



УТВЕРЖДА

Директор

29.03.2023

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 растительным	60	0,70	3,10	2,30	41,00	14,61
Гуляш из рыбы	120	21	15,00	5,60	199	76,94
Рис припущенный	180	4,4	5,7	46,7	241	15,93
Яблоко	140	0,56	0,56	13,72	66	16,02
Сок плодовый	200	0,00	0,00	22,00	90	20,60
Хлеб пшеничный	30	2,30	0,30	14,60	70,00	1,92
Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20	0,80	0,24	8,00	40,00	1,87
Итого		29,76	24,90	112,92	747,00	147,89

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 растительным	60	0,70	3,10	2,30	41,00	14,61
Гуляш из рыбы	120	21	15,00	5,60	199	76,94
Рис припущенный	200	4,9	6,5	51,9	266	17,93
Яблоко	140	0,56	0,56	13,72	66	16,02
Сок плодовый	200	0,00	0,00	22,00	90	20,60
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,40	95,00	2,56
Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	40	1,80	0,48	15,60	80,00	3,73
Итого		32,12	26,04	130,52	837,00	152,39

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	4,03
Пудинг из творога со сгущенным молоком	210//10	22,6	20	44	408	84,13
Йогурт молочный 2,5% жирности	125	4,1	2,50	6,4	108	24,05
Чай с лимоном	200//10	0,01	0,00	11,10	45,00	3,94
Нарезка из свежих помидоров с маслом растительным	60	0,70	3,10	2,30	41,00	14,61
Суп из овощей с мясом	200//15	5,70	7,50	15,40	123,00	23,86
Гуляш из рыбы	120	21,00	15,00	5,60	199,00	76,94
Рис припущенный	180	4,40	5,70	46,70	241,00	15,93
Яблоко	140	0,56	0,56	13,72	66	16,02
Сок плодовый	200	0,00	0,00	22,00	90	20,60
Хлеб пшеничный	30	2,30	0,30	14,60	70,00	1,92
Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20	0,90	0,24	7,80	40,00	1,87
Итого		64,67	55,21	210,62	1527	287,90

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	4,03
Пудинг из творога со сгущенным молоком	210//20	23,4	0	11,1	441	86,91
Йогурт молочный 2,5% жирности	125	4,1	2,5	6,4	108	24,05
Чай с лимоном	200//10	0,01	0	11,1	45	3,94
Нарезка из свежих помидоров с маслом растительным	100	1,80	5,10	4,30	69,00	24,27
Суп из овощей с мясом	250//20	4,60	7,30	19,30	155,00	30,81
Гуляш из рыбы	120	21,00	15,00	5,60	199,00	76,94
Рис припущенный	200	4,90	6,50	51,90	266,00	17,93
Яблоко	140	0,56	0,56	13,72	66	16,02
Сок плодовый	200	0,00	0,00	22,00	90	20,60
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,40	95,00	2,56
Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	40	1,80	0,48	15,60	80,00	3,73
Итого		67,73	38,15	201,42	1710,00	311,79