



УТВЕРЖДАЮ

Директор

18.10.2023

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	7,16
Гуляш из рыбы	100	13,40	12,00	5,60	185,00	45,29
Рис припущенный	150	3,40	4,30	38,00	188,00	9,58
Яблоко	130	0,52	0,52	12,74	61,10	20,87
Сок плодовый	200	0,50	0,00	34,00	138,00	14,60
Хлеб пшеничный	30	2,30	0,30	14,60	70,00	2,99
Хлеб ржаной	10	0,40	0,12	4,00	20,00	0,97
Итого		21,22	20,34	111,24	703,10	101,46

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	0,70	3,10	2,30	41,00	7,16
Гуляш из рыбы	100	13,40	12,00	5,60	185,00	45,29
Рис припущенный	180	4,30	5,20	45,70	229,00	11,43
Яблоко	130	0,52	0,52	12,74	61,10	20,87
Сок плодовый	200	0,50	0,00	34,00	138,00	14,60
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,40	95,00	3,98
Хлеб ржаной	20	0,90	0,24	7,80	40,00	1,94
Итого		23,48	21,46	127,54	789,10	105,27

МЕНЮ для учащихся с ОБЗ 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	3,68
Пудинг из творога со сгущенным молоком	210//10	22,6	20	44	408	97,07
Йогурт молочный 2,5% жирности	270	8,80	5,40	13,80	232,00	54,60
Чай с лимоном	200//5	0,01	0,00	11,10	45,00	2,79
Нарезка из свежих помидоров с маслом растительным	60	0,70	3,10	2,30	41,00	7,16
Суп из овощей с мясом	200//15	5,70	7,50	15,40	123,00	35,77
Гуляш из рыбы	100	13,40	12,00	5,60	185,00	45,29
Рис припущенный	150	3,40	4,30	38,00	188,00	9,58
Яблоко	230	0,92	0,92	22,54	108,10	36,92
Сок плодовый	200	0,50	0,00	34,00	138,00	14,60
Хлеб пшеничный	30	2,30	0,30	14,60	70,00	2,99
Хлеб ржаной	20	0,90	0,24	7,80	40,00	1,94
Итого		61,63	54,07	230,14	1674,1	312,39

МЕНЮ для учащихся с ОБЗ 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	3,68
Пудинг из творога со сгущенным молоком	210//20	23,4	0	11,1	441	100,47
Йогурт молочный 2,5% жирности	270	8,8	5,4	13,8	232	54,60
Чай с лимоном	200//5	0,01	0	11,1	45	2,79
Нарезка из свежих помидоров с маслом растительным	100	1,80	5,10	4,30	69,00	11,89
Суп из овощей с мясом	250//20	4,60	7,30	19,30	159,00	40,23
Гуляш из рыбы	100	13,40	12,00	5,60	185,00	45,29
Рис припущенный	180	4,30	5,20	45,70	229,00	11,43
Яблоко	130	0,52	0,52	12,74	61,10	20,87
Сок плодовый	200	0,50	0,00	34,00	138,00	14,60
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,40	95,00	3,98
Хлеб ржаной	40	1,80	0,48	15,60	80,00	3,88
Итого		64,69	36,71	213,64	1830,10	313,71