



## 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	6,40
Плов из мяса птицы	230	17,50	18,00	42,30	366	43,94
Какао с молоком	200	3,1	3,4	20	101	12,30
Яблоко	130	0,52	0,52	12,60	61,30	18,59
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	1,73
Итого		25,02	24,06	99,20	663,30	85,55

## 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	8,53
Плов из мяса птицы	250	19,02	19,60	44,70	393	47,54
Какао с молоком	200	3,10	3,40	20,00	101,00	12,30
Яблоко	130	0,52	0,52	12,60	61,30	18,59
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	3,46
Итого		28,60	26,50	114,50	763,30	93,88

## 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	27,74
Суп молочный с макаронными изделиями	200	7,1	7,8	26	190	19,20
Йогурт молочный 2,5% жирности	180	5,9	3,60	9,2	155	30,60
Какао с молоком	200	4,10	3,80	21,40	131,00	12,30
Зеленый горошек с луком	60	1,70	3,00	3,80	50,00	12,79
Рассольник "Ленинградский с мясом со сметаной"	200//10/5	3,10	6,60	21,1	162	20,53
Плов из мяса птицы	230	17,50	18,00	42,30	366,00	43,94
Компот из ягод замороженных	200	0,15	0,12	20,00	85,00	12,06
Яблоко	300	1,2	1,20	29,4	141	42,90
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	1,73
Итого		50,12	55,46	210,4	1579	226,38

## 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	27,74
Суп молочный с макаронными изделиями	250	8,9	9,8	31	236	23,55
Йогурт молочный 2,5% жирности	180	5,9	3,6	9,2	155	30,60
Какао с молоком	200	4,1	3,8	21,4	131	12,30
Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20	1,4	0,24	7,8	40	1,86
Зеленый горошек с луком	100	2,8	5,2	6,3	75	21,32
Рассольник "Ленинградский с мясом со сметаной"	250//10/5	2,60	6,40	27,5	185	23,19
Плов из мяса птицы	250	19,02	19,60	44,70	393,00	47,54
Компот из ягод замороженных	200	0,15	0,12	20,00	85,00	12,06
Яблоко	300	1,2	1,20	29,4	141	42,90
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	3,46
Итого		57,30	61,64	246,90	1805,00	249,98





## 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	3,87
<i>Рыба, запеченная в сметанном соусе</i>	100/20	19,1	9,6	9,80	204	98,91
<i>Рис припущенный</i>	180	4,4	5,7	46,7	241	14,77
<i>Отвар из шиповника с яблоком</i>	200	0,20	1,80	15,10	65,00	8,76
<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	1,73
Итого		27,90	20,74	100,20	677,00	130,63

## 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	3,87
<i>Рыба, запеченная в сметанном соусе</i>	100/20	19,1	9,6	9,80	204	98,91
<i>Рис припущенный</i>	200	4,9	6,5	51,9	266	16,64
<i>Отвар из шиповника с яблоком</i>	200	0,20	1,80	15,10	65,00	8,76
<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	3,46
Итого		31,26	21,88	117,80	767,00	135,10

## 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	4,71
<i>Каша жидкая кукурузная с маслом</i>	200//8	6,10	8,40	31,00	240	20,17
<i>Йогурт молочный 2,5% жирности</i>	180	5,9	3,60	9,2	155	30,60
<i>Кофейный напиток</i>	200	3,80	4,10	16,00	114,00	12,31
<i>Хлеб ржано-пшеничный с витаминами, железом и йодом "Свежий-2"</i>	20	0,90	0,24	7,80	40,00	1,73
<i>Икра из свеклы</i>	60	1,10	3,10	6,00	57,00	3,87
<i>Суп-лапша домашняя с курицей</i>	200//15	6,00	8,30	12,20	145,00	12,81
<i>Рыба, запеченная в сметанном соусе</i>	100/20	19,10	9,60	9,80	204,00	98,91
<i>Рис припущенный</i>	180	4,40	5,70	46,70	241,00	14,77
<i>Отвар из шиповника с яблоком</i>	200	0,20	1,80	15,10	65,00	8,76
<i>Яблоко</i>	300	1,2	1,20	29,4	141	42,90
<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	1,73
Итого		54,8	46,89	226,6	1608	255,86

## 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	4,71
<i>Каша жидкая кукурузная с маслом</i>	220//10	7,00	8,80	35,00	270	23,47
<i>Йогурт молочный 2,5% жирности</i>	180	5,9	3,6	9,2	155	30,60
<i>Кофейный напиток</i>	200	3,8	4,1	16	114	12,31
<i>Хлеб ржано-пшеничный с витаминами, железом и йодом "Свежий-2"</i>	40	2,80	0,48	15,60	80,00	3,46
<i>Икра из свеклы</i>	100	1,90	5,30	10,10	96,00	6,43
<i>Суп-лапша домашняя с курицей</i>	250/20	7,60	10,60	18,50	149,00	19,04
<i>Рыба, запеченная в сметанном соусе</i>	100/20	19,10	9,60	9,80	204,00	98,91
<i>Рис припущенный</i>	200	4,90	6,50	51,90	266,00	16,64
<i>Отвар из шиповника с яблоком</i>	200	0,20	1,80	15,10	65,00	8,76
<i>Яблоко</i>	300	1,2	1,20	29,4	141	42,90
<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	1,73
Итого		61,36	52,93	258,80	1771,00	272,42





## 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	11,10
Котлета по-домашнему п/ф с соусом томатным	100/30	15,60	14,2	17,1	236	70,24
Макаронны отварные	180	7,1	7,5	43,2	269	13,17
Компот из свежих яблок	200	0,35	0,18	13,4	57	9,02
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	1,73
Итого		26,45	22,57	96,95	690,00	107,85

## 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	14,83
Котлета по-домашнему п/ф с соусом томатным	125	15,60	14,20	17,10	236,00	70,24
Макаронны отварные	200	7,9	8,4	48	299	14,64
Компот из свежих яблок	200	0,35	0,18	13,40	57,00	9,02
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"	20	0,80	0,24	8,00	40,00	1,73
Итого		28,21	25,42	106,80	751,00	113,92

## 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	37,84
Яблоко	300	1,2	1,20	29,4	141	42,90
Напиток из цикория	200	2,90	3,20	15,00	91	11,90
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	20,09
Щи из свежей капусты с картофелем с курой со сметаной	200/15/5	3,8	5	7,3	104	20,36
Котлета по-домашнему п/ф с соусом томатным	100/30	15,60	14,20	17,10	236,00	70,24
Макаронны отварные	180	7,10	7,50	43,20	269,00	13,17
Компот из свежих яблок	200	0,35	0,18	13,40	57,00	9,02
Яблоко	300	1,2	1,20	29,4	141	42,90
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	1,73
Итого		55,81	60,21	214	1641	288,20

## 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	42,50
Яблоко	300	1,2	1,2	29,4	141	42,90
Напиток из цикория	200	2,9	3,2	15	91	11,90
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	33,48
Щи из свежей капусты с картофелем с курой со сметаной	250/20/5	4,2	5,9	12,1	150	25,51
Котлета по-домашнему п/ф с соусом томатным	100	15,60	14,20	17,10	236,00	70,24
Макаронны отварные	200	7,90	8,40	48,00	299,00	14,64
Компот из свежих яблок	200	0,35	0,18	13,40	57,00	9,02
Яблоко	300	1,2	1,2	29,4	141	42,90
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	1,73
Итого		61,03	65,71	235,90	1829,00	314,61