

МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Огурцы консервированные	30	0,24	0,03	0,51	5	10,55
Гуляш	100	15,3	15,7	5,20	200	50,46
Гречка отварная	180	6,80	5,6	37,8	230	14,20
Компот из сухофруктов	200	0,05	0,10	24,00	90	4,52
Хлеб пшеничный с витаминами, железом и йодом "Свежий"	30	2,30	0,30	14,60	70,00	2,59
Хлеб ржано-пшеничный с витаминами, железом и йодом "Свежий"	20	0,80	0,24	8,00	40,00	1,73
Итого		25,49	21,97	90,11	635,00	84,05

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

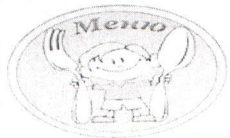
Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Огурцы консервированные	30	0,24	0,03	0,51	5	10,55
Гуляш	120	18,4	18,8	6,20	240	60,54
Гречка отварная	200	7,56	6,2	42,0	255	16,00
Компот из сухофруктов	200	0,05	0,10	24,00	90	4,52
Хлеб пшеничный с витаминами, железом и йодом "Свежий"	40	3,16	0,40	19,40	95,00	3,46
Хлеб ржано-пшеничный с витаминами, железом и йодом "Свежий"	40	1,80	0,48	15,60	80,00	3,46
Итого		31,21	26,01	107,71	765,00	98,53

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 сыром	30/20	6,55	5,6	17,50	141	23,01
Каша вязкая пшеничная	200/8	7,80	11,30	33,00	270	21,01
Йогурт молочный 2,5% жирности	180	5,90	3,60	9,20	155,00	30,60
Напиток из цикория	200	2,90	3,20	15,00	91	11,86
Хлеб пшеничный с витаминами, железом и йодом "Свежий"	20	1,40	0,24	7,80	40,00	1,73
Огурцы консервированные	60	0,80	0,10	1,70	8,00	21,70
Суп рыбный	200/40	6	6,2	14,5	135	44,60
Гуляш	100	15,30	15,70	5,20	200,00	50,46
Гречка отварная	180	6,80	5,60	37,80	230,00	14,20
Компот из сухофруктов	200	0,05	0,10	24,00	90,00	4,52
Хлеб пшеничный с витаминами, железом и йодом "Свежий"	30	2,30	0,30	14,60	70,00	2,59
Хлеб ржано-пшеничный с витаминами, железом и йодом "Свежий"	20	1,40	0,24	7,80	40,00	1,73
Итого		57,2	52,18	188,1	1470	228,01

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 сыром	30/20	6,55	5,6	17,5	141	23,01
Каша вязкая пшеничная	220/10	7,20	13,00	38,00	300	22,79
Йогурт молочный 2,5% жирности	180	5,90	3,60	9,20	155,00	30,60
Напиток из цикория	200	2,9	3,2	15	91	11,86
Хлеб пшеничный с витаминами, железом и йодом "Свежий"	20	1,58	0,2	9,7	48	1,73
Хлеб ржано-пшеничный с витаминами, железом и йодом "Свежий"	20	1,4	0,24	7,8	40	1,73
Огурцы консервированные	100	0,80	0,10	1,70	15,00	36,24
Суп рыбный	250/50	6,00	6,20	14,50	149,00	54,48
Гуляш	120	18,40	18,80	6,20	240,00	60,54
Гречка отварная	200	7,56	6,20	42,00	255,00	16,00
Компот из сухофруктов	200	0,05	0,10	24,00	90,00	4,52
Хлеб пшеничный с витаминами, железом и йодом "Свежий"	40	3,16	0,40	19,40	95,00	3,46
Хлеб ржано-пшеничный с витаминами, железом и йодом "Свежий"	40	1,80	0,48	15,60	80,00	3,46
Итого		63,30	58,12	220,60	1699,00	270,42



МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Подгарнировка из зеленого горошка с луком	30	0,80	1,60	1,70	25,00	6,06
Жаркое	250	18,08	19,70	45,00	356,00	58,60
Отвар из плодов шиповника с яблоком	200	0,2	1,8	15,10	65	7,94
Яблоко	130	0,52	0,52	10,98	61,00	15,04
Хлеб пшеничный с витаминами, железом и йодом "Свежий"	30	2,30	0,30	14,60	70,00	2,59
Хлеб ржано-пшеничный с витаминами, железом и йодом "Свежий"	20	0,80	0,24	8,00	40,00	1,73
Итого		22,70	24,16	95,38	617,00	91,96

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

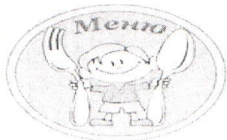
Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Подгарнировка из зеленого горошка с луком	40	1,00	2,10	2,20	33,00	8,08
Жаркое	250	18,08	19,70	45,00	356,00	58,60
Отвар из плодов шиповника с яблоком	200	0,20	1,80	15,10	65,00	7,94
Яблоко	130	0,52	0,52	10,98	61,00	15,04
Хлеб пшеничный с витаминами, железом и йодом "Свежий"	40	3,16	0,40	19,40	95,00	3,46
Хлеб ржано-пшеничный с витаминами, железом и йодом "Свежий"	40	1,80	0,48	15,60	80,00	3,46
Итого		24,76	25,00	108,28	690,00	96,58

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
Суп молочный с крупой	250	6,90	10,00	25,7	224,0	17,84
Какао с молоком	200	3,1	3,4	20	101	13,59
Яблоко	130	0,52	0,52	10,98	61,00	15,04
Хлеб пшеничный с витаминами, железом и йодом "Свежий"	20	1,58	0,20	9,70	48,00	1,73
Хлеб ржано-пшеничный с витаминами, железом и йодом "Свежий"	20	1,40	0,24	7,80	40,00	1,73
Подгарнировка из зеленого горошка с луком	60	1,70	3,00	3,80	50,00	12,12
Суп из овощей с мясом	200//15	5,70	7,50	15,40	123,00	23,99
Жаркое	250	18,08	19,70	45,00	356,00	58,60
Яблоко	130	0,52	0,52	10,98	61,00	15,04
Отвар из плодов шиповника с яблоком	200	0,20	1,80	15,10	65,00	7,94
Хлеб пшеничный с витаминами, железом и йодом "Свежий"	30	2,30	0,30	14,60	70,00	2,59
Хлеб ржано-пшеничный с витаминами, железом и йодом "Свежий"	20	1,40	0,24	7,80	40,00	1,73
Итого		45,76	54,91	201,46	1375	184,81

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
Суп молочный с крупой	300	8,40	11,00	31,0	254,0	21,46
Какао с молоком	200	3,1	3,4	20	101	13,59
Яблоко	130	0,52	0,52	10,98	61,00	15,04
Хлеб пшеничный с витаминами, железом и йодом "Свежий"	40	3,16	0,40	19,40	95,00	3,46
Хлеб ржано-пшеничный с витаминами, железом и йодом "Свежий"	20	1,4	0,24	7,8	40	1,73
Подгарнировка из зеленого горошка с луком	100	2,80	5,20	6,30	75,00	20,20
Суп из овощей с мясом	250//20	4,60	7,30	19,30	159,00	30,96
Жаркое	250	18,08	19,70	45,00	356,00	58,60
Яблоко	130	0,52	0,52	10,98	61,00	15,04
Отвар из плодов шиповника с яблоком	200	0,20	1,80	15,10	65,00	7,94
Хлеб пшеничный с витаминами, железом и йодом "Свежий"	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		50,10	58,45	235,46	1578,00	207,81



УТВЕРЖДАЮ

Директор

09.03.2023

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	12,28
Котлета по-домашнему п/ф с соусом томатным	100/30	15,60	14,2	17,1	236	70,14
Пюре картофельное	200	4,30	7,40	29	203	18,43
Компот из кураги	200	0,90	0,06	23,00	95,00	13,92
Хлеб пшеничный с витаминами, железом и йодом "Свежий"	30	2,30	0,30	14,60	70,00	2,59
Хлеб ржано-пшеничный с витаминами, железом и йодом "Свежий"	20	0,80	0,24	8,00	40,00	1,73
Итого		24,60	25,30	94,00	685,00	119,09

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

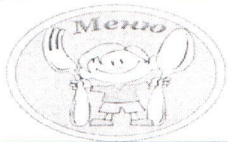
Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Нарезка из свежих помидоров с маслом	60	0,7	3,10	2,30	41	12,28
Котлета по-домашнему п/ф с соусом томатным	100/30	15,60	14,2	17,1	236	70,14
Пюре картофельное	200	4,30	7,40	29	203	18,43
Компот из кураги	200	0,90	0,06	23,00	95,00	13,92
Хлеб пшеничный с витаминами, железом и йодом "Свежий"	40	3,16	0,40	19,40	95,00	3,46
Хлеб ржано-пшеничный с витаминами, железом и йодом "Свежий"	40	1,80	0,48	15,60	80,00	3,46
Итого		26,46	25,64	106,40	750,00	121,69

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	28,18
Каша жидкая молочная мультизлаковая с маслом	200/8	6,90	8,10	30,30	230	21,68
Чай с молоком	200	1,4	1,60	9,30	57	4,82
Яблоко	130	0,52	0,52	10,98	61,00	15,04
Хлеб ржано-пшеничный с витаминами, железом и йодом "Свежий"	20	1,40	0,24	7,80	40,00	1,73
Нарезка из свежих помидоров с маслом	60	0,7	3,10	2,30	41	12,28
Суп-лапша домашняя с курицей	200/15	6	8,3	12,2	145	12,35
Котлета по-домашнему п/ф с соусом томатным	100/30	15,60	14,20	17,10	236,00	70,14
Пюре картофельное	200	4,30	7,40	29,00	203,00	18,43
Яблоко	130	0,52	0,52	10,98	61,00	15,04
Компот из кураги	200	0,90	0,06	23,00	95,00	13,92
Хлеб пшеничный с витаминами, железом и йодом "Свежий"	30	2,30	0,30	14,60	70,00	2,59
Хлеб ржано-пшеничный с витаминами, железом и йодом "Свежий"	20	0,80	0,24	8,00	40,00	1,73
Итого		47,61	55,38	190,16	1468	217,93

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	28,18
Каша жидкая молочная мультизлаковая с маслом	220/10	7,6	10,3	33,8	250	25,11
Чай с молоком	200	1,4	1,6	9,3	57	4,82
Яблоко	130	0,52	0,52	10,98	61,00	15,04
Хлеб ржано-пшеничный с витаминами, железом и йодом "Свежий"	40	1,8	0,48	15,6	80	3,46
Нарезка из свежих помидоров с маслом	100	1,8	5,10	4,30	69	20,41
Суп-лапша домашняя с курицей	250/20	7,60	10,60	20,50	149,00	16,31
Котлета по-домашнему п/ф с соусом томатным	100/30	15,60	14,20	17,10	236,00	70,14
Пюре картофельное	200	4,30	7,40	29,00	203,00	18,43
Яблоко	130	0,52	0,52	10,98	61,00	15,04
Компот из кураги	200	0,90	0,06	23,00	95,00	13,92
Хлеб пшеничный с витаминами, железом и йодом "Свежий"	40	3,16	0,40	19,40	95,00	3,46
Хлеб ржано-пшеничный с витаминами, железом и йодом "Свежий"	40	1,80	0,48	15,60	80,00	3,46
Итого		53,27	62,46	224,16	1625,00	237,78



УТВЕРЖДАЮ

Директор

10.03.2023

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	0,10	4,30	17	11,50
Биточки из птицы с маслом	100	13,3	9,7	16,3	202	47,44
Макароны отварные	180	7,1	7,5	43,2	269	13,40
Компот из свежих яблок	200	0,18	0,18	13,40	57	7,47
Хлеб пшеничный с витаминами, железом и йодом "Свежий"	30	2,30	0,30	14,60	70,00	2,59
Хлеб ржано-пшеничный с витаминами, железом и йодом "Свежий"	20	0,80	0,24	8,00	40,00	1,73
Итого		24,37	18,02	99,80	655,00	84,13

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	0,10	4,30	17,00	11,50
Биточки из птицы с маслом	100	13,30	9,70	16,30	202,00	47,44
Макароны отварные	200	7,9	8,4	48	299	14,89
Компот из свежих яблок	200	0,18	0,18	13,40	57,00	7,47
Хлеб пшеничный с витаминами, железом и йодом "Свежий"	40	3,16	0,40	19,40	95,00	3,46
Хлеб ржано-пшеничный с витаминами, железом и йодом "Свежий"	40	1,80	0,48	15,60	80,00	3,46
Итого		27,03	19,26	117,00	750,00	88,22

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	1,40	3,87	22,83	128	15,00
Каша "Дружба" с маслом	200/8	7,90	12,00	35,00	245	20,78
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	12,27
Кукуруза консервированная	60	1,38	0,20	8,60	34,00	22,91
Борщ из свежей капусты с картофелем с мясом со сметаной	200/10/5	3,90	5,80	10,30	124,00	16,86
Биточки из птицы с маслом	100	13,30	9,70	16,30	202,00	47,44
Макароны отварные	180	7,10	7,50	43,20	269,00	13,40
Компот из свежих яблок	200	0,18	0,18	13,40	57,00	7,47
Яблоко	130	0,52	0,52	10,98	61,00	15,04
Хлеб пшеничный с витаминами, железом и йодом "Свежий"	30	2,30	0,30	14,60	70,00	2,59
Хлеб ржано-пшеничный с витаминами, железом и йодом "Свежий"	20	1,40	0,24	7,80	40,00	1,73
Итого		49,08	48,01	208,21	1499	206,09

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	1,40	3,87	22,83	128,00	15,00
Каша "Дружба" с маслом	220/10	7,00	12,00	39,00	280	24,18
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	12,27
Кукуруза консервированная	100	2,00	0,32	10,60	54,00	38,18
Борщ из свежей капусты с картофелем с мясом со сметаной	250/10/5	2,40	5,30	12,90	133,00	17,98
Биточки из птицы с маслом	100	13,30	9,70	16,30	202,00	47,44
Макароны отварные	200	7,9	8,4	48	299	14,89
Компот из свежих яблок	200	0,18	0,18	13,40	57,00	7,47
Яблоко	130	0,52	0,52	10,98	61,00	15,04
Хлеб пшеничный с витаминами, железом и йодом "Свежий"	40	3,16	0,40	19,40	95,00	3,46
Хлеб ржано-пшеничный с витаминами, железом и йодом "Свежий"	40	1,80	0,48	15,60	80,00	3,46
Итого		49,36	48,87	234,21	1658,00	229,97