



УТВЕРЖДАЮ

22.11.2023

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	10,44
<i>Гуляш из рыбы</i>	100	13,40	12,00	5,60	185,00	45,31
<i>Рис припущенный</i>	150	3,40	4,30	38,00	188,00	13,65
<i>Яблоко</i>	230	0,92	0,92	22,54	108,10	35,88
<i>Чай с сахаром "Ягодка"</i>	200	0,08	0,03	9,60	41,00	4,63
<i>Хлеб пшеничный</i>	30	2,30	0,30	14,60	70,00	2,99
<i>Хлеб ржаной</i>	10	0,40	0,12	4,00	20,00	0,97
Итого		21,20	20,77	96,64	653,10	113,87

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	10,44
<i>Гуляш из рыбы</i>	100	13,40	12,00	5,60	185,00	45,31
<i>Рис припущенный</i>	180	4,30	5,20	45,70	229,00	16,28
<i>Яблоко</i>	130	0,52	0,52	12,74	61,10	20,28
<i>Чай с сахаром "Ягодка"</i>	200	0,08	0,03	9,60	41,00	4,63
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	3,16	0,40	19,40	95,00	3,98
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,90	0,24	7,80	40,00	1,94
Итого		23,06	21,49	103,14	692,10	102,86

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	4,84
<i>Пудинг из творога со сгущенным молоком</i>	210//10	22,6	20	44	408	100,65
<i>Йогурт молочный 2,5% жирности</i>	270	8,80	5,40	13,80	232,00	54,60
<i>Чай с лимоном</i>	200//5	0,01	0,00	11,10	45,00	3,67
<i>Нарезка из свежих помидоров с маслом растительным</i>	60	0,70	3,10	2,30	41,00	10,44
<i>Суп из овощей с мясом</i>	200//15	5,70	7,50	15,40	123,00	35,58
<i>Гуляш из рыбы</i>	100	13,40	12,00	5,60	185,00	45,57
<i>Рис припущенный</i>	150	3,40	4,30	38,00	188,00	13,54
<i>Яблоко</i>	230	0,92	0,92	22,54	108,10	35,88
<i>Компот из изюма</i>	200	0,46	0,10	24,00	96,00	8,09
<i>Хлеб пшеничный</i>	30	2,30	0,30	14,60	70,00	2,99
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,90	0,24	7,80	40,00	1,94
Итого		61,59	54,17	220,14	1632,1	317,79

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	4,84
<i>Пудинг из творога со сгущенным молоком</i>	210//20	23,4	0	11,1	441	103,43
<i>Йогурт молочный 2,5% жирности</i>	270	8,8	5,4	13,8	232	54,60
<i>Чай с лимоном</i>	200//5	0,01	0	11,1	45	3,67
<i>Нарезка из свежих помидоров с маслом растительным</i>	100	1,80	5,10	4,30	69,00	17,35
<i>Суп из овощей с мясом</i>	250//20	4,60	7,30	19,30	159,00	40,00
<i>Гуляш из рыбы</i>	100	13,40	12,00	5,60	185,00	45,57
<i>Рис припущенный</i>	180	4,30	5,20	45,70	229,00	16,15
<i>Яблоко</i>	100	0,40	0,40	9,80	47,00	15,60
<i>Компот из изюма</i>	200	0,46	0,10	24,00	96,00	8,09
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	3,16	0,40	19,40	95,00	3,98
<i>Хлеб ржаной</i>	40	1,80	0,48	15,60	80,00	3,88
Итого		64,53	36,69	200,70	1774,00	317,16