

МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Зеленый горошек с луком	30	0,80	1,60	1,70	25,00	6,02
Плов из мяса птицы	230	17,50	18,00	63,00	430,00	64,98
Какао с молоком	200	4,10	3,80	21,40	131,00	12,92
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		25,10	23,82	104,70	676,00	87,37

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

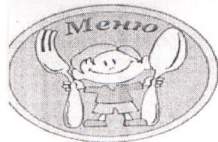
Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Зеленый горошек с луком	40	1,00	2,10	2,20	33,00	8,02
Плов из мяса птицы	230	17,50	18,00	63,00	430,00	64,98
Какао с молоком	200	4,10	3,80	21,40	131,00	12,92
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,40	95,00	3,46
Хлеб ржаной	40	1,80	0,48	15,60	80,00	3,46
Итого		27,56	24,78	121,60	769,00	92,84

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
Суп молочный с макаронными изделиями	200	7,1	7,8	26	190	19,11
Какао с молоком	200	4,10	3,80	21,40	131,00	12,92
Йогурт молочный 2,5% жирности	270	8,80	5,40	13,80	232,00	54,60
Зеленый горошек с луком	60	1,70	3,00	3,80	50,00	12,04
Рассольник "Ленинградский с мясом со сметаной"	200//10/5	3,10	6,60	21,10	148,00	24,79
Плов из мяса птицы	230	17,50	18,00	63,00	430,00	64,98
Компот из ягод замороженных	200	0,15	0,12	20,00	85,00	12,21
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		51,42	55,94	202,3	1545	231,48

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
Суп молочный с макаронными изделиями	250	8,9	9,8	31	236	23,56
Какао с молоком	200	4,1	3,8	21,4	131	12,92
Йогурт молочный 2,5% жирности	270	8,8	5,4	13,8	232	54,60
Хлеб ржаной	20	1,4	0,24	7,8	40	1,73
Зеленый горошек с луком	100	2,8	5,2	6,3	75	20,06
Рассольник "Ленинградский с мясом со сметаной"	250//10/5	2,6	6,4	27,5	173	27,30
Плов из мяса птицы	230	17,50	18,00	63,00	430,00	64,98
Компот из ягод замороженных	200	0,15	0,12	20,00	85,00	12,21
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		57,48	60,64	240,40	1766,00	251,66



УТВЕРЖДАЮ

Директор

28.11.2023

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	86,86
<i>Чай с сахаром "Ягодка"</i>	200	0,08	0,03	9,60	41	4,63
<i>Яблоко</i>	120	0,48	0,48	11,76	56,40	18,72
<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		21,76	22,98	69,56	539,40	113,66

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

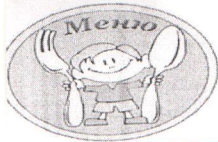
Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Рагу овощное с мясом</i>	250	18,50	22,05	29,60	352,00	86,86
<i>Чай с сахаром "Ягодка"</i>	200	0,08	0,03	9,60	41,00	4,63
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	3,16	0,40	19,40	95,00	3,46
<i>Хлеб ржаной</i>	20	1,40	0,24	7,80	40,00	1,73
Итого		23,14	22,72	66,40	528,00	96,68

МЕНЮ для учащихся с ОВЗ 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	19,67
<i>Запеканка из творога со сгущенным молоком</i>	180/10	20	16,1	42,3	396	97,32
<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	4,63
<i>Хлеб ржаной</i>	20	1,40	0,24	7,80	40,00	1,73
<i>Нарезка из свежих овощей с маслом растительным</i>	60	1,00	3,00	2,60	41,00	9,92
<i>Суп гороховый с гречками с мясом</i>	200/10/10	4,8	6,8	25,9	152	28,34
<i>Рагу овощное с мясом</i>	250	18,50	22,05	29,60	352,00	86,86
<i>Компот из сухофруктов</i>	200	0,05	0,10	24,00	103,00	4,05
<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		55,95	55,72	191,54	1441,1	293,59

МЕНЮ для учащихся с ОВЗ 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	19,67
<i>Запеканка из творога со сгущенным молоком</i>	180/20	21,6	17	47	427	97,32
<i>Яблоко</i>	100	0,40	0,40	9,80	47,00	15,60
<i>Чай с сахаром "Ягодка"</i>	200	0,08	0,03	9,60	41	4,63
<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	16,48
<i>Суп гороховый с гречками с мясом</i>	250/10/10	6,40	8,20	30,40	221,00	31,37
<i>Рагу овощное с мясом</i>	250	18,50	22,05	29,60	352,00	86,86
<i>Компот из сухофруктов</i>	200	0,05	0,10	24,00	103,00	4,05
<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		61,59	60,00	209,10	1603,00	286,36



МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Икра из свеклы	60	1,10	3,10	6,00	57,00	3,19
Рыба, запеченная в сметанном соусе	100/20	19,10	9,60	9,80	224,00	114,55
Рис припущенный	150	3,40	4,30	38,00	188,00	13,65
Отвар из шиповника с яблоком	200	0,20	1,80	15,10	65,00	7,71
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		26,50	19,22	87,50	624,00	142,55

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

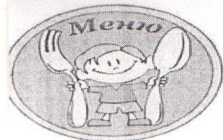
Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Икра из свеклы	60	1,10	3,10	6,00	57,00	3,19
Рыба, запеченная в сметанном соусе	100/20	19,10	9,60	9,80	224,00	114,55
Рис припущенный	180	4,30	5,20	45,70	229,00	16,28
Отвар из шиповника с яблоком	200	0,20	1,80	15,10	65,00	7,71
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		28,76	20,34	103,80	710,00	146,92

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
Каша жидкая кукурузная с маслом	200/5	6,1	8,4	31	222	18,74
Кофейный напиток	200	3,80	4,10	16,00	114,00	14,37
Хлеб пшеничный	20	0,90	0,24	7,80	40,00	1,73
Икра из свеклы	60	1,10	3,10	6,00	57,00	3,19
Суп-лапша домашняя с курицей	200/15	6,00	8,30	12,20	145,00	24,48
Рыба, запеченная в сметанном соусе	100/20	19,10	9,60	9,80	224,00	114,55
Рис припущенный	150	3,40	4,30	38,00	188,00	13,65
Отвар из шиповника с яблоком	200	0,20	1,80	15,10	65,00	7,71
Яблоко	200	0,80	0,80	19,60	94,00	31,20
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		46,5	41,37	195,1	1335	237,91

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
Каша жидкая кукурузная с маслом	210/20	7	8,8	35	244	20,18
Кофейный напиток	200	3,8	4,1	16	114	14,37
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
Икра из свеклы	100	1,90	5,30	10,10	96,00	5,30
Суп-лапша домашняя с курицей	250/20	7,60	10,60	18,50	149,00	28,09
Рыба, запеченная в сметанном соусе	100/20	19,10	9,60	9,80	224,00	114,55
Рис припущенный	180	4,30	5,20	45,70	229,00	16,28
Отвар из шиповника с яблоком	200	0,20	1,80	15,10	65,00	7,71
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
Итого		54,82	47,39	235,40	1534,00	237,30

**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
Котлета по-домашнему п/ф с соусом томатным	100/30	15,60	18,70	17,10	277,00	77,18
Макаронны 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		25,25	27,40	90,50	675,00	106,62

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	10,44
Котлета по-домашнему п/ф с соусом томатным	125	15,60	18,70	17,10	277,00	77,18
Макаронны 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		27,81	28,62	107,00	766,00	110,13

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 маслом	30/10	2,36	7,49	14,60	136	12,53
Омлет натуральный с овощами на поджаривание	180	14,8	16,3	6,3	250	52,47
Яблоко	200	0,80	0,80	19,60	94,00	31,20
Напиток из цикория	200	2,90	3,20	15,00	100,00	13,56
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	10,44
Суп "Свекольник" с мясом со сметаной	200/10/5	1,20	7,40	12,60	120,00	31,77
Котлета по-домашнему п/ф с соусом томатным	100/30	15,60	18,70	17,10	277,00	77,18
Макаронны 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	40	2,80	0,48	15,60	80,00	3,46
Итого		52,01	63,25	184,8	1505	253,34

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	12,53
Омлет натуральный с овощами на поджаривание	200	16,8	17,8	8,1	288	58,32
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	15,60
Напиток из цикория	200	2,9	3,2	15	100	13,56
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,4	95	3,46
Хлеб ржаной	20	1,4	0,24	7,8	40	1,73
Нарезка из свежих помидоров с маслом растительным	60	0,70	3,10	2,30	41,00	10,44
Суп "Свекольник" с мясом со сметаной	250/20/5	2,40	8,90	20,80	179,00	37,24
Котлета по-домашнему п/ф с соусом томатным	100	15,60	18,70	17,10	277,00	77,18
Макаронны 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	1,4	0,24	7,8	40	1,73
Итого		57,73	67,05	202,50	1651,00	252,57