



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
<i>Нарезка из свежих помидоров с маслом растительным</i>	60	0,70	3,10	2,30	41,00	14,61
<i>Гуляш из рыбы</i>	120	21	15,00	5,60	199	76,94
<i>Рис припущенный</i>	180	4,4	5,7	46,7	241	15,93
<i>Яблоко</i>	140	0,56	0,56	13,72	66	16,02
<i>Сок плодовый</i>	200	0,00	0,00	22,00	90	20,60
<i>Хлеб пшеничный</i>	30	2,30	0,30	14,60	70,00	1,92
<i>Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный</i>	20	0,80	0,24	8,00	40,00	1,87
<b>Итого</b>		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
<i>Нарезка из свежих помидоров с маслом растительным</i>	60	0,70	3,10	2,30	41,00	14,61
<i>Гуляш из рыбы</i>	120	21	15,00	5,60	199	76,94
<i>Рис припущенный</i>	200	4,9	6,5	51,9	266	17,93
<i>Яблоко</i>	140	0,56	0,56	13,72	66	16,02
<i>Сок плодовый</i>	200	0,00	0,00	22,00	90	20,60
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	3,16	0,40	19,40	95,00	2,56
<i>Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный</i>	40	1,80	0,48	15,60	80,00	3,73
<b>Итого</b>		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
<i>Бутерброд с повидлом</i>	30//10	2,4	0,31	21,00	96	4,03
<i>Пудинг из творога со сгущенным молоком</i>	210//10	22,6	20	44	408	84,13
<i>Йогурт молочный 2,5% жирности</i>	125	4,1	2,50	6,4	108	24,05
<i>Чай с лимоном</i>	200//10	0,01	0,00	11,10	45,00	3,94
<i>Нарезка из свежих помидоров с маслом растительным</i>	60	0,70	3,10	2,30	41,00	14,61
<i>Суп из овощей с мясом</i>	200//15	5,70	7,50	15,40	123,00	23,86
<i>Гуляш из рыбы</i>	120	21,00	15,00	5,60	199,00	76,94
<i>Рис припущенный</i>	180	4,40	5,70	46,70	241,00	15,93
<i>Яблоко</i>	140	0,56	0,56	13,72	66	16,02
<i>Сок плодовый</i>	200	0,00	0,00	22,00	90	20,60
<i>Хлеб пшеничный</i>	30	2,30	0,30	14,60	70,00	1,92
<i>Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный</i>	20	0,90	0,24	7,80	40,00	1,87
<b>Итого</b>		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
<i>Бутерброд с повидлом</i>	30//10	2,4	0,31	21	96	4,03
<i>Пудинг из творога со сгущенным молоком</i>	210//20	23,4	0	11,1	441	86,91
<i>Йогурт молочный 2,5% жирности</i>	125	4,1	2,5	6,4	108	24,05
<i>Чай с лимоном</i>	200//10	0,01	0	11,1	45	3,94
<i>Нарезка из свежих помидоров с маслом растительным</i>	100	1,80	5,10	4,30	69,00	24,27
<i>Суп из овощей с мясом</i>	250//20	4,60	7,30	19,30	155,00	30,81
<i>Гуляш из рыбы</i>	120	21,00	15,00	5,60	199,00	76,94
<i>Рис припущенный</i>	200	4,90	6,50	51,90	266,00	17,93
<i>Яблоко</i>	140	0,56	0,56	13,72	66	16,02
<i>Сок плодовый</i>	200	0,00	0,00	22,00	90	20,60
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	3,16	0,40	19,40	95,00	2,56
<i>Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный</i>	40	1,80	0,48	15,60	80,00	3,73
<b>Итого</b>		67,73	38,15	201,42	1710,00	311,79