



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ ОСОШ №1

"05" декабря 2022г

МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Салат из капусты</i>	80	1,6	4,1	6,8	71	7,5
<i>Плов из птицы</i>	240	13,1	12,8	41,8	335	58,82
<i>Кофейный напиток</i>	200	3,2	2,7	15,9	101	15,56
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,4
Итого		18,8	20,1	80,9	580	84,84

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Салат из капусты</i>	80	1,6	4,1	6,8	71	7,5
<i>Плов из птицы</i>	250	16,1	15,3	41,8	369	65,52
<i>Кофейный напиток</i>	200	3,2	2,7	15,9	101	15,56
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	0,8	0,4	17,6	77	3,12
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,4
Итого		22,2	22,8	89,7	652	93,1

МЕНЮ для учащихся с ОВЗ с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Бутиерброд с повидлом</i>	20/20	1,8	0,3	26,4	116	6,19
<i>Каша манная жидкая</i>	200	5,1	7,1	28	196	24,88
<i>Кофейный напиток</i>	200	3,2	2,7	15,9	101	15,56
<i>Йогурт промышленного производства</i>	100	3,9	1,5	4,8	47,8	28,0
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,4
<i>Салат из капусты</i>	80	1,6	4,1	6,8	71	7,5
<i>Свекольник с мясными фрикадельками, со сметаной</i>	250/15/5	4,4	5,9	10,5	113	24,2
<i>Плов из птицы</i>	240	13,1	12,8	41,8	335	58,82
<i>Компот из сухофруктов</i>	200	0,5	0	15,2	63	5,8
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	0,8	0,4	17,6	77	3,12
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,4
Итого		35,4	35,4	182,2	1187,8	176,87

МЕНЮ для учащихся с ОВЗ с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Бутиерброд с повидлом</i>	20/20	1,8	0,3	26,4	116	6,19
<i>Каша манная жидкая</i>	200	5,1	7,1	28	196	24,88
<i>Кофейный напиток</i>	200	3,2	2,7	15,9	101	15,56
<i>Йогурт промышленного производства</i>	100	3,9	1,5	4,8	47,8	28,0
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,4
<i>Салат из капусты</i>	80	1,6	4,1	6,8	71	7,5
<i>Свекольник с мясными фрикадельками, со сметаной</i>	250/15/5	4,4	5,9	10,5	113	24,2
<i>Плов из птицы</i>	250	16,1	15,3	41,8	369	65,52
<i>Компот из сухофруктов</i>	200	0,5	0	15,2	63	5,8
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	0,8	0,4	17,6	77	3,12
<i>Хлеб ржаной</i>	40	1	0,6	15,2	68	2,81
Итого		38,9	38,2	189,8	1255,8	184,98



УТВЕРЖДАЮ

Директор MAOU OSOSh №1
"06" декабря 2022г

МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
Салат "Степной" из разных овощей	80	1,4	4,0	6	66	12,63
Шницель из мяса	90	11,2	11,3	14,2	203	47,42
Каша гречневая вязкая отварная	150	4,3	5,1	24,3	160	12,79
Чай с сахаром	200	0,1	0	12,6	51	2,01
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,4
Итого		17,9	20,9	73,5	553	77,81

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
Салат "Степной" из разных овощей	80	1,4	4,0	6	66	12,63
Шницель из мяса	100	12,4	12,6	15,8	226	51,8
Каша гречневая вязкая отварная	180	4,8	6,1	29,2	191	16,03
Чай с сахаром	200	0,1	0	12,6	51	2,01
Хлеб пшеничный	40	0,8	0,4	17,6	77	3,12
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,4
Итого		20	23,4	88,8	645	86,99

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	20/10	1,8	7,1	9,9	111	11,54
Запеканка "Царская" из творога с молоком сгущенным	170/20	13,9	10,8	33	285	66,97
Чай с сахаром	200	0,1	0	12,6	51	2,01
Фрукт (яблоко)	150	0,4	0,4	28	117	15,6
Салат "Степной" из разных овощей	80	1,4	4	6	66	12,63
Суп картофельный с мясом	250/10	4,5	4,8	15,5	123	22,61
Шницель из мяса	90	11,2	11,3	14,2	203	47,42
Каша гречневая вязкая отварная	150	4,3	5,1	24,3	160	12,79
Сок	200	0,5	0	34	138	15,97
Хлеб пшеничный	40	0,8	0,4	17,6	77	3,12
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,4
Итого		39,4	44,2	202,7	1365	212,06

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	30/15	2,5	9,9	14,5	157	17,31
Запеканка "Царская" из творога с молоком сгущенным	200/30	17,5	14	39	352	80,46
Чай с сахаром	200	0,1	0	12,6	51	2,01
Фрукт(яблоко)	150	0,4	0,4	28	117	15,6
Салат "Степной" из разных овощей	80	1,4	4,0	6	66	12,63
Суп картофельный с мясом	250/10	4,5	4,8	15,5	123	22,61
Шницель из мяса	100	12,4	12,6	15,8	226	51,8
Каша гречневая вязкая отварная	180	4,8	6,1	29,2	191	16,03
Сок	200	0,5	0	34	138	15,97
Хлеб пшеничный	40	0,8	0,4	17,6	77	3,12
Хлеб ржаной	40	1	0,6	15,2	68	2,81
Итого		45,9	52,8	227,4	1566	240,35



МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Салат из свеклы отварной с чесноком</i>	80	1,1	4,0	5,5	62	4,21
<i>Биточки рубленные из птицы запеченные</i>	100	12,6	16,5	12,4	248,5	41,46
<i>Шюре картофельное</i>	150	3,3	3,6	22,3	135	12,81
<i>Какао с молоком</i>	180	3,1	2,7	12,1	85	11,41
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,4
Итого		21	27,3	68,7	603,5	72,85

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Салат из свеклы отварной с чесноком</i>	80	1,1	4,0	5,5	62	4,21
<i>Биточки рубленные из птицы запеченные</i>	100	12,6	16,5	12,4	248,5	41,46
<i>Шюре картофельное</i>	180	3,7	4,1	26,7	159	14,41
<i>Какао с молоком</i>	200	3,8	3,5	15,9	110	13,23
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	0,8	0,4	17,6	77	3,12
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,4
Итого		22,5	28,8	85,7	690,5	77,83

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>	20/10	1,8	7,1	9,9	111	11,48
<i>Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая с маслом</i>	200	7,5	7,7	26	203	24,53
<i>Какао с молоком</i>	180	3,1	2,7	12,1	85	11,41
<i>Йогурт промышленного производства</i>	100	3,9	1,5	4,8	47,8	28
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
<i>Салат из свеклы отварной с чесноком</i>	80	1,1	4	5,5	62	4,21
<i>Суп с овощами и крупой, с мясом</i>	250/10	5,8	4,8	8,3	100	23,32
<i>Биточки рубленные из птицы запеченные</i>	100	12,6	16,5	12,4	248,5	41,46
<i>Шюре картофельное</i>	150	3,3	3,6	22,3	135	12,81
<i>Сок</i>	200	0,5	0	34	138	15,97
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	0,8	0,4	17,6	77	3,12
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,4
Итого		41,3	48,8	169,3	1280,3	179,27

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>	30/15	2,5	9,9	14,5	157	17,2
<i>Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая с маслом</i>	200	7,5	7,7	26	203	24,53
<i>Какао с молоком</i>	200	3,8	3,5	15,9	110	13,23
<i>Йогурт промышленного производства</i>	100	3,9	1,5	4,8	47,8	28
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
<i>Салат из свеклы отварной с чесноком</i>	80	1,1	4,0	5,5	62	4,21
<i>Суп с овощами и крупой, с мясом</i>	250/10	5,8	4,8	8,3	100	23,32
<i>Биточки рубленные из птицы запеченные</i>	100	12,6	16,5	12,4	248,5	41,46
<i>Шюре картофельное</i>	180	3,7	4,1	26,7	159	14,41
<i>Сок</i>	200	0,5	0	34	138	15,97
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	0,8	0,4	17,6	77	3,12
<i>Хлеб ржаной</i>	40	1	0,6	15,2	68	2,81
Итого	1160	43,6	53,2	189,7	1409,3	189,84



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ ОСОШ №1
"08" декабря 2022г**МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс**

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр.)	Цена
<i>Бутерброд с сыром</i>	30/15	6,3	4,1	14,9	122	16,77
<i>Пудинг из творога с молоком сгущенным</i>	180	14,3	9,9	25,6	249	75,96
<i>Чай с лимоном</i>	200	0,1	0	13,5	54	3,21
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,4
Итого		21,2	14,3	61,6	459	97,34

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

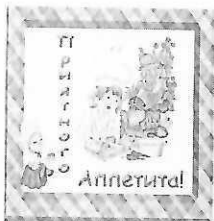
Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр.)	Цена
<i>Бутерброд с сыром</i>	30/20	7,1	4,7	14,9	130	21,27
<i>Пудинг из творога с молоком сгущенным</i>	200	19,9	12,2	32,5	319	86,61
<i>Чай с лимоном</i>	200	0,1	0	13,5	54	3,21
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,4
Итого		27,6	17,2	68,5	537	112,49

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 сыром</i>	30/15	6,3	4,1	14,9	122	16,77
<i>Пудинг из творога с молоком сгущенным</i>	180	14,3	9,9	25,6	249	75,96
<i>Чай с лимоном</i>	200	0,1	0	13,5	54	3,21
<i>Винегрет овощной</i>	80	1	4	6,7	67	11,91
<i>Борщ из свежей капусты с картофелем, со сметаной с мясом</i>	250/10/5	4,3	5,1	15,5	125	24,96
<i>Гуляш</i>	100	11	14,3	5,5	195	34,4
<i>Макаронные изделия отварные</i>	150	3,4	3,1	36,8	189	9,44
<i>Компот из смеси сухофруктов</i>	200	0,5	0	15,2	63	5,8
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	0,8	0,4	17,6	77	3,12
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,4
Итого		42,2	41,2	158,9	1175	186,97

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 сыром</i>	30/20	7,1	4,7	14,9	130	21,27
<i>Пудинг из творога с молоком сгущенным</i>	200	19,9	12,2	32,5	319	86,61
<i>Чай с лимоном</i>	200	0,1	0	13,5	54	3,21
<i>Винегрет овощной</i>	80	1	4	6,7	67	11,91
<i>Борщ из свежей капусты с картофелем, со сметаной с мясом</i>	250/10/5	4,3	5,1	15,5	125	24,96
<i>Гуляш</i>	100	11	14,3	5,5	195	34,4
<i>Макаронные изделия отварные</i>	180	4,1	3,7	44,2	227	11,43
<i>Компот из смеси сухофруктов</i>	200	0,5	0	15,2	63	5,8
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	0,8	0,4	17,6	77	3,12
<i>Хлеб ржаной</i>	40	1	0,6	15,2	68	2,81
Итого		49,8	45	180,8	1325	205,52



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ ОСОП №1
"09" декабря 2022г

МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Салат из свеклы с зеленым горошком</i>	80	2,1	4,0	11,2	89	10,25
<i>Мясо тушеное с картофелем</i>	250	12,7	14,3	34,7	318	54,54
<i>Сок</i>	200	0,3	0	22	89	15,97
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,4
Итого		16	18,8	84,3	569	83,72

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Салат из свеклы с зеленым горошком</i>	80	2,1	4,0	11,2	89	10,25
<i>Мясо тушеное с картофелем</i>	250	12,7	14,3	34,7	318	54,54
<i>Сок</i>	200	0,3	0	22	89	15,97
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	0,8	0,4	17,6	77	3,12
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,4
Итого		16,4	19	93,1	607	85,28

МЕНЮ для учащихся с ОВЗ с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Масло сливочное (порциями)</i>	10	0,2	7,3	0,1	67	9,98
<i>Сдоба обыкновенная</i>	80	7,5	2,4	50,5	254	22,1
<i>Суп молочный с крупой</i>	250	5,8	7,5	23,8	186	20,38
<i>Чай с сахаром</i>	200	0,1	0	12,6	51	2,01
<i>Салат из свеклы с зеленым горошком</i>	80	2,1	4	11,2	89	10,25
<i>Уха рыбацкая</i>	250/50	9,3	7,2	10,4	144	26,79
<i>Мясо тушеное с картофелем</i>	250	12,7	14,3	34,7	318	54,54
<i>Сок</i>	200	0,3	0	22	89	15,97
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	0,8	0,4	17,6	77	3,12
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,4
Итого		39,3	43,4	190,5	1309	166,54

МЕНЮ для учащихся с ОВЗ с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Масло сливочное (порциями)</i>	10	0,2	7,3	0,1	67	9,98
<i>Сдоба обыкновенная</i>	80	7,5	2,4	50,5	254	22,1
<i>Суп молочный с крупой</i>	250	5,8	7,5	23,8	186	20,38
<i>Чай с сахаром</i>	200	0,1	0	12,6	51	2,01
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,4
<i>Салат из свеклы с зеленым горошком</i>	80	2,1	4,0	11,2	89	10,25
<i>Уха рыбацкая</i>	250/50	9,3	7,2	10,4	144	26,79
<i>Мясо тушеное с картофелем</i>	250	12,7	14,3	34,7	318	54,54
<i>Сок</i>	200	0,3	0	22	89	15,97
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	0,8	0,4	17,6	77	3,12
<i>Хлеб ржаной</i>	40	1	0,6	15,2	68	2,81
Итого		40,3	44	205,7	1377	169,35