



МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Зеленый горошек с луком	30	0,80	1,60	1,70	25,00	5,13
Плов из мяса птицы	230	17,50	18,00	42,30	366	43,49
Какао с молоком	200	3,1	3,4	20	101	12,23
Хлеб пшеничный с витаминами, железом, 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		24,50	23,54	86,60	602,00	65,25

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Зеленый горошек с луком	40	1,00	2,10	2,20	33,00	6,85
Плов из мяса птицы	250	19,02	19,60	44,70	393	47,03
Какао с молоком	200	3,10	3,40	20,00	101,00	12,23
Хлеб пшеничный с витаминами, железом, 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		28,08	25,98	101,90	702,00	73,20

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
Суп молочный с макаронными изделиями	200	7,1	7,8	26	190	19,28
Йогурт молочный 2,5% жирности	125	4,10	2,50	6,40	108,00	24,05
Какао с молоком	200	4,10	3,80	21,40	131,00	12,23
Зеленый горошек с луком	60	1,70	3,00	3,80	50,00	10,27
Рассольник "Ленинградский с мясом со сметаной"	200//10/5	3,10	6,60	21,1	162	20,56
Плов из мяса птицы	230	17,50	18,00	42,30	366,00	43,49
Компот из ягод замороженных	200	0,15	0,12	20,00	85,00	11,98
Яблоко	140	0,56	0,56	13,58	66,00	16,02
Хлеб пшеничный с витаминами, железом, 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		47,68	53,72	191,78	1457	190,46

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
Суп молочный с макаронными изделиями	250	8,9	9,8	31	236	23,65
Йогурт молочный 2,5% жирности	125	4,1	2,5	6,4	108	24,05
Какао с молоком	200	4,1	3,8	21,4	131	12,23
Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20	1,4	0,24	7,8	40	1,81
Зеленый горошек с луком	100	2,8	5,2	6,3	75	17,12
Рассольник "Ленинградский с мясом со сметаной"	250//10/5	2,60	6,40	27,5	185	23,23
Плов из мяса птицы	250	19,02	19,60	44,70	393,00	47,03
Компот из ягод замороженных	200	0,15	0,12	20,00	85,00	11,98
Яблоко	140	0,56	0,56	13,58	66,00	16,02
Хлеб пшеничный с витаминами, железом, 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		54,86	59,90	228,28	1683,00	212,39



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
Рагу овощное с мясом	250	18,50	22,05	29,60	352,00	63,10
Яблоко	140	0,56	0,56	13,58	66,00	16,02
Чай с сахаром "Ягодка"	200	0,08	0,03	9,60	41	5,79
Хлеб пшеничный с витаминами, железом, 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		22,24	23,18	75,38	569,00	100,81

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
Рагу овощное с мясом	250	18,50	22,05	29,60	352,00	63,10
Яблоко	140	0,56	0,56	13,58	66,00	16,02
Чай с сахаром "Ягодка"	200	0,08	0,03	9,60	41	5,79
Хлеб пшеничный с витаминами, железом, йодом "Свежий"	40	3,16	0,40	19,40	95,00	3,46
Хлеб ржано-пшеничный с витаминами, железом и йодом "Свежий-2"	40	2,80	0,48	15,60	80,00	3,63
Итого		25,10	23,52	87,78	634,00	103,50

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	73,00	20,42
Запеканка из творога со сгущенным молоком	180//10	20	16,1	42,3	396	78,38
Яблоко	140	0,56	0,56	13,58	66,00	16,02
Чай с сахаром "Ягодка"	200	0,08	0,03	9,60	41	5,79
Хлеб ржано-пшеничный с витаминами, железом и йодом "Свежий-2"	20	1,40	0,24	7,80	40,00	1,81
Кукуруза консервированная	60	1,38	0,2	8,6	34	22,91
Суп гороховый с гренками с мясом	200//10/10	4,8	6,8	25,9	171	20,9
Рагу овощное с мясом	250	18,50	22,05	29,60	352,00	63,10
Компот из сухофруктов	200	0,05	0,10	24,00	90	5,32
Хлеб пшеничный с витаминами, железом, 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		54,51	52,46	183,98	1373	239,05

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
Запеканка из творога со сгущенным молоком	180//20	21,6	17	47	427	81,16
Яблоко	140	0,56	0,56	13,58	66,00	16,02
Чай с сахаром "Ягодка"	200	0,08	0,03	9,60	41	5,79
Хлеб пшеничный с витаминами, железом, йодом "Свежий"	40	3,16	0,40	19,40	95,00	3,63
Кукуруза консервированная	100	2	0,32	10,6	54	38,18
Суп гороховый с гренками с мясом	250//10/10	6,4	8,2	30,4	228	23,75
Рагу овощное с мясом	250	18,50	22,05	29,60	352,00	63,10
Компот из сухофруктов	200	0,05	0,10	24,00	90	5,32
Хлеб пшеничный с витаминами, железом, 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		61,95	55,38	219,18	1601,00	264,46



УТВЕРЖДАЮ

Директор

05.04.2023

МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Икра из свеклы</i>	60	1,10	3,10	6,00	57,00	3,54
<i>Рыба, запеченная в сметанном соусе</i>	100/20	19,1	9,6	9,80	204	105,96
<i>Рис припущенный</i>	180	4,4	5,7	46,7	241	15,93
<i>Отвар из шиповника с яблоком</i>	200	0,20	1,80	15,10	65,00	8,48
<i>Хлеб пшеничный с витаминами, железом, йодом "Свежий"</i>	30	2,30	0,30	14,60	70,00	2,59
<i>Хлеб ржано-пшеничный с витаминами, железом и йодом "Свежий-2"</i>	20	0,80	0,24	8,00	40,00	1,81
Итого		27,90	20,74	100,20	677,00	138,31

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Икра из свеклы</i>	60	1,10	3,10	6,00	57,00	3,54
<i>Рыба, запеченная в сметанном соусе</i>	100/20	19,1	9,6	9,80	204	105,96
<i>Рис припущенный</i>	200	4,9	6,5	51,9	266	17,93
<i>Отвар из шиповника с яблоком</i>	200	0,20	1,80	15,10	65,00	8,48
<i>Хлеб пшеничный с витаминами, железом, йодом "Свежий"</i>	40	3,16	0,40	19,40	95,00	3,46
<i>Хлеб ржано-пшеничный с витаминами, железом и йодом "Свежий-2"</i>	40	2,80	0,48	15,60	80,00	3,63
Итого		31,26	21,88	117,80	767,00	143,00

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	4,70
<i>Каша жидкая кукурузная с маслом</i>	200/8	6,10	8,40	31,00	240	20,16
<i>Йогурт молочный 2,5% жирности</i>	125	4,10	2,50	6,40	108,00	24,05
<i>Кофейный напиток</i>	200	3,80	4,10	16,00	114,00	12,27
<i>Хлеб ржано-пшеничный с витаминами, железом и йодом "Свежий-2"</i>	20	0,90	0,24	7,80	40,00	1,81
<i>Икра из свеклы</i>	60	1,10	3,10	6,00	57,00	3,54
<i>Суп-лапша домашняя с курицей</i>	200/15	6,00	8,30	12,20	145,00	12,42
<i>Рыба, запеченная в сметанном соусе</i>	100/20	19,10	9,60	9,80	204,00	105,96
<i>Рис припущенный</i>	180	4,40	5,70	46,70	241,00	15,93
<i>Отвар из шиповника с яблоком</i>	200	0,20	1,80	15,10	65,00	8,48
<i>Хлеб пшеничный с витаминами, железом, йодом "Свежий"</i>	30	2,30	0,30	14,60	70,00	2,59
<i>Хлеб ржано-пшеничный с витаминами, железом и йодом "Свежий-2"</i>	20	1,40	0,24	7,80	40,00	1,81
Итого		51,8	44,59	194,4	1420	213,72

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	4,70
<i>Каша жидкая кукурузная с маслом</i>	220/10	7,00	8,80	35,00	270	23,45
<i>Йогурт молочный 2,5% жирности</i>	125	4,1	2,5	6,4	108	24,05
<i>Кофейный напиток</i>	200	3,8	4,1	16	114	12,27
<i>Хлеб ржано-пшеничный с витаминами, железом и йодом "Свежий-2"</i>	40	2,80	0,48	15,60	80,00	3,63
<i>Икра из свеклы</i>	100	1,90	5,30	10,10	96,00	5,87
<i>Суп-лапша домашняя с курицей</i>	250/20	7,60	10,60	18,50	149,00	18,44
<i>Рыба, запеченная в сметанном соусе</i>	100/20	19,10	9,60	9,80	204,00	105,96
<i>Рис припущенный</i>	200	4,90	6,50	51,90	266,00	17,93
<i>Отвар из шиповника с яблоком</i>	200	0,20	1,80	15,10	65,00	8,48
<i>Хлеб пшеничный с витаминами, железом, йодом "Свежий"</i>	40	3,16	0,40	19,40	95,00	3,46
<i>Хлеб ржано-пшеничный с витаминами, железом и йодом "Свежий-2"</i>	20	1,40	0,24	7,80	40,00	1,81
Итого		58,36	50,63	226,60	1583,00	230,05



УТВЕРЖДАЮ

Директор

06.04.2023

МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Огурцы консервированные с луком	30	0,30	0,15	0,65	18,00	11,00
Котлета по-домашнему п/ф с соусом томатным	100//30	15,60	14,2	17,1	236	70,02
Макаронны отварные	180	7,1	7,5	43,2	269	13,45
Компот из свежих яблок	200	0,35	0,18	13,4	57	7,40
Хлеб пшеничный с витаминами, железом, 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		26,45	22,57	96,95	690,00	106,27

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Огурцы консервированные с луком	40	0,4	2	0,9	24	14,70
Котлета по-домашнему п/ф с соусом томатным	125	15,60	14,20	17,10	236,00	70,02
Макаронны отварные	200	7,9	8,4	48	299	14,95
Компот из свежих яблок	200	0,35	0,18	13,40	57,00	7,40
Хлеб пшеничный с витаминами, железом, 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		28,21	25,42	106,80	751,00	112,34

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
Омлет натуральный с овощами на подгарнировку	180	14,8	16,30	6,3	250	42,34
Яблоко	140	0,56	0,56	13,58	66,00	16,02
Напиток из цикория	200	2,90	3,20	15,00	91	11,86
Хлеб пшеничный с витаминами, железом, йодом "Свежий"	30	2,30	0,30	14,60	70,00	2,59
Огурцы консервированные с луком	60	0,50	3,10	1,30	36,00	19,91
Щи из свежей капусты с картофелем с курой со сметаной	200//15/5	3,8	5	7,3	104	19,77
Котлета по-домашнему п/ф с соусом томатным	100//30	15,60	14,20	17,10	236,00	70,02
Макаронны отварные	180	7,10	7,50	43,20	269,00	13,45
Компот из свежих яблок	200	0,35	0,18	13,40	57,00	7,40
Хлеб пшеничный с витаминами, железом, 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		53,97	58,37	168,78	1425	220,63

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
Омлет натуральный с овощами на подгарнировку	200	16,8	17,8	8,1	288	47,50
Яблоко	140	0,56	0,56	13,58	66	16,02
Напиток из цикория	200	2,9	3,2	15	91	11,86
Хлеб пшеничный с витаминами, железом, йодом "Свежий"	40	3,16	0,4	19,4	95	3,46
Огурцы консервированные с луком	100	0,80	5,10	2,20	60,00	33,17
Щи из свежей капусты с картофелем с курой со сметаной	250//20/5	4,2	5,9	12,1	150	24,75
Котлета по-домашнему п/ф с соусом томатным	100	15,60	14,20	17,10	236,00	70,02
Макаронны отварные	200	7,90	8,40	48,00	299,00	14,95
Компот из свежих яблок	200	0,35	0,18	13,40	57,00	7,40
Хлеб пшеничный с витаминами, железом, йодом "Свежий"	40	3,16	0,40	19,40	95,00	3,46
Хлеб ржано-пшеничный с витаминами, железом и йодом "Свежий-2"	20	1,40	0,24	7,80	40,00	1,81
Итого		59,19	63,87	190,68	1613,00	247,27