



МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Икра из кабачков пром. производства	30	0,55	2,2	3,03	27	5,64
Бефстроганов	100	14,20	16,10	19,8	254	59,18
Макароны отварные	180	7,1	7,5	43,2	269	13,45
Компот из свежих яблок	200	0,18	0,18	13,40	57	10,21
Хлеб пшеничный с витаминами, железом и 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		25,13	26,52	102,03	717,00	92,80

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Икра из кабачков пром. производства	30	0,55	2,2	3,03	27	5,64
Бефстроганов	120	17,04	19,30	23,8	305	71,28
Макароны отварные	200	7,9	8,4	48	299	14,95
Компот из свежих яблок	200	0,05	0,10	24,00	90	10,21
Хлеб пшеничный с витаминами, железом и 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		29,50	30,64	126,23	856,00	107,27

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	10,80	14,6	189,0	28,18
Каша вязкая ячневая	200/8	6,90	10,50	31,00	248	19,69
Йогурт молочный 2,5% жирности	180	5,9	3,60	9,2	155	30,60
Яблоко	150	0,6	0,60	14,7	71	24,68
Напиток из цикория	200	2,90	3,20	15,00	91	11,91
Икра из кабачков пром. производства	60	1,1	4,3	6,1	54	11,29
Суп картофельный с мясными фрикадельками	200/40	7,5	6,2	15,9	137	20,53
Бефстроганов	100	14,20	16,10	19,80	254,00	59,18
Макароны отварные	180	7,10	7,50	43,20	269,00	13,45
Компот из свежих яблок	200	0,18	0,18	13,40	57,00	10,21
Хлеб пшеничный с витаминами, железом и 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		56,35	63,52	205,3	1635	234,04

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
Каша вязкая ячневая	220/10	7,60	12,60	43,00	282	22,97
Йогурт молочный 2,5% жирности	180	5,9	3,60	9,2	155	30,60
Яблоко	150	0,6	0,60	14,7	71	24,68
Напиток из цикория	200	2,9	3,2	15	91	11,91
Икра из кабачков пром. производства	100	1,9	7,2	10,1	90	18,81
Суп картофельный с мясными фрикадельками	250/50	8	7,9	17,4	140	21,91
Бефстроганов	120	17,04	19,30	23,80	305,00	71,28
Макароны отварные	200	7,90	8,40	48,00	299,00	14,95
Компот из свежих яблок	200	0,05	0,10	24,00	90,00	10,21
Хлеб пшеничный с витаминами, железом и йодом "Свежий"	40	3,16	0,40	19,40	95,00	3,46
Хлеб ржано-пшеничный с витаминами, железом и йодом "Свежий-2"	20	1,4	0,24	7,8	40	1,73
Итого		62,72	74,34	247,00	1847,00	260,69



УТВЕРЖДАЮ

Директор

23.05.2023

МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Свекла отварная с сыром и чесноком	60	3,40	4,70	4,40	40	12,20
Кура, запеченная в соусе молочном	120	20,00	6,10	5,20	195	58,96
Пюре картофельное	200	4,30	7,40	29	203	17,98
Отвар из плодов шиповника	200	0,20	1,80	15,10	68	10,87
Хлеб пшеничный с витаминами, железом и 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		31,00	20,54	76,30	616,00	104,33

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Свекла отварная с сыром и чесноком	60	3,40	4,70	4,40	40	12,20
Кура, запеченная в соусе молочном	120	20,00	6,10	5,20	195	58,96
Пюре картофельное	200	4,30	7,40	29	203	17,98
Отвар из плодов шиповника	200	0,20	1,80	15,10	68,00	10,87
Хлеб пшеничный с витаминами, железом и 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		32,86	20,88	88,70	681,00	106,93

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	20,42
Омлет натуральный с овощами на поджаривку	180	14,8	16,30	6,3	250	38,10
Кофейный напиток	200	3,8	4,1	16	114	12,31
Яблоко	150	0,6	0,60	14,7	71	24,68
Хлеб пшеничный с витаминами, железом и 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
Свекла отварная с сыром и чесноком	60	3,40	4,70	4,40	40	12,20
Суп "Крестьянский с крупой с мясом"	200/10	4,40	6,70	29,4	143	12,98
Кура, запеченная в соусе молочном	120	20,00	6,10	5,20	195,00	58,96
Пюре картофельное	200	4,30	7,40	29	203	17,98
Отвар из плодов шиповника	200	0,20	1,80	15,10	68,00	10,87
Хлеб пшеничный с витаминами, железом и 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		64,8	54,96	177,5	1442	219,74

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
Омлет натуральный с овощами на поджаривку	200	16,8	17,80	8,1	288	42,81
Кофейный напиток	200	3,8	4,1	16	114	12,31
Яблоко	150	0,6	0,60	14,7	71	24,68
Хлеб пшеничный с витаминами, железом и йодом "Свежий"	40	3,16	0,40	19,40	95,00	3,46
Хлеб ржано-пшеничный с витаминами, железом и йодом "Свежий-2"	20	1,4	0,24	7,8	40	1,73
Свекла отварная с сыром и чесноком	100	5,40	7,60	7,40	70	19,69
Суп "Крестьянский с крупой с мясом"	250/10	4,10	8,10	34,4	194	13,74
Кура, запеченная в соусе молочном	120	20,00	6,10	5,20	195,00	58,96
Пюре картофельное	200	4,30	7,40	29	203	17,98
Отвар из плодов шиповника	200	0,20	1,80	15,10	68,00	10,87
Хлеб пшеничный с витаминами, железом и 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		69,36	60,86	192,10	1586,00	233,57



МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Горошек консервированный	30	0,9	0,06	1,95	12	6,72
Гуляш из рыбы	120	21	15,00	5,60	199	53,11
Рис припущенный	180	4,4	5,7	46,7	241	14,77
Яблоко	150	0,6	0,60	19,4	71	24,68
Сок плодовый	200	0,00	0,00	22,00	90	16,00
Хлеб пшеничный с витаминами, железом и 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		30,00	21,90	118,25	723,00	119,60

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Горошек консервированный	30	0,90	0,06	1,95	12,00	6,72
Гуляш из рыбы	120	21	15,00	5,60	199	53,11
Рис припущенный	200	4,9	6,5	51,9	266	16,64
Яблоко	150	0,6	0,60	19,4	71	24,68
Сок плодовый	200	0,00	0,00	22,00	90	16,00
Хлеб пшеничный с витаминами, железом и 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		32,36	23,04	135,85	813,00	124,07

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	4,70
Пудинг из творога со сгущенным молоком	210//10	22,6	20	44	408	114,97
Йогурт молочный 2,5% жирности	180	5,9	3,60	9,2	155	30,60
Яблоко	150	0,6	0,60	19,4	71	24,68
Чай с лимоном	200//10	0,01	0,00	11,10	45,00	4,13
Горошек консервированный	60	1,8	0,1	3,9	24	13,30
Суп из овощей с мясом	200//15	5,70	7,50	15,40	123,00	24,02
Гуляш из рыбы	120	21,00	15,00	5,60	199,00	53,11
Рис припущенный	180	4,40	5,70	46,70	241,00	14,77
Сок плодовый	200	0,00	0,00	22,00	90	16,00
Хлеб пшеничный с витаминами, железом и йодом "Свежий"	30	2,30	0,30	14,60	70,00	2,59
Хлеб ржано-пшеничный с витаминами, железом и йодом "Свежий-2"	20	0,90	0,24	7,80	40,00	1,73
Итого		67,61	53,35	220,7	1562	304,60

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	4,70
Пудинг из творога со сгущенным молоком	210//20	23,4	0	11,1	441	117,75
Йогурт молочный 2,5% жирности	180	5,9	3,6	9,2	155	30,60
Яблоко	150	0,6	0,60	19,4	71	24,68
Чай с лимоном	200//10	0,01	0	11,1	45	4,13
Горошек консервированный	100	3,1	0,2	6,5	40	22,17
Суп из овощей с мясом	250//20	4,60	7,30	19,30	155,00	31,01
Гуляш из рыбы	120	21,00	15,00	5,60	199,00	53,11
Рис припущенный	200	4,90	6,50	51,90	266,00	16,64
Сок плодовый	200	0,00	0,00	22,00	90	16,00
Хлеб пшеничный с витаминами, железом и 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		70,87	34,39	212,10	1733,00	327,71