



## 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
Плов из мяса птицы	230	17,50	18,00	42,30	366	43,43
Сок плодовый	200	0,00	0,00	22,00	90	20,80
Хлеб пшеничный с витаминами, железом и йодом "Свежий"	30	2,30	0,30	14,60	70,00	2,59
Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный "Свежий 2"	20	0,80	0,24	8,00	40,00	1,73
Итого		20,84	18,57	87,41	571,00	79,10

## МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

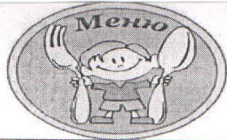
Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Огурцы консервированные	30	0,24	0,03	0,51	5,00	10,55
Плов из мяса птицы	250	19,02	19,60	44,70	393	47,00
Сок плодовый	200	0,00	0,00	22,00	90,00	20,80
Хлеб пшеничный с витаминами, железом и йодом "Свежий"	40	3,16	0,40	19,40	95,00	3,46
Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный "Свежий 2"	40	1,80	0,48	15,60	80,00	3,46
Итого		24,22	20,51	102,21	663,00	85,27

## 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	30//10	2,36	7,49	14,60	136	12,87
Омлет натуральный с овощами на поджаривку	180	14,8	16,3	6,3	250	39,72
Йогурт молочный 2,5% жирности	180	5,90	3,60	9,20	155,00	30,60
Чай с сахаром	200	0,00	0,00	8,90	36,00	1,61
Хлеб пшеничный с витаминами, железом и йодом "Свежий"	20	1,58	0,20	9,70	48,00	1,73
Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный "Свежий 2"	20	0,80	0,24	8,00	40,00	1,73
Огурцы консервированные	60	0,80	0,10	1,70	8,00	21,10
Щи из свежей капусты с картофелем с курой со сметаной	200//15/5	3,8	5	7,3	104	20,18
Плов из мяса птицы	230	17,50	18,00	42,30	366,00	43,43
Яблоко	140	0,53	0,53	13,70	65,70	20,02
Сок плодовый	200	0,00	0,00	22,00	90,00	20,80
Хлеб пшеничный с витаминами, железом и йодом "Свежий"	30	2,30	0,30	14,60	70,00	2,59
Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный "Свежий 2"	20	1,40	0,24	7,80	40,00	1,73
Итого		51,77	52	166,1	1408,7	218,11

## 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	30//10	2,36	7,49	14,6	136	12,87
Омлет натуральный с овощами на поджаривку	200	16,8	17,8	8,1	288	44,15
Йогурт молочный 2,5% жирности	180	5,9	3,6	9,2	155	30,60
Чай с сахаром	200	0	0	8,9	36	1,61
Хлеб пшеничный с витаминами, железом и йодом "Свежий"	40	3,16	0,4	19,4	95	3,46
Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный "Свежий 2"	20	1,4	0,24	7,8	40	1,73
Огурцы консервированные	100	0,8	0,1	1,7	15	35,24
Щи из свежей капусты с картофелем с курой со сметаной	250//20/5	4,2	5,9	12,1	150	25,27
Плов из мяса птицы	250	19,02	19,60	44,70	393,00	47,00
Яблоко	140	0,53	0,53	13,70	65,70	20,02
Сок плодовый	200	0,00	0,00	22,00	90,00	20,80
Хлеб пшеничный с витаминами, железом и йодом "Свежий"	40	3,16	0,40	19,40	95,00	3,46
Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный "Свежий 2"	40	1,80	0,48	15,60	80,00	3,46
Итого		59,13	56,54	197,20	1638,70	249,67



УТВЕРЖДАЮ

Директор

18.04.2023

## МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Капуста морская с яйцом	60	2,9	2,9	1,3	40	16,13
Котлета рыбная п/п	100	12,47	13,1	10,60	194	57,80
Пюре картофельное	200	4,30	7,40	29	203	17,98
Компот из ягод	200	0,15	0,12	20,00	85	12,06
Хлеб пшеничный с витаминами, железом и йодом "Свежий"	30	2,30	0,30	14,60	70,00	2,59
Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный "Свежий 2"	20	0,80	0,24	8,00	40,00	1,73
Итого		22,92	24,06	83,50	632,00	108,29

## МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Капуста морская с яйцом	60	2,9	2,9	1,3	40	16,13
Котлета рыбная п/п	100	17,30	17,9	8,78	272	57,80
Пюре картофельное	200	4,30	7,40	29	203	17,98
Компот из ягод	200	0,08	0,03	9,60	41	12,06
Хлеб пшеничный с витаминами, железом и йодом "Свежий"	40	3,16	0,40	19,40	95,00	3,46
Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный "Свежий 2"	40	1,80	0,48	15,60	80,00	3,46
Итого		29,54	29,11	83,68	731,00	110,89

## 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	4,32
Пудинг из творога со сгущенным молоком	210/10	22,6	20	44	408	84,25
Яблоко	140	0,53	0,53	13,70	65,70	20,02
Чай с сахаром "Ягодка"	200	0,08	0,03	9,60	44,00	5,83
Капуста морская с яйцом	60	2,9	2,9	1,3	40	16,13
Рассольник "Ленинградский с мясом со сметаной"	200/10/5	3,10	6,60	21,1	162	20,43
Котлета рыбная п/п	100	12,47	13,10	10,60	194,00	57,80
Пюре картофельное	200	4,30	7,40	29,00	203,00	17,98
Компот из ягод	200	0,15	0,12	20,00	85,00	12,06
Яблоко	140	0,53	0,53	13,70	65,70	20,02
Хлеб пшеничный с витаминами, железом и йодом "Свежий"	30	2,30	0,30	14,60	70,00	2,59
Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный "Свежий 2"	20	1,40	0,24	7,80	40,00	1,73
Итого		52,76	52,06	206,4	1473,4	263,16

## 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	4,32
Пудинг из творога со сгущенным молоком	210/20	23,4	20	44	441	87,04
Яблоко	140	0,53	0,53	13,7	65,7	20,02
Чай с сахаром "Ягодка"	200	0,08	0,03	9,6	44	5,83
Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20	1,4	0,24	7,8	40	1,73
Капуста морская с яйцом	100	3,3	3,3	2,5	55	27,49
Рассольник "Ленинградский с мясом со сметаной"	250/10/5	2,60	6,40	27,5	185	22,64
Котлета рыбная п/п	100	17,30	17,90	8,78	272,00	57,80
Пюре картофельное	200	4,30	7,40	29,00	203,00	17,98
Компот из ягод	200	0,15	0,12	20,00	85,00	12,06
Яблоко	140	0,53	0,53	13,70	65,70	20,02
Хлеб пшеничный с витаминами, железом и йодом "Свежий"	40	3,16	0,40	19,40	95,00	3,46
Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный "Свежий 2"	40	1,80	0,48	15,60	80,00	3,46
Итого		60,95	57,64	232,58	1727,40	283,85



## 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	15,97
Гречка по-купечески с мясом	250	19,40	24,50	51,50	378,00	65,81
Компот из кураги	200	0,90	0,06	23,00	85,00	14,36
Яблоко	130	0,50	0,50	12,70	61,00	18,59
Хлеб пшеничный с витаминами, железом и йодом "Свежий"	30	2,30	0,30	14,60	70,00	2,59
Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный "Свежий 2"	20	0,80	0,24	8,00	40,00	1,73
Итого		24,60	28,70	112,10	675,00	119,05

## 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	15,97
Гречка по-купечески с мясом	250	19,40	24,50	51,50	378	65,81
Компот из кураги	200	0,90	0,06	23,00	85,00	14,36
Яблоко	130	0,50	0,50	12,70	61,00	18,59
Хлеб пшеничный с витаминами, железом и йодом "Свежий"	40	3,16	0,40	19,40	95,00	3,46
Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный "Свежий 2"	40	1,80	0,48	15,60	80,00	3,46
Итого		26,46	29,04	124,50	740,00	121,65

## 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//10/10	1,4	3,87	22,83	128	14,61
Суп молочный с макаронными изделиями	200	7,1	7,8	26	190	19,04
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	100,00	11,90
Хлеб пшеничный с витаминами, железом и йодом "Свежий"	20	1,58	0,20	9,70	48,00	1,73
Нарезка из свежих помидоров с маслом растительным	60	0,70	3,10	2,30	41,00	15,97
Суп картофельный с рыбными фрикадельками	200/50	6,80	5,50	16,90	160,00	45,33
Гречка по-купечески с мясом	250	19,40	24,50	51,50	378,00	65,81
Компот из кураги	200	0,90	0,06	23,00	85,00	14,36
Яблоко	130	0,50	0,50	12,70	61,00	18,59
Хлеб пшеничный с витаминами, железом и йодом "Свежий"	30	2,30	0,30	14,60	70,00	2,59
Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный "Свежий 2"	20	0,80	0,24	8,00	40,00	1,73
Итого		50,28	52,87	211,73	1456	242,26

## 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//10/10	1,4	3,87	22,83	128	14,61
Суп молочный с макаронными изделиями	250	8,90	9,80	28,0	236	23,54
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	100	11,90
Хлеб пшеничный с витаминами, железом и йодом "Свежий"	40	3,16	0,40	19,40	95,00	3,46
Нарезка из свежих помидоров с маслом растительным	100	1,80	5,10	4,30	69,00	26,54
Суп картофельный с рыбными фрикадельками	250//50	7,80	7,50	18,90	195,00	46,90
Гречка по-купечески с мясом	250	19,40	24,50	51,50	378,00	65,81
Компот из кураги	200	0,90	0,06	23,00	85,00	14,36
Яблоко	130	0,50	0,50	12,70	61,00	18,59
Хлеб пшеничный с витаминами, железом и йодом "Свежий"	40	3,16	0,40	19,40	95,00	3,46
Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный "Свежий 2"	40	1,80	0,48	15,60	80,00	3,46
Итого		57,62	59,41	239,83	1677,00	263,23



УТВЕРЖДАЮ

Директор

20.04.2023

## 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	6,39
Тефтели мясные	100	10,2	8,3	12,8	211	82,94
Соус сметанно-томатный	25	0,5	4,9	1,8	54	9,87
Рис припущенный	180	4,4	5,7	46,7	241	14,77
Какао с молоком	200	3,1	3,4	20	101	12,28
Хлеб пшеничный с витаминами, железом и йодом "Свежий"	30	2,30	0,30	14,60	70,00	2,59
Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный "Свежий 2"	20	0,80	0,24	8,00	40,00	1,73
Итого		22,10	24,44	105,60	742,00	130,57

## 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	8,51
Тефтели мясные	100	10,2	8,3	12,8	211	82,94
Соус сметанно-томатный	25	0,5	4,9	1,8	54	9,87
Рис припущенный	200	4,9	6,5	51,9	266	16,64
Какао с молоком	200	3,10	3,40	20,00	101,00	12,28
Хлеб пшеничный с витаминами, железом и йодом "Свежий"	40	3,16	0,40	19,40	95,00	3,46
Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный "Свежий 2"	40	1,80	0,48	15,60	80,00	3,46
Итого		24,66	26,08	123,70	840,00	137,16

## 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	17,15	141	18,87
Каша жидкая кукурузная с маслом	200//8	6,10	8,40	31,00	240	20,17
Йогурт молочный 2,5% жирности	180	5,90	3,60	9,20	155,00	30,60
Какао с молоком	200	3,1	3,4	20	101	12,28
Зеленый горошек с луком	60	1,70	0,30	3,80	50,00	12,77
Суп "Свекольник с мясом со сметаной"	200//10/5	1,20	7,40	12,6	120	17,34
Тефтели мясные	100	10,2	8,3	12,8	211	82,94
Соус сметанно-томатный	25	0,5	4,9	1,8	54	9,87
Рис припущенный	180	3,40	4,30	38,00	188,00	14,77
Кисель из свежих ягод	200	0,19	0,07	23,70	97	13,45
Яблоко	140	0,53	0,53	13,70	65,70	20,02
Хлеб пшеничный с витаминами, железом и йодом "Свежий"	30	3,16	0,40	19,40	95,00	2,59
Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный "Свежий 2"	20	1,80	0,48	15,60	80,00	1,73
Итого		44,33	47,68	218,75	1597,7	257,40

## 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	17,15	141	18,87
Каша жидкая кукурузная с маслом	220//10	7,00	8,80	35,00	270	23,47
Йогурт молочный 2,5% жирности	180	5,90	3,60	9,20	155,00	30,60
Какао с молоком	200	3,1	3,4	20	101	12,28
Зеленый горошек с луком	100	2,80	5,20	6,30	75,00	21,12
Суп "Свекольник с мясом со сметаной"	250//20/5	2,40	8,90	20,8	179	28,41
Тефтели мясные	100	10,20	8,30	12,80	211,00	82,94
Соус сметанно-томатный	25	0,5	4,9	1,8	54	9,87
Рис припущенный	200	4,90	6,50	51,90	266,00	16,64
Кисель из свежих ягод	200	0,19	0,07	23,70	97,00	13,45
Яблоко	140	0,53	0,53	13,70	65,70	20,02
Хлеб пшеничный с витаминами, железом и йодом "Свежий"	40	3,16	0,40	19,40	95,00	3,46
Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный "Свежий 2"	40	1,80	0,48	15,60	80,00	3,46
Итого		49,03	56,68	247,35	1789,70	284,59