

МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Икра кабачковая	30	0,55	2,2	3,03	27	6,42
Гуляш	90	10,30	13,80	5,20	192,00	84,24
Гречка отварная	150	5,50	4,60	32,00	190,00	9,01
Компот из сухофруктов	200	0,05	0,10	24,00	103	4,20
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		19,10	21,12	82,83	602,00	107,32

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

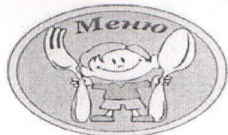
Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Икра кабачковая	30	0,55	2,2	3,03	27	6,42
Гуляш	100	11,60	15,40	5,70	215,00	85,47
Гречка отварная	180	6,80	5,60	37,80	230,00	10,98
Компот из сухофруктов	200	0,05	0,10	24,00	103	4,20
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,40	95,00	3,46
Хлеб ржаной	20	1,40	0,24	7,80	40,00	1,81
Итого		23,56	23,94	97,73	710,00	112,34

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	17,50	141	22,94
Каша вязкая ячневая	200/5	5,5	7,3	40	204	15,52
Йогурт молочный 2,5% жирности	270	8,80	5,40	13,80	232,00	57,20
Напиток из цикория	200	2,90	3,20	15,00	100,00	9,53
Хлеб ржаной	20	1,40	0,24	7,80	40,00	1,73
Икра кабачковая	60	1,10	4,30	6,10	54,00	12,84
Суп рыбный	200/40	9,30	7,80	18,10	143,00	34,93
Гуляш	90	10,30	13,80	5,20	192,00	84,24
Гречка отварная	150	5,50	4,60	32,00	190,00	9,01
Компот из сухофруктов	200	0,05	0,10	24,00	103,00	4,20
Хлеб пшеничный	30	2,30	0,30	14,60	70,00	2,59
Хлеб ржаной	20	1,40	0,24	7,80	40,00	1,73
Итого		55,1	52,88	201,9	1509	256,46

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	17,5	141	22,94
Каша вязкая ячневая	220/5	6,3	8,1	43	227	16,61
Йогурт молочный 2,5% жирности	270	8,8	5,4	13,8	232	57,20
Напиток из цикория	200	2,9	3,2	15	100	9,53
Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,7	48	1,73
Хлеб ржаной	20	1,4	0,24	7,8	40	1,73
Икра кабачковая	60	1,10	4,30	6,10	54,00	12,84
Суп рыбный	250/50	9,30	7,80	18,10	149,00	43,67
Гуляш	100	11,60	15,40	5,70	215,00	85,47
Гречка отварная	180	6,80	5,60	37,80	230,00	10,98
Компот из сухофруктов	200	0,05	0,10	24,00	103,00	4,20
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		61,34	56,82	233,50	1714,00	273,82



УТВЕРЖДАЮ

Директор

06.02.2024

МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Подгарнировка из зеленого горошка с луком</i>	30	0,80	1,60	1,70	25,00	6,69
<i>Жаркое по-домашнему</i>	250	18,08	19,70	45,00	356,00	81,99
<i>Отвар из плодов шиповника</i>	200	0,20	1,80	15,80	68,00	7,80
<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		21,78	23,52	81,10	539,00	99,93

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

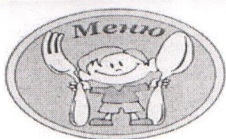
Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Подгарнировка из зеленого горошка с луком</i>	40	1,00	2,10	2,20	33,00	8,92
<i>Жаркое по-домашнему</i>	250	18,08	19,70	45,00	356,00	81,99
<i>Отвар из плодов шиповника</i>	200	0,20	1,80	15,80	68,00	7,80
<i>Хлеб пшеничный</i>	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		24,24	24,48	98,00	632,00	105,63

МЕНЮ для учащихся с ОВЗ с 1 по 4 класс

Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Бутерброд с маслом</i>	30/10	2,36	7,49	14,60	136	12,34
<i>Суп молочный с крупой</i>	250	4,9	6,6	22,9	170	16,95
<i>Какао с молоком</i>	200	4,10	3,80	21,40	131,00	12,84
<i>Яблоко</i>	100	0,40	0,40	9,80	47,00	15,92
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	1,58	0,20	9,70	48,00	1,73
<i>Хлеб ржаной</i>	20	1,40	0,24	7,80	40,00	1,73
<i>Подгарнировка из зеленого горошка с луком</i>	60	1,70	3,00	3,80	50,00	13,40
<i>Суп из овощей с мясом</i>	200/15	5,70	7,50	15,40	123,00	30,7
<i>Жаркое по-домашнему</i>	250	18,08	19,70	45,00	356,00	81,99
<i>Отвар из плодов шиповника</i>	200	0,20	1,80	15,80	68,00	7,80
<i>Хлеб пшеничный</i>	30	2,30	0,30	14,60	70,00	2,59
<i>Хлеб ржаной</i>	20	1,40	0,24	7,80	40,00	1,73
Итого		44,12	51,27	188,6	1279	199,72

МЕНЮ для учащихся с ОВЗ с 5 по 11 класс

Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Бутерброд с маслом</i>	30/10	2,36	7,49	14,6	136	12,34
<i>Суп молочный с крупой</i>	300	5,9	7,9	27,4	221	20,45
<i>Какао с молоком</i>	200	4,1	3,8	21,4	131	12,84
<i>Яблоко</i>	100	0,40	0,40	9,80	47,00	15,92
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	3,16	0,40	19,40	95,00	3,46
<i>Хлеб ржаной</i>	20	1,4	0,24	7,8	40	1,73
<i>Подгарнировка из зеленого горошка с луком</i>	60	1,70	3,00	3,80	50,00	13,40
<i>Суп из овощей с мясом</i>	250/20	4,60	7,30	19,30	159,00	40,15
<i>Жаркое по-домашнему</i>	250	18,08	19,70	45,00	356,00	81,99
<i>Отвар из плодов шиповника</i>	200	0,20	1,80	15,80	68,00	7,80
<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		46,86	52,91	219,30	1478,00	217,00

**МЕНЮ для учащихся 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	2,40	0,31	21,00	96,00	4,67
<i>Пудинг из творога с молоком сгущенным</i>	210//10	22,60	20,00	44,00	408,00	100,45
<i>Чай с лимоном</i>	200//5	0,01	0,00	11,10	45,00	4,05
<i>Яблоко</i>	130	0,52	0,52	12,74	61,10	20,69
Итого		25,53	20,83	88,84	610,10	129,86

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

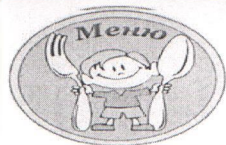
Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Бутерброд с повидлом</i>	30//10	2,40	0,31	21,00	96,00	4,67
<i>Пудинг из творога с молоком сгущенным</i>	210//10	22,60	20,00	44,00	408,00	100,45
<i>Чай с лимоном</i>	200//5	0,01	0,00	11,10	45,00	4,05
<i>Яблоко</i>	130	0,52	0,52	12,74	61,10	20,69
Итого		25,53	20,83	88,84	610,10	129,86

МЕНЮ для учащихся с ОВЗ 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	4,67
<i>Пудинг из творога с молоком сгущенным</i>	210//10	22,6	20	44	408	100,45
<i>Йогурт молочный 2,5% жирности</i>	270	8,80	5,40	13,80	232,00	57,20
<i>Чай с лимоном</i>	200//5	0,01	0,00	11,10	45,00	4,05
<i>Свекла отварная с огурцом</i>	60	0,72	3,10	10,90	45,00	8,06
<i>Суп "Свекольник" с мясом со сметаной</i>	200//10/5	1,2	7,4	12,6	120	21,44
<i>Рыба запеченная в омлете</i>	100	22,00	15,70	4,60	201,00	94,33
<i>Рис припущенный</i>	150	3,40	4,30	38,00	188,00	13,54
<i>Чай с сахаром</i>	200	0,00	0,00	8,90	36,00	2,01
<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		66,09	57,09	199,9	1546	312,67

МЕНЮ для учащихся с ОВЗ 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	4,67
<i>Пудинг из творога с молоком сгущенным</i>	210//20	23,4	20	44	441	103,25
<i>Йогурт молочный 2,5% жирности</i>	270	8,80	5,40	13,80	232,00	57,20
<i>Чай с лимоном</i>	200//5	0,01	0	11,1	45	4,05
<i>Свекла отварная с огурцом</i>	60	0,72	3,10	10,90	45,00	8,06
<i>Суп "Свекольник" с мясом со сметаной</i>	250//20/5	2,40	8,90	20,80	179,00	22,67
<i>Рыба запеченная в омлете</i>	100	22,00	15,70	4,60	201,00	94,33
<i>Рис припущенный</i>	180	4,30	5,20	45,70	229,00	16,15
<i>Чай с сахаром</i>	200	0,00	0,00	8,90	36,00	2,01
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	3,16	0,40	19,40	95,00	3,46
<i>Хлеб ржаной</i>	60	2,70	0,72	23,40	120,00	5,19
Итого		69,89	59,73	223,60	1719,00	321,04

**МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс**

Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Капуста белокочанная с маслом</i>	40	0,70	2,20	1,80	30,00	2,53
<i>Котлета по-домашнему с соусом томатным</i>	100/30	15,60	18,70	17,10	277,00	77,19
<i>Пюре картофельное</i>	180	3,90	5,10	26,50	170,00	12,79
<i>Компот из кураги</i>	200	0,90	0,06	23,00	85,00	6,96
<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		23,80	26,48	87,00	652,00	102,92

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Капуста белокочанная с маслом</i>	40	0,70	2,20	1,80	30,00	2,53
<i>Котлета по-домашнему с соусом томатным</i>	100/30	15,60	18,70	17,10	277,00	77,19
<i>Пюре картофельное</i>	180	3,90	5,10	26,50	170,00	12,79
<i>Компот из кураги</i>	200	0,90	0,06	23,00	85,00	6,96
<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		25,16	26,70	95,60	697,00	104,66

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 жидкая 5 злаков</i>	200/5	6,9	8,1	30,3	230	20,44
<i>Чай с молоком</i>	200	1,4	1,60	9,30	57	5,93
<i>Яблоко</i>	100	0,40	0,40	9,80	47,00	15,92
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	1,58	0,20	9,70	48,00	1,73
<i>Хлеб ржаной</i>	20	1,40	0,24	7,80	40,00	1,73
<i>Капуста белокочанная с маслом</i>	60	0,90	3,60	2,80	42,00	3,72
<i>Суп-лапша домашняя с курицей</i>	200/15	6	8,3	12,2	145	17,01
<i>Котлета по-домашнему с соусом томатным</i>	100/30	15,60	18,70	17,10	277,00	77,19
<i>Пюре картофельное</i>	180	3,90	5,10	26,50	170,00	12,79
<i>Компот из кураги</i>	200	0,90	0,06	23,00	85,00	6,96
<i>Яблоко</i>	100	0,40	0,40	9,80	47,00	15,92
<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		48,35	57,92	191,5	1467	210,49

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 жидкая 5 злаков</i>	220/5	7,6	10,3	33,8	250	22,04
<i>Чай с молоком</i>	200	1,4	1,6	9,3	57	5,93
<i>Яблоко</i>	100	0,40	0,40	9,80	47,00	15,92
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	3,16	0,4	19,4	95	3,46
<i>Хлеб ржаной</i>	20	1,4	0,24	7,8	40	1,73
<i>Капуста белокочанная с маслом</i>	100	1,60	5,09	4,70	70,00	6,23
<i>Суп-лапша домашняя с курицей</i>	250/20	7,60	10,60	20,50	149,00	22,29
<i>Котлета по-домашнему с соусом томатным</i>	100/30	15,60	18,70	17,10	277,00	77,19
<i>Пюре картофельное</i>	180	3,90	5,10	26,50	170,00	12,79
<i>Компот из кураги</i>	200	0,90	0,06	23,00	85,00	6,96
<i>Яблоко</i>	100	0,40	0,40	9,80	47,00	15,92
<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		55,19	64,57	231,30	1651,00	225,08