



УТВЕРЖДАЮ
Директор
21.02.2024
Южная СОШ

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
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	2,78
Хлеб ржаной	10	0,40	0,12	4,00	20,00	0,97
Итого		20,48	16,81	73,75	516,00	76,21

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
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	3,71
Хлеб ржаной	20	0,90	0,24	7,80	40,00	1,95
Итого		22,74	17,93	90,05	602,00	80,73

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	96,00	4,67
Пудинг из творога со сгущенным молоком	210/10	22,6	20	44	408,00	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
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	2,78
Хлеб ржаной	20	0,90	0,24	7,80	40,00	1,95
Итого		61,77	50,27	199,2	1507	286,62

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 повидлом	30/10	2,4	0,31	21	96,00	4,67
Пудинг из творога со сгущенным молоком	210/20	23,4	0	11,1	441,00	103,25
Чай с лимоном	200/5	0,01	0	11,1	45,00	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
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	3,71
Хлеб ржаной	40	1,80	0,48	15,60	80,00	3,90
Итого		55,33	25,91	176,70	1450,00	247,16