

УТВЕРЖДАЮ

Директор

27.03.2023

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	0,1	4,3	17	11,50
Бефстроганов	100	14,20	16,10	19,8	254	59,56
Макароны отварные	180	7,1	7,5	43,2	269	13,45
Компот из свежих яблок	200	0,18	0,18	13,40	57	7,40
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-2"	20	0,80	0,24	8,00	40,00	1,81
Итого		25,27	24,42	103,30	707,00	96,31

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

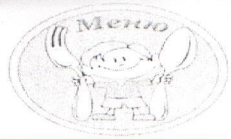
Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Кукуруза консервированная	30	0,69	0,1	4,3	17	11,50
Бефстроганов	120	17,04	19,30	23,8	305	71,74
Макароны отварные	200	7,9	8,4	48	299	14,95
Компот из свежих яблок	200	0,05	0,10	24,00	90	7,40
Хлеб пшеничный с витаминами, железом и йодом "Свежий"	40	3,16	0,40	19,40	95,00	3,46
Хлеб ржано-пшеничный с витаминами, железом и йодом "Свежий-2"	20	0,80	0,24	8,00	40,00	1,81
Итого		29,64	28,54	127,50	846,00	110,86

МЕНЮ для учащихся с ОБЗ 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	10,80	14,6	189,0	26,43
Каша вязкая ячневая	200//8	6,90	10,50	31,00	248	19,72
Йогурт молочный 2,5% жирности	125	4,1	2,50	6,4	108	24,05
Напиток из цикория	200	2,90	3,20	15,00	91	11,86
Кукуруза консервированная	60	1,38	0,2	8,6	34	22,91
Суп картофельный с мясными фрикадельками	200//40	7,5	6,2	15,9	137	20,91
Бефстроганов	100	14,20	16,10	19,80	254,00	59,56
Макароны отварные	180	7,10	7,50	43,20	269,00	13,45
Компот из свежих яблок	200	0,18	0,18	13,40	57,00	7,40
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-2"	20	1,40	0,24	7,80	40,00	1,81
Итого		54,23	57,72	190,3	1497	210,69

МЕНЮ для учащихся с ОБЗ 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	26,43
Каша вязкая ячневая	220//10	7,60	12,60	43,00	282	23,00
Йогурт молочный 2,5% жирности	125	4,1	2,50	6,4	108	24,05
Напиток из цикория	200	2,9	3,2	15	91	11,86
Кукуруза консервированная	100	2	0,32	10,6	54	38,18
Суп картофельный с мясными фрикадельками	250//50	8	7,9	17,4	140	22,36
Бефстроганов	120	17,04	19,30	23,80	305,00	71,74
Макароны отварные	200	7,90	8,40	48,00	299,00	14,95
Компот из свежих яблок	200	0,05	0,10	24,00	90,00	7,40
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-2"	20	1,4	0,24	7,8	40	1,81
Итого		60,42	65,76	230,00	1693,00	245,24



МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Свекла отварная с сыром и чесноком	60	3,40	4,70	4,40	40	11,99
Кура, запеченная в соусе молочном	120	20,00	6,10	5,20	195	57,00
Пюре картофельное	200	4,30	7,40	29	203	18,43
Отвар из плодов шиповника	200	0,20	1,80	15,10	68	7,99
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-2"	20	0,80	0,24	8,00	40,00	1,81
Итого		31,00	20,54	76,30	616,00	99,81

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Свекла отварная с сыром и чесноком	60	3,40	4,70	4,40	40	11,99
Кура, запеченная в соусе молочном	120	20,00	6,10	5,20	195	57,00
Пюре картофельное	200	4,30	7,40	29	203	18,43
Отвар из плодов шиповника	200	0,20	1,80	15,10	68,00	7,99
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-2"	40	1,80	0,48	15,60	80,00	3,63
Итого		32,86	20,88	88,70	681,00	102,50

МЕНЮ для учащихся с ОБЗ 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	20,42
Омлет натуральный с овощами на поджаривку	180	14,8	16,30	6,3	250	42,63
Кофейный напиток	200	3,8	4,1	16	114	12,27
Яблоко	140	0,56	0,56	13,72	66	16,02
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-2"	20	1,40	0,24	7,80	40,00	1,81
Свекла отварная с сыром и чесноком	60	3,40	4,70	4,40	40	11,99
Суп "Крестьянский с крупой с мясом"	200/10	4,40	6,70	29,4	143	13,24
Кура, запеченная в соусе молочном	120	20,00	6,10	5,20	195,00	57,00
Пюре картофельное	200	4,30	7,40	29	203	18,43
Отвар из плодов шиповника	200	0,20	1,80	15,10	68,00	7,99
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-2"	40	1,80	0,48	15,60	80,00	3,63
Итого		64,76	54,92	176,52	1437	211,48

МЕНЮ для учащихся с ОБЗ 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
Омлет натуральный с овощами на поджаривку	200	16,8	17,80	8,1	288	47,83
Кофейный напиток	200	3,8	4,1	16	114	12,27
Яблоко	140	0,56	0,56	13,72	66	16,02
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-2"	20	1,4	0,24	7,8	40	1,81
Свекла отварная с сыром и чесноком	100	5,40	7,60	7,40	70	19,33
Суп "Крестьянский с крупой с мясом"	250/10	4,10	8,10	34,4	194	14,07
Кура, запеченная в соусе молочном	120	20,00	6,10	5,20	195,00	57,00
Пюре картофельное	200	4,30	7,40	29	203	18,43
Отвар из плодов шиповника	200	0,20	1,80	15,10	68,00	7,99
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-2"	40	1,80	0,48	15,60	80,00	3,63
Итого		69,32	60,82	191,12	1581,00	225,72



УТВЕРЖДАЮ

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	46,70	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 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-2"	20	0,80	0,24	8,00	40,00	1,81
Итого		29,76	24,90	112,92	747,00	148,50

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 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-2"	40	1,80	0,48	15,60	80,00	3,63
Итого		32,12	26,04	130,52	837,00	153,19

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
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 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-2"	20	0,90	0,24	7,80	40,00	1,81
Итого		64,67	55,21	210,62	1527	289,18

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
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 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-2"	40	1,80	0,48	15,60	80,00	3,63
Итого		67,73	38,15	201,42	1710,00	313,26