



УТВЕРЖДАЮ

Директор

25.09.2023

**МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс**

Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Зеленый горошек с луком</i>	30	0,80	1,60	1,70	25,00	8,24
<i>Плов из мяса птицы</i>	230	17,50	18,00	63,00	430,00	80,54
<i>Какао с молоком</i>	200	4,10	3,80	21,40	131,00	12,86
<i>Хлеб пшеничный</i>	30	2,30	0,30	14,60	70,00	2,59
<i>Хлеб ржаной</i>	10	0,40	0,12	4,00	20,00	0,91
<b>Итого</b>		25,10	23,82	104,70	676,00	105,14

**МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс**

Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Зеленый горошек с луком</i>	40	1,00	2,10	2,20	33,00	9,98
<i>Плов из мяса птицы</i>	230	17,50	18,00	63,00	430,00	80,54
<i>Какао с молоком</i>	200	4,10	3,80	21,40	131,00	12,86
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	3,16	0,40	19,40	95,00	3,46
<i>Хлеб ржаной</i>	40	1,80	0,48	15,60	80,00	3,62
<b>Итого</b>		27,56	24,78	121,60	769,00	110,46

**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 маслом и сыром</i>	30//10/15	6,27	10,8	14,60	189	23,91
<i>Суп молочный с макаронными изделиями</i>	200	7,1	7,8	26	190	27,81
<i>Какао с молоком</i>	200	4,10	3,80	21,40	131,00	12,86
<i>Йогурт молочный 2,5% жирности</i>	270	8,80	5,40	13,80	232,00	54,60
<i>Зеленый горошек с луком</i>	60	1,70	3,00	3,80	50,00	14,97
<i>Рассольник "Ленинградский с мясом со сметаной"</i>	200//10/5	3,10	6,60	21,10	148,00	28,92
<i>Плов из мяса птицы</i>	230	17,50	18,00	63,00	430,00	80,54
<i>Компот из ягод замороженных</i>	200	0,15	0,12	20,00	85,00	16,35
<i>Хлеб пшеничный</i>	30	2,30	0,30	14,60	70,00	2,59
<i>Хлеб ржаной</i>	10	0,40	0,12	4,00	20,00	0,91
<b>Итого</b>		51,42	55,94	202,3	1545	263,46

**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 маслом и сыром</i>	30//10/15	6,27	10,8	14,6	189	23,91
<i>Суп молочный с макаронными изделиями</i>	250	8,9	9,8	31	236	29,50
<i>Какао с молоком</i>	200	4,1	3,8	21,4	131	12,86
<i>Йогурт молочный 2,5% жирности</i>	270	8,8	5,4	13,8	232	54,60
<i>Хлеб ржаной</i>	20	1,4	0,24	7,8	40	1,81
<i>Зеленый горошек с луком</i>	100	2,8	5,2	6,3	75	24,95
<i>Рассольник "Ленинградский с мясом со сметаной"</i>	250//10/5	2,6	6,4	27,5	173	31,80
<i>Плов из мяса птицы</i>	230	17,50	18,00	63,00	430,00	80,54
<i>Компот из ягод замороженных</i>	200	0,15	0,12	20,00	85,00	16,35
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	3,16	0,40	19,40	95,00	3,46
<i>Хлеб ржаной</i>	40	1,80	0,48	15,60	80,00	3,62
<b>Итого</b>		57,48	60,64	240,40	1766,00	283,40



## МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Рагу овощное с мясом</i>	250	18,50	22,05	29,60	352,00	100,41
<i>Чай с сахаром "Ягодка"</i>	200	0,08	0,03	9,60	41	7,46
<i>Яблоко</i>	200	0,80	0,80	19,60	94,00	32,10
<i>Хлеб пшеничный</i>	30	2,30	0,30	14,60	70,00	2,59
<i>Хлеб ржаной</i>	10	0,40	0,12	4,00	20,00	0,91
Итого		22,08	23,30	77,40	577,00	143,47

## МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

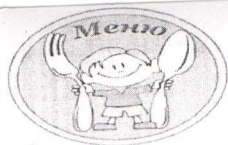
Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Рагу овощное с мясом</i>	250	18,50	22,05	29,60	352,00	100,41
<i>Чай с сахаром "Ягодка"</i>	200	0,08	0,03	9,60	41,00	7,46
<i>Яблоко</i>	130	0,52	0,52	12,74	61,10	20,87
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	3,16	0,40	19,40	95,00	3,46
<i>Хлеб ржаной</i>	20	1,40	0,24	7,80	40,00	1,81
Итого		23,66	23,24	79,14	589,10	134,01

## МЕНЮ для учащихся с ОБЗ с 1 по 4 класс

Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Сыр порционный</i>	20	4,64	5,84	0,00	73,00	17,42
<i>Запеканка из творога со сгущенным молоком</i>	180/10	20	16,1	42,3	396	94,70
<i>Яблоко</i>	200	0,80	0,80	19,60	94,00	32,10
<i>Чай с сахаром "Ягодка"</i>	200	0,08	0,03	9,60	41	7,46
<i>Хлеб ржаной</i>	20	1,40	0,24	7,80	40,00	1,81
<i>Нарезка из свежих овощей с маслом растительным</i>	60	1,00	3,00	2,60	41,00	8,73
<i>Суп гороховый с гренками с мясом</i>	200/10/10	4,8	6,8	25,9	152	35,87
<i>Рагу овощное с мясом</i>	250	18,50	22,05	29,60	352,00	100,41
<i>Компот из сухофруктов</i>	200	0,05	0,10	24,00	103,00	14,93
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	3,16	0,40	19,40	95,00	3,46
<i>Хлеб ржаной</i>	20	1,40	0,24	7,80	40,00	1,81
Итого		55,83	55,6	188,6	1427	318,70

## МЕНЮ для учащихся с ОБЗ с 5 по 11 класс

Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Сыр порционный</i>	20	4,64	5,84	0	73	17,42
<i>Запеканка из творога со сгущенным молоком</i>	180/20	21,6	17	47	427	94,70
<i>Яблоко</i>	130	0,52	0,52	12,74	61,10	20,87
<i>Чай с сахаром "Ягодка"</i>	200	0,08	0,03	9,60	41	7,46
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	3,16	0,40	19,40	95,00	3,46
<i>Нарезка из свежих овощей с маслом растительным</i>	100	1,80	5,10	4,30	69,00	11,18
<i>Суп гороховый с гренками с мясом</i>	250/10/10	6,40	8,20	30,40	221,00	39,41
<i>Рагу овощное с мясом</i>	250	18,50	22,05	29,60	352,00	100,41
<i>Компот из сухофруктов</i>	200	0,05	0,10	24,00	103,00	14,93
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	3,16	0,40	19,40	95,00	3,46
<i>Хлеб ржаной</i>	40	1,80	0,48	15,60	80,00	3,62
Итого		61,71	60,12	212,04	1617,10	316,92

**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	8,34
<i>Рыба, запеченная в сметанном соусе</i>	100/20	19,10	9,60	9,80	224,00	96,68
<i>Рис припущенный</i>	150	3,40	4,30	38,00	188,00	9,58
<i>Отвар из шиповника с яблоком</i>	200	0,20	1,80	15,10	65,00	8,25
<i>Хлеб пшеничный</i>	30	2,30	0,30	14,60	70,00	2,59
<i>Хлеб ржаной</i>	10	0,40	0,12	4,00	20,00	0,91
Итого		26,50	19,22	87,50	624,00	126,35

**МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс**

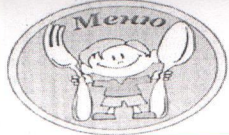
Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Икра из свеклы</i>	60	1,10	3,10	6,00	57,00	8,34
<i>Рыба, запеченная в сметанном соусе</i>	100/20	19,10	9,60	9,80	224,00	96,68
<i>Рис припущенный</i>	180	4,30	5,20	45,70	229,00	11,43
<i>Отвар из шиповника с яблоком</i>	200	0,20	1,80	15,10	65,00	8,25
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	3,16	0,40	19,40	95,00	3,46
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,90	0,24	7,80	40,00	1,81
Итого		28,76	20,34	103,80	710,00	129,97

**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	3,68
<i>Каша жидкая кукурузная с маслом</i>	200/5	6,1	8,4	31	222	27,63
<i>Йогурт молочный 2,5% жирности</i>	270	8,80	5,40	13,80	232,00	54,60
<i>Кофейный напиток</i>	200	3,80	4,10	16,00	114,00	11,97
<i>Хлеб пшеничный</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	8,34
<i>Суп-лапша домашняя с курицей</i>	200/15	6,00	8,30	12,20	145,00	27,16
<i>Рыба, запеченная в сметанном соусе</i>	100/20	19,10	9,60	9,80	224,00	96,68
<i>Рис припущенный</i>	150	3,40	4,30	38,00	188,00	9,58
<i>Отвар из шиповника с яблоком</i>	200	0,20	1,80	15,10	65,00	8,25
<i>Яблоко</i>	200	0,80	0,80	19,60	94,00	32,10
<i>Хлеб пшеничный</i>	30	2,30	0,30	14,60	70,00	2,59
<i>Хлеб ржаной</i>	10	0,40	0,12	4,00	20,00	0,91
Итого		55,3	46,77	208,9	1567	285,22

**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	3,68
<i>Каша жидкая кукурузная с маслом</i>	210/20	7	8,8	35	244	28,79
<i>Йогурт молочный 2,5% жирности</i>	270	8,8	5,4	13,8	232	54,60
<i>Кофейный напиток</i>	200	3,8	4,1	16	114	11,97
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	3,16	0,40	19,40	95,00	3,46
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,90	0,24	7,80	40,00	1,81
<i>Икра из свеклы</i>	100	1,90	5,30	10,10	96,00	13,90
<i>Суп-лапша домашняя с курицей</i>	250/20	7,60	10,60	18,50	149,00	29,28
<i>Рыба, запеченная в сметанном соусе</i>	100/20	19,10	9,60	9,80	224,00	96,68
<i>Рис припущенный</i>	180	4,30	5,20	45,70	229,00	11,43
<i>Отвар из шиповника с яблоком</i>	200	0,20	1,80	15,10	65,00	8,25
<i>Яблоко</i>	130	0,52	0,52	12,74	61,10	20,87
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	3,16	0,40	19,40	95,00	3,46
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,90	0,24	7,80	40,00	1,81
Итого		63,74	52,91	252,14	1780,10	289,99



### 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	9,06
Котлета по-домашнему п/ф с соусом томатным	100/30	15,60	18,70	17,10	277,00	86,82
Макаронны отварные	150	5,9	5	39,1	210	10,31
Компот из свежих яблок	200	0,35	0,18	13,4	57	8,70
Хлеб пшеничный	30	2,30	0,30	14,60	70,00	2,59
Хлеб ржаной	10	0,40	0,12	4,00	20,00	0,91
<b>Итого</b>		<b>25,25</b>	<b>27,40</b>	<b>90,50</b>	<b>675,00</b>	<b>118,39</b>

### 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	0,7	3,1	2,3	41	9,06
Котлета по-домашнему п/ф с соусом томатным	125	15,60	18,70	17,10	277,00	86,82
Макаронны отварные	180	7,10	6,00	47,00	256,00	11,97
Компот из свежих яблок	200	0,35	0,18	13,40	57,00	8,70
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,40	95,00	3,46
Хлеб ржаной	20	0,90	0,24	7,80	40,00	1,81
<b>Итого</b>		<b>27,81</b>	<b>28,62</b>	<b>107,00</b>	<b>766,00</b>	<b>121,82</b>

### 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	10,76
Омлет натуральный с овощами на поджаривку	180	14,8	16,3	6,3	250	15,65
Яблоко	230	0,92	0,92	22,54	108,10	36,92
Напиток из цикория	200	2,90	3,20	15,00	100,00	13,63
Хлеб пшеничный	30	2,30	0,30	14,60	70,00	2,59
Нарезка из свежих помидоров с маслом растительным	60	0,70	3,10	2,30	41,00	9,06
Суп "Свекольник" с мясом со сметаной	200/10/5	1,20	7,40	12,60	120,00	33,03
Котлета по-домашнему п/ф с соусом томатным	100/30	15,60	18,70	17,10	277,00	86,82
Макаронны отварные	150	5,90	5,00	39,10	210,00	10,31
Компот из свежих яблок	200	0,35	0,18	13,40	57,00	8,70
Хлеб пшеничный	30	2,30	0,30	14,60	70,00	2,59
Хлеб ржаной	40	2,80	0,48	15,60	80,00	3,62
<b>Итого</b>		<b>52,13</b>	<b>63,37</b>	<b>187,74</b>	<b>1519,1</b>	<b>233,68</b>

### 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	10,76
Омлет натуральный с овощами на поджаривку	200	16,8	17,8	8,1	288	16,59
Яблоко	130	0,52	0,52	12,74	61,1	20,87
Напиток из цикория	200	2,9	3,2	15	100	13,63
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,4	95	3,46
Хлеб ржаной	20	1,4	0,24	7,8	40	1,81
Нарезка из свежих помидоров с маслом растительным	60	0,70	3,10	2,30	41,00	9,06
Суп "Свекольник" с мясом со сметаной	250/20/5	2,40	8,90	20,80	179,00	39,58
Котлета по-домашнему п/ф с соусом томатным	100	15,60	18,70	17,10	277,00	86,82
Макаронны отварные	180	7,10	6,00	47,00	256,00	11,97
Компот из свежих яблок	200	0,35	0,18	13,40	57,00	8,70
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,40	95,00	3,46
Хлеб ржаной	20	1,4	0,24	7,8	40	1,81
<b>Итого</b>		<b>57,85</b>	<b>67,17</b>	<b>205,44</b>	<b>1665,10</b>	<b>228,52</b>