60	18,70	17,10	277,00	70,87
Пюре картофельное	200	4,30	7,40	29	203	17,84
Компот из кураги	200	0,90	0,06	23,00	85,00	14,30
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,40	95,00	2,50
Хлеб ржаной	40	1,80	0,48	15,60	80,00	3,03
Итого		26,46	30,14	106,40	781,00	119,97

## 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 сыром	30//10/15	6,27	10,8	14,60	189	27,47
Каша жидкая 5 злаков	200//8	6,90	8,10	30,30	230	21,67
Чай с молоком	200	1,4	1,60	9,30	57	4,77
Яблоко	150	0,60	0,60	12,67	70,50	17,36
Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,70	48,00	1,25
Хлеб ржаной	20	1,40	0,24	7,80	40,00	1,52
Нарезка из свежих помидоров с маслом	60	0,7	3,10	2,30	41	11,43
Суп-лапша домашняя с курицей	200//15	6	8,3	12,2	145	10,58
Котлета по-домашнему п/ф с соусом томатным	100//30	15,60	18,70	17,10	277,00	70,87
Пюре картофельное	200	4,30	7,40	29,00	203,00	17,84
Яблоко	150	0,60	0,60	12,67	70,50	17,36
Компот из кураги	200	0,90	0,06	23,00	85,00	14,30
Хлеб пшеничный	30	2,30	0,30	14,60	70,00	1,88
Хлеб ржаной	20	0,80	0,24	8,00	40,00	1,52
Итого		49,35	60,24	203,24	1566	219,82

## 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 сыром	30//10/15	6,27	10,8	14,6	189	27,47
Каша жидкая 5 злаков	220//10	7,6	10,3	33,8	250	25,10
Чай с молоком	200	1,4	1,6	9,3	57	4,77
Яблоко	150	0,60	0,60	12,67	70,50	17,36
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,4	95	2,50
Хлеб ржаной	20	1,4	0,24	7,8	40	1,52
Нарезка из свежих помидоров с маслом	100	1,8	5,10	4,30	69	19,00
Суп-лапша домашняя с курицей	250//20	7,60	10,60	20,50	149,00	14,07
Котлета по-домашнему п/ф с соусом томатным	100//30	15,60	18,70	17,10	277,00	70,87
Пюре картофельное	200	4,30	7,40	29,00	203,00	17,84
Яблоко	150	0,60	0,60	12,67	70,50	17,36
Компот из кураги	200	0,90	0,06	23,00	85,00	14,30
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,40	95,00	2,50
Хлеб ржаной	40	1,80	0,48	15,60	80,00	3,03
Итого		56,19	67,28	239,14	1730,00	237,69