

УТВЕРЖДАЮ

Директор

22.01.2024

МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Икра из кабачков промышленного производства</i>	30	0,55	2,20	3,03	27	6,42
<i>Тефтели</i>	100	13,60	15,40	12,80	245,00	81,15
<i>Соус сметанно-томатный</i>	25	0,50	4,60	1,80	54,00	7,48
<i>Макароны отварные</i>	150	5,9	5,00	39,1	210	8,82
<i>Компот из свежих яблок</i>	200	0,35	0,18	13,4	57	10,68
<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		23,60	27,80	88,73	683,00	118,00

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Икра из кабачков промышленного производства</i>	30	0,55	2,20	3,03	27	6,42
<i>Тефтели</i>	100	13,60	15,40	12,80	245,00	81,15
<i>Соус сметанно-томатный</i>	25	0,50	4,60	1,80	54,00	7,48
<i>Макароны отварные</i>	180	7,10	6,00	47,00	256,00	10,59
<i>Компот из свежих яблок</i>	200	0,35	0,18	13,40	57,00	10,68
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	3,16	0,40	19,40	95,00	3,46
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,90	0,24	7,80	40,00	1,73
Итого		26,16	29,02	105,23	774,00	121,51

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 маслом и сыром</i>	30//10/15	6,27	10,8	14,60	189	27,70
<i>Каша вязкая пшеничная</i>	200//5	6,1	7,5	35	203	15,79
<i>Какао с молоком</i>	200	4,1	3,80	21,40	131	12,84
<i>Икра из кабачков промышленного производства</i>	60	1,10	4,30	6,10	54,00	12,84
<i>Суп рыбный</i>	200//40	9,30	7,80	18,10	143,00	34,93
<i>Тефтели</i>	100	13,60	15,40	12,80	245,00	81,15
<i>Соус сметанно-томатный</i>	25	0,50	4,60	1,80	54,00	7,48
<i>Макароны отварные</i>	150	5,90	5,00	39,10	210,00	8,82
<i>Компот из свежих яблок</i>	200	0,35	0,18	13,40	57,00	10,68
<i>Хлеб пшеничный</i>	30	2,30	0,30	14,60	70,00	2,59
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,90	0,24	7,80	40,00	1,73
Итого		50,42	59,92	184,7	1396	216,55

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 маслом и сыром</i>	30//10/15	6,27	10,8	14,6	189	27,70
<i>Каша вязкая пшеничная</i>	220//5	7,2	8,3	38	229	16,88
<i>Какао с молоком</i>	200	4,1	3,8	21,4	131	12,84
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	1,58	0,2	9,7	48	1,73
<i>Хлеб ржаной</i>	20	1,4	0,24	7,8	40	1,73
<i>Икра из кабачков промышленного производства</i>	60	1,10	4,30	6,10	54,00	12,84
<i>Суп рыбный</i>	250//50	9,30	7,80	18,10	143,00	43,67
<i>Тефтели</i>	100	13,60	15,40	12,80	245,00	81,15
<i>Соус сметанно-томатный</i>	25	0,50	4,60	1,80	54,00	7,48
<i>Макароны отварные</i>	180	7,10	6,00	47,00	256,00	10,59
<i>Компот из свежих яблок</i>	200	0,35	0,18	13,40	57,00	10,68
<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		57,46	62,50	225,70	1621,00	234,21



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	2,53
Кура, запеченная в соусе молочном	90	10,60	13,70	11,07	217,00	63,96
Пюре картофельное	180	3,90	5,10	26,50	170,00	12,79
Отвар из плодов шиповника	200	0,20	1,80	15,80	68,00	7,80
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	90,53

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	2,53
Кура, запеченная в соусе молочном	100	11,80	14,60	12,30	243,00	68,65
Пюре картофельное	180	3,90	5,10	26,50	170,00	12,79
Отвар из плодов шиповника	200	0,20	1,80	15,80	68,00	7,80
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	96,96

МЕНЮ для учащихся с ОВЗ 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	20,35
Омлет натуральный с овощами на поджаривку	180	14,8	16,3	6,3	250	79,25
Кофейный напиток	200	3,80	4,10	16,00	114,00	7,89
Яблоко	200	0,80	0,80	19,60	94,00	31,83
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	3,72
Суп "Крестьянский" с крупой, с мясом	200/10	4,40	6,70	29,40	143,00	20,82
Кура, запеченная в соусе молочном	90	10,60	13,10	11,07	217,00	63,96
Пюре картофельное	180	3,90	5,10	26,50	170,00	12,79
Отвар из плодов шиповника	200	0,20	1,80	15,80	68,00	7,80
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		52,2	58,76	184,87	1456	259,65

МЕНЮ для учащихся с ОВЗ 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	20,35
Омлет натуральный с овощами на поджаривку	200	16,8	17,8	8,1	288	86,96
Кофейный напиток	200	3,8	4,1	16	114	7,89
Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	47,00	15,92
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	6,23
Суп "Крестьянский" с крупой, с мясом	250/10	4,10	8,10	34,40	194,00	22,30
Кура, запеченная в соусе молочном	100	11,80	14,60	12,30	243,00	68,65
Пюре картофельное	180	3,90	5,10	26,50	170,00	12,79
Отвар из плодов шиповника	200	0,20	1,80	15,80	68,00	7,80
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	261,00

**МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс**

Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Горошек консервированный	30	0,90	0,06	1,95	12,00	7,13
Гуляш из рыбы	100	13,40	12,00	5,60	185,00	47,02
Рис припущенный	150	3,40	4,30	38,00	188,00	13,54
Яблоко	130	0,52	0,52	12,74	61,10	20,69
Чай с сахаром "Ягодка"	200	0,08	0,03	9,60	41,00	4,77
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		21,00	17,33	86,49	577,10	96,60

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

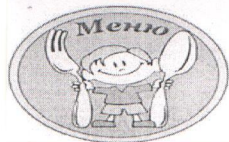
Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Горошек консервированный	30	0,90	0,06	1,95	12,00	7,13
Гуляш из рыбы	100	13,40	12,00	5,60	185,00	47,02
Рис припущенный	180	4,30	5,20	45,70	229,00	16,15
Яблоко	130	0,52	0,52	12,74	61,10	20,69
Чай с сахаром "Ягодка"	200	0,08	0,03	9,60	41,00	4,77
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		23,26	18,45	102,79	663,10	100,95

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	4,67
Пудинг из творога со сгущенным молоком	210//10	22,6	20	44	408	100,45
Йогурт молочный 2,5% жирности	270	8,80	5,40	13,80	232,00	57,20
Чай с лимоном	200//5	0,01	0,00	11,10	45,00	4,05
Горошек консервированный	60	1,80	0,12	3,90	24,00	14,26
Суп из овощей с мясом	200//15	5,70	7,50	15,40	123,00	30,70
Гуляш из рыбы	100	13,40	12,00	5,60	185,00	47,02
Рис припущенный	150	3,40	4,30	38,00	188,00	13,54
Яблоко	200	0,08	0,80	19,60	94,00	31,83
Компот из изюма	200	0,46	0,10	24,00	96,00	10,00
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		61,85	51,07	218,8	1601	318,04

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	4,67
Пудинг из творога со сгущенным молоком	210//20	23,4	0	11,1	441	103,25
Чай с лимоном	200//5	0,01	0	11,1	45	4,05
Горошек консервированный	60	1,80	0,12	3,90	24,00	14,26
Суп из овощей с мясом	250//20	4,60	7,30	19,30	159,00	40,15
Гуляш из рыбы	100	13,40	12,00	5,60	185,00	47,02
Рис припущенный	180	4,30	5,20	45,70	229,00	16,15
Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	47,00	15,92
Компот из изюма	200	0,46	0,10	24,00	96,00	10,00
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		55,73	26,31	186,50	1497,00	262,39



УТВЕРЖДАЮ

Директор

25.01.2024

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	9,40
Фрикадельки из кур	100/5	16,10	18,80	8,80	251,00	61,15
Гречка отварная	150	5,50	4,60	32,00	190,00	9,01
Кисель из свежих ягод	200	0,19	0,07	23,70	97,00	11,34
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		24,73	23,92	83,61	633,00	94,35

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	9,40
Фрикадельки из кур	100/5	16,10	18,80	8,80	251,00	61,15
Гречка отварная	180	6,80	5,60	37,80	230,00	10,98
Кисель из свежих ягод	200	0,19	0,07	23,70	97,00	11,34
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		27,39	25,14	98,01	718,00	98,06

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 сыром	30//20	6,55	5,6	17,15	141	22,94
Каша жидкая 5 злаков	200//5	6,9	8,1	30,3	230	20,48
Напиток из цикория	200	2,90	3,20	15,00	100,00	9,53
Яблоко	200	0,08	0,80	19,60	94,00	31,83
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	18,80
Борщ из свежей капусты с картофелем с мясом со сметаной	200//10/5	3,90	5,80	10,30	124,00	21,76
Фрикадельки из кур	100/5	16,10	18,80	8,80	251,00	61,15
Гречка отварная	150	5,50	4,60	32,00	190,00	9,01
Кисель из свежих ягод	200	0,19	0,07	23,70	97,00	11,34
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		48,96	48,03	199,45	1438	214,62

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 сыром	30//20	6,55	5,6	17,15	141	22,94
Каша жидкая 5 злаков	220//5	7,6	10,3	33,8	250	22,08
Напиток из цикория	200	2,9	3,2	15	100	9,53
Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	47,00	15,92
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
Огурцы консервированные	60	0,8	0,1	1,7	8	18,80
Борщ из свежей капусты с картофелем с мясом со сметаной	250//10/5	2,40	5,30	12,90	133,00	22,97
Фрикадельки из кур	100/5	16,10	18,80	8,80	251,00	61,15
Гречка отварная	180	6,80	5,60	37,80	230,00	10,98
Кисель из свежих ягод	200	0,19	0,07	23,70	97,00	11,34
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		52,76	50,89	222,85	1567,00	207,82