



УТВЕРЖДАЮ

Директор

09.10.2023

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	11,55
Плов из мяса птицы	230	17,50	18,00	63,00	430,00	47,54
Сок плодовый	200	0,50	0,00	34,00	138	14,60
Яблоко	130	0,52	0,52	12,74	61,1	20,87
Хлеб пшеничный	30	2,30	0,30	14,60	70,00	2,59
Хлеб ржаной	10	0,40	0,12	4,00	20,00	0,86
Итого		21,46	18,97	128,85	724,10	98,01

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	11,55
Плов из мяса птицы	230	17,50	18,00	63,00	430,00	47,54
Сок плодовый	200	0,50	0,00	34,00	138,00	14,60
Яблоко	130	0,52	0,52	12,74	61,1	20,87
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,40	95,00	3,46
Хлеб ржаной	20	1,40	0,24	7,80	40,00	1,73
Итого		23,32	19,19	137,45	769,10	99,75

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	15,89
Йогурт молочный 2,5% жирности	270	8,80	5,40	13,80	232,00	54,60
Чай с сахаром	200	0,00	0,00	8,90	36,00	1,46
Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,70	48,00	1,73
Хлеб ржаной	10	0,40	0,12	4,00	20,00	0,86
Огурцы консервированные	60	0,80	0,10	1,70	8,00	33,11
Щи из свежей капусты с картофелем с курой со сметаной	200//15/5	4,80	8,70	7,30	114,00	21,17
Плов из мяса птицы	230	17,50	18,00	63,00	430,00	47,54
Сок плодовый	200	0,50	0,00	34,00	138,00	14,60
Яблоко	230	0,92	0,92	22,54	108,10	36,92
Хлеб пшеничный	30	2,30	0,30	14,60	70,00	2,59
Хлеб ржаной	20	1,40	0,24	7,80	40,00	1,73
Итого		56,16	57,77	208,24	1630,1	242,96

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	17,67
Йогурт молочный 2,5% жирности	270	8,8	5,4	13,8	232	54,60
Чай с сахаром	200	0	0	8,9	36	1,46
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,4	95	3,46
Хлеб ржаной	20	1,4	0,24	7,8	40	1,73
Огурцы консервированные	100	0,8	0,1	1,7	15	38,59
Щи из свежей капусты с картофелем с курой со сметаной	250//20/5	7,2	10,2	12,1	154	26,93
Плов из мяса птицы	230	17,50	18,00	63,00	430,00	47,54
Сок плодовый	200	0,50	0,00	34,00	138,00	14,60
Яблоко	130	0,52	0,52	12,74	61,1	20,87
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,40	95,00	3,46
Хлеб ржаной	60	2,70	0,72	23,40	120,00	5,19
Итого		64,90	61,27	238,94	1840,10	246,86

**МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс**

Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Капуста белокочанная с маслом</i>	40	0,7	2,2	1,8	30	2,60
<i>Котлета из рыбы</i>	100	17,30	17,90	8,78	272,00	74,81
<i>Пюре картофельное</i>	180	3,90	5,10	26,50	170,00	13,73
<i>Чай с сахаром "Ягодка"</i>	200	0,08	0,03	9,60	41	5,46
<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	0,86
Итого		24,68	25,65	65,28	603,00	100,05

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

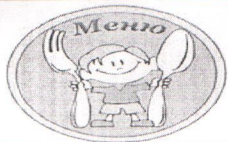
Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Капуста белокочанная с маслом</i>	40	0,7	2,2	1,8	30	2,60
<i>Котлета из рыбы</i>	100	17,30	17,90	8,98	272,00	74,81
<i>Пюре картофельное</i>	180	3,90	5,10	26,50	170,00	13,73
<i>Чай с сахаром "Ягодка"</i>	200	0,08	0,03	9,60	41	5,46
<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	1,73
Итого		26,54	25,87	74,08	648,00	101,79

МЕНЮ для учащихся с ОВЗ 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>Пудинг из творога со сгущенным молоком</i>	210//10	22,6	20	44	408	97,07
<i>Яблоко</i>	230	0,92	0,92	22,54	108,10	36,92
<i>Чай с сахаром "Ягодка"</i>	200	0,08	0,03	9,60	41,00	5,46
<i>Капуста белокочанная с маслом</i>	60	0,90	3,60	2,80	42,00	3,85
<i>Рассольник "Ленинградский с мясом со сметаной"</i>	200//10/5	3,10	6,60	21,10	148,00	25,74
<i>Котлета из рыбы</i>	100	17,30	17,90	8,78	272,00	74,81
<i>Пюре картофельное</i>	180	3,90	5,10	26,50	170,00	13,73
<i>Компот из свежих яблок</i>	200	0,18	0,18	13,40	57,00	8,70
<i>Хлеб пшеничный</i>	30	2,30	0,30	14,60	70,00	2,59
<i>Хлеб ржаной</i>	20	1,40	0,24	7,80	40,00	1,73
Итого		55,08	55,18	192,12	1452,1	274,28

МЕНЮ для учащихся с ОВЗ 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>Пудинг из творога со сгущенным молоком</i>	210//20	23,4	20	44	441	100,47
<i>Яблоко</i>	130	0,52	0,52	12,74	61,1	20,87
<i>Чай с сахаром "Ягодка"</i>	200	0,08	0,03	9,6	41	5,46
<i>Хлеб ржаной</i>	20	1,4	0,24	7,8	40	1,73
<i>Капуста белокочанная с маслом</i>	100	1,60	5,09	4,70	70,00	6,44
<i>Рассольник "Ленинградский с мясом со сметаной"</i>	250//10/5	2,60	6,40	27,50	173,00	28,57
<i>Котлета из рыбы</i>	100	17,30	17,90	8,98	272,00	74,81
<i>Пюре картофельное</i>	180	3,90	5,10	26,50	170,00	13,73
<i>Компот из свежих яблок</i>	200	0,18	0,18	13,40	57,00	8,70
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	3,16	0,40	19,40	95,00	3,46
<i>Хлеб ржаной</i>	60	2,70	0,72	23,40	120,00	5,19
Итого		59,24	56,89	219,02	1636,10	273,11

**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	7,16
<i>Гречка по-купечески с мясом</i>	250	19,40	24,50	51,50	378,00	89,06
<i>Компот из изюма</i>	200	0,46	0,10	24,00	96,00	5,87
<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	0,86
Итого		23,26	28,12	96,40	605,00	105,54

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	7,16
<i>Гречка по-купечески с мясом</i>	250	19,40	24,50	51,50	378	89,06
<i>Компот из изюма</i>	200	0,46	0,10	24,00	96,00	5,87
<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	3,46
Итого		25,52	28,58	112,80	690,00	109,01

МЕНЮ для учащихся с ОВЗ с 1 по 4 класс

Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Бутерброд с маслом и повидлом</i>	30/5/10	1,4	3,87	22,83	128	12,51
<i>Суп молочный с макаронными изделиями</i>	200	7,1	7,8	26	190	15,81
<i>Йогурт молочный 2,5% жирности</i>	270	8,80	5,40	13,80	232,00	54,60
<i>Напиток из цикория</i>	200	2,90	3,20	15,00	100,00	11,63
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	1,58	0,20	9,70	48,00	1,73
<i>Нарезка из свежих помидоров с маслом растительным</i>	60	0,70	3,10	2,30	41,00	7,16
<i>Суп картофельный с рыбными фрикадельками</i>	200/50	6,80	5,50	16,90	160,00	49,62
<i>Гречка по-купечески с мясом</i>	250	19,40	24,50	51,50	378,00	89,06
<i>Компот из изюма</i>	200	0,46	0,10	24,00	96,00	5,87
<i>Хлеб пшеничный</i>	30	2,30	0,30	14,60	70,00	2,59
<i>Хлеб ржаной</i>	60	3,60	0,92	30,03	120,00	5,19
Итого		55,04	54,89	226,66	1563	255,77

МЕНЮ для учащихся с ОВЗ с 5 по 11 класс

Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Бутерброд с маслом и повидлом</i>	30/5/10	1,4	3,87	22,83	128	12,51
<i>Суп молочный с макаронными изделиями</i>	250	8,9	9,8	31	236	19,65
<i>Йогурт молочный 2,5% жирности</i>	270	8,80	5,40	13,80	232,00	54,60
<i>Напиток из цикория</i>	200	2,9	3,2	15	100	11,63
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	1,58	0,2	9,7	48	1,73
<i>Нарезка из свежих помидоров с маслом растительным</i>	100	1,80	5,10	4,30	69,00	11,89
<i>Суп картофельный с рыбными фрикадельками</i>	250/50	7,80	7,50	18,90	195,00	51,80
<i>Гречка по-купечески с мясом</i>	250	19,40	24,50	51,50	378,00	89,06
<i>Компот из изюма</i>	200	0,46	0,10	24,00	96,00	5,87
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	3,16	0,40	19,40	95,00	3,46
<i>Хлеб ржаной</i>	60	3,60	0,92	30,03	120,00	5,19
Итого		59,80	60,99	240,46	1697,00	267,39

**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	5,24
<i>Бефстроганов</i>	90	11,90	14,10	17,50	284,00	79,72
<i>Рис припущенный</i>	150	3,40	4,30	38,00	188,00	9,58
<i>Сок плодовый</i>	200	0,50	0,00	34,00	138,00	14,60
<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	0,86
Итого		19,30	20,42	109,80	725,00	112,59

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	6,98
<i>Бефстроганов</i>	100	14,20	16,10	19,80	318,00	83,13
<i>Рис припущенный</i>	180	4,30	5,20	45,70	229,00	11,43
<i>Сок плодовый</i>	200	0,50	0,00	34,00	138,00	14,60
<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	1,73
Итого		24,56	24,04	128,90	853,00	121,33

МЕНЮ для учащихся с ОВЗ с 1 по 4 класс

Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Бутерброд с сыром</i>	30/20	6,55	5,6	17,15	141	19,21
<i>Каша жидкая кукурузная с маслом</i>	200/5	6,1	8,4	31	222	15,63
<i>Яблоко</i>	230	0,92	0,92	22,54	108,10	36,92
<i>Кофейный напиток</i>	200	3,80	4,10	16,00	114,00	11,97
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	1,58	0,20	9,70	48,00	1,73
<i>Зеленый горошек с луком</i>	60	1,70	0,30	3,80	50,00	13,48
<i>Суп картофельный с мясными фрикадельками</i>	200/35	7,5	6,2	15,9	137	51,19
<i>Бефстроганов</i>	90	11,90	14,10	17,50	284,00	79,72
<i>Рис припущенный</i>	150	3,40	4,30	38,00	188,00	9,58
<i>Сок плодовый</i>	200	0,50	0,00	34,00	138,00	14,60
<i>Хлеб пшеничный</i>	30	3,16	0,40	19,40	95,00	2,59
<i>Хлеб ржаной</i>	10	1,40	0,24	7,80	40,00	0,86
Итого		48,51	44,76	232,79	1565,1	257,48

МЕНЮ для учащихся с ОВЗ с 5 по 11 класс

Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Бутерброд с сыром</i>	30/20	6,55	5,6	17,15	141	19,21
<i>Каша жидкая кукурузная с маслом</i>	220/5	7	8,8	35	244	16,79
<i>Яблоко</i>	130	0,52	0,52	12,74	61,10	20,87
<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>Зеленый горошек с луком</i>	100	2,80	5,20	6,30	75,00	17,46
<i>Суп картофельный с мясными фрикадельками</i>	250/35	8,00	7,90	17,40	140,00	52,57
<i>Бефстроганов</i>	100	14,20	16,10	19,80	318,00	83,13
<i>Рис припущенный</i>	180	4,30	5,20	45,70	229,00	11,43
<i>Сок плодовый</i>	200	0,50	0,00	34,00	138,00	14,60
<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	1,73
Итого		55,39	54,46	250,69	1690,10	256,68