

УТВЕРЖДАЮ
Директор

26.04.2023

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	15,97
<i>Гуляш из рыбы</i>	120	21	15,00	5,60	199	71,49
<i>Рис припущенный</i>	180	4,4	5,7	46,7	241	14,77
<i>Яблоко</i>	130	0,52	0,52	12,74	61,28	18,59
<i>Сок плодовый</i>	200	0,00	0,00	22,00	90	20,80
<i>Хлеб пшеничный</i>	30	2,30	0,30	14,60	70,00	1,98
<i>Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный</i>	20	0,80	0,24	8,00	40,00	1,86
Итого		29,72	24,86	111,94	742,28	145,46

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	15,97
<i>Гуляш из рыбы</i>	120	21	15,00	5,60	199	71,49
<i>Рис припущенный</i>	200	4,9	6,5	51,9	266	16,64
<i>Яблоко</i>	130	0,52	0,52	12,74	61,28	18,59
<i>Сок плодовый</i>	200	0,00	0,00	22,00	90	20,80
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	3,16	0,40	19,40	95,00	2,64
<i>Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный</i>	40	1,80	0,48	15,60	80,00	3,72
Итого		32,08	26,00	129,54	832,28	149,85

МЕНЮ для учащихся с ОБЗ 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	4,09
<i>Пудинг из творога со сгущенным молоком</i>	210//10	22,6	20	44	408	114,95
<i>Йогурт молочный 2,5% жирности</i>	180	5,9	3,60	9,2	155	30,60
<i>Яблоко</i>	130	0,52	0,52	12,74	61,28	18,59
<i>Чай с лимоном</i>	200//10	0,01	0,00	11,10	45,00	4,12
<i>Нарезка из свежих помидоров с маслом растительным</i>	60	0,70	3,10	2,30	41,00	15,97
<i>Суп из овощей с мясом</i>	200//15	5,70	7,50	15,40	123,00	24,17
<i>Гуляш из рыбы</i>	120	21,00	15,00	5,60	199,00	71,49
<i>Рис припущенный</i>	180	4,40	5,70	46,70	241,00	14,77
<i>Яблоко</i>	300	1,2	1,20	29,4	141	42,90
<i>Сок плодовый</i>	200	0,00	0,00	22,00	90	20,80
<i>Хлеб пшеничный</i>	30	2,30	0,30	14,60	70,00	1,98
<i>Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный</i>	20	0,90	0,24	7,80	40,00	1,86
Итого		67,63	57,47	241,84	1710,28	366,29

МЕНЮ для учащихся с ОБЗ 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	4,09
<i>Пудинг из творога со сгущенным молоком</i>	210//20	23,4	0	11,1	441	117,74
<i>Йогурт молочный 2,5% жирности</i>	180	5,9	3,6	9,2	155	30,60
<i>Яблоко</i>	130	0,52	0,52	12,74	61,28	18,59
<i>Чай с лимоном</i>	200//10	0,01	0	11,1	45	4,12
<i>Нарезка из свежих помидоров с маслом растительным</i>	100	1,80	5,10	4,30	69,00	26,54
<i>Суп из овощей с мясом</i>	250//20	4,60	7,30	19,30	155,00	31,20
<i>Гуляш из рыбы</i>	120	21,00	15,00	5,60	199,00	71,49
<i>Рис припущенный</i>	200	4,90	6,50	51,90	266,00	16,64
<i>Яблоко</i>	300	1,2	1,20	29,4	141	42,90
<i>Сок плодовый</i>	200	0,00	0,00	22,00	90	20,80
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	3,16	0,40	19,40	95,00	2,64
<i>Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный</i>	40	1,80	0,48	15,60	80,00	3,72
Итого		70,69	40,41	232,64	1893,28	391,07