

УТВЕРЖДАЮ

Директор

20.11.2023

МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Кукуруза консервированная	30	0,69	0,10	4,30	17	11,79
Тефтели	100	13,60	15,40	12,80	245,00	71,15
Соус сметанно-томатный	25	0,50	4,60	1,80	54,00	7,36
Макароньы отварные	150	5,9	5	39,1	210	8,82
Компот из свежих яблок	200	0,35	0,18	13,4	57	6,73
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		23,74	25,70	90,00	673,00	109,30

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

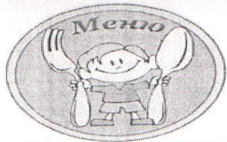
Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Кукуруза консервированная	30	0,69	0,10	4,30	17	11,79
Тефтели	100	13,60	15,40	12,80	245,00	71,15
Соус сметанно-томатный	25	0,50	4,60	1,80	54,00	7,36
Макароньы отварные	180	7,10	6,00	47,00	256,00	10,59
Компот из свежих яблок	200	0,35	0,18	13,40	57,00	6,73
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,40	95,00	3,46
Хлеб ржаной	20	0,90	0,24	7,80	40,00	1,73
Итого		26,30	26,92	106,50	764,00	112,81

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	27,38
Каша вязкая пшеничная	200//5	6,1	7,5	35	203	16,74
Какао с молоком	200	4,1	3,80	21,40	131	12,92
Кукуруза консервированная	60	1,38	0,20	8,60	34,00	23,49
Суп рыбный	200//40	9,30	7,80	18,10	143,00	52,98
Тефтели	100	13,60	15,40	12,80	245,00	71,15
Соус сметанно-томатный	25	0,50	4,60	1,80	54,00	7,36
Макароньы отварные	150	5,90	5,00	39,10	210,00	8,82
Компот из свежих яблок	200	0,35	0,18	13,40	57,00	6,73
Хлеб пшеничный	30	2,30	0,30	14,60	70,00	2,59
Хлеб ржаной	20	0,90	0,24	7,80	40,00	1,73
Итого		50,7	55,82	187,2	1376	231,89

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	27,38
Каша вязкая пшеничная	220//5	7,2	8,3	38	229	17,92
Какао с молоком	200	4,1	3,8	21,4	131	12,92
Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,7	48	1,73
Хлеб ржаной	20	1,4	0,24	7,8	40	1,73
Кукуруза консервированная	100	2,00	0,32	10,60	54,00	39,14
Суп рыбный	250//50	9,30	7,80	18,10	143,00	57,48
Тефтели	100	13,60	15,40	12,80	245,00	71,15
Соус сметанно-томатный	25	0,50	4,60	1,80	54,00	7,36
Макароньы отварные	180	7,10	6,00	47,00	256,00	10,59
Компот из свежих яблок	200	0,35	0,18	13,40	57,00	6,73
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,40	95,00	3,46
Хлеб ржаной	40	1,80	0,48	15,60	80,00	3,46
Итого		58,36	58,52	230,20	1621,00	261,05



УТВЕРЖДАЮ

Директор

21.11.2023

МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Капуста белокочанная с маслом	40	0,70	2,20	1,80	30,00	1,60
Кура, запеченная в соусе молочном	90	10,60	13,10	11,07	217,00	66,84
Пюре картофельное	180	3,90	5,10	26,50	170,00	12,71
Отвар из плодов шиповника	200	0,20	1,80	15,80	68,00	7,66
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		18,10	22,62	73,77	575,00	92,26

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

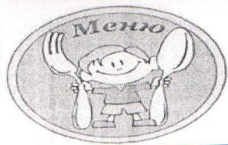
Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Капуста белокочанная с маслом	40	0,70	2,20	1,80	30,00	1,60
Кура, запеченная в соусе молочном	100	11,80	14,60	12,30	243,00	73,58
Пюре картофельное	180	3,90	5,10	26,50	170,00	12,71
Отвар из плодов шиповника	200	0,20	1,80	15,80	68,00	7,66
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,40	95,00	3,46
Хлеб ржаной	20	0,90	0,24	7,80	40,00	1,73
Итого		20,66	24,34	83,60	646,00	100,74

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	73,00	19,67
Омлет натуральный с овощами на поджаривку	180	14,8	16,3	6,3	250	55,47
Кофейный напиток	200	3,80	4,10	16,00	114,00	14,37
Яблоко	230	0,92	0,92	22,54	108,10	35,88
Хлеб пшеничный	30	2,30	0,30	14,60	70,00	2,59
Хлеб ржаной	20	0,90	0,24	7,80	40,00	1,73
Капуста белокочанная с маслом	60	0,90	3,60	2,80	42,00	2,35
Суп "Крестьянский" с крупой, с мясом	200/10	4,40	6,70	29,40	143,00	20,80
Кура, запеченная в соусе молочном	90	10,60	13,10	11,07	217,00	66,84
Пюре картофельное	180	3,90	5,10	26,50	170,00	12,71
Отвар из плодов шиповника	200	0,20	1,80	15,80	68,00	7,66
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,40	95,00	3,46
Хлеб ржаной	40	1,80	0,48	15,60	80,00	3,46
Итого		52,32	58,88	187,81	1470,1	246,99

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	19,67
Омлет натуральный с овощами на поджаривку	200	16,8	17,8	8,1	288	58,32
Кофейный напиток	200	3,8	4,1	16	114	14,37
Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	47,00	15,60
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,40	95,00	3,46
Хлеб ржаной	20	0,90	0,24	7,80	40,00	1,73
Капуста белокочанная с маслом	100	1,60	5,09	4,70	70,00	3,93
Суп "Крестьянский" с крупой, с мясом	250/10	4,10	8,10	34,40	194,00	22,28
Кура, запеченная в соусе молочном	100	11,80	14,60	12,30	243,00	73,58
Пюре картофельное	180	3,90	5,10	26,50	170,00	12,71
Отвар из плодов шиповника	200	0,20	1,80	15,80	68,00	7,66
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,40	95,00	3,46
Хлеб ржаной	40	1,80	0,48	15,60	80,00	3,46
Итого		56,26	64,35	189,80	1577,00	240,23



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	10,44
Гуляш из рыбы	100	13,40	12,00	5,60	185,00	45,31
Рис припущенный	150	3,40	4,30	38,00	188,00	13,65
Яблоко	230	0,92	0,92	22,54	108,10	35,88
Чай с сахаром "Ягодка"	200	0,08	0,03	9,60	41,00	4,63
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		21,20	20,77	96,64	653,10	113,36

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	10,44
Гуляш из рыбы	100	13,40	12,00	5,60	185,00	45,31
Рис припущенный	180	4,30	5,20	45,70	229,00	16,28
Яблоко	130	0,52	0,52	12,74	61,10	20,28
Чай с сахаром "Ягодка"	200	0,08	0,03	9,60	41,00	4,63
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,40	95,00	3,46
Хлеб ржаной	20	0,90	0,24	7,80	40,00	1,73
Итого		23,06	21,49	103,14	692,10	102,13

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	4,84
Пудинг из творога со сгущенным молоком	210//10	22,6	20	44	408	100,65
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	3,67
Нарезка из свежих помидоров с маслом растительным	60	0,70	3,10	2,30	41,00	10,44
Суп из овощей с мясом	200//15	5,70	7,50	15,40	123,00	35,58
Гуляш из рыбы	100	13,40	12,00	5,60	185,00	45,57
Рис припущенный	150	3,40	4,30	38,00	188,00	13,54
Яблоко	230	0,92	0,92	22,54	108,10	35,88
Компот из изюма	200	0,46	0,10	24,00	96,00	8,09
Хлеб пшеничный	30	2,30	0,30	14,60	70,00	2,59
Хлеб ржаной	20	0,90	0,24	7,80	40,00	1,73
Итого		61,59	54,17	220,14	1632,1	317,18

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	4,84
Пудинг из творога со сгущенным молоком	210//20	23,4	0	11,1	441	103,43
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	3,67
Нарезка из свежих помидоров с маслом растительным	100	1,80	5,10	4,30	69,00	17,35
Суп из овощей с мясом	250//20	4,60	7,30	19,30	159,00	40,00
Гуляш из рыбы	100	13,40	12,00	5,60	185,00	45,57
Рис припущенный	180	4,30	5,20	45,70	229,00	16,15
Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	47,00	15,60
Компот из изюма	200	0,46	0,10	24,00	96,00	8,09
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,40	95,00	3,46
Хлеб ржаной	40	1,80	0,48	15,60	80,00	3,46
Итого		64,53	36,69	200,70	1774,00	316,22