



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ ОСОШ №1

Л.В.В. "26" января 2023 г

МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
Салат из огурцов с маслом	80	0,7	4,1	1	44	28,88
Шницель из мяса	90	11,2	11,3	14,2	203	52,38
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		17,2	21	68,5	531	99,02

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
Салат из огурцов с маслом	100	0,9	5,1	1,2	54	35,83
Шницель из мяса	100	12,4	12,6	15,8	226	57,2
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		19,5	24,5	84	633	115,59

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	67,68
Чай с сахаром	200	0,1	0	12,6	51	2,01
Фрукт (яблоко)	150	0,4	0,4	28	117	19,20
Салат из огурцов с маслом	80	0,7	4,1	1	44	28,88
Суп картофельный с мясом	250/10	4,5	4,8	15,5	123	25,58
Шницель из мяса	90	11,2	11,3	14,2	203	52,38
Каша гречневая вязкая отварная	150	4,3	5,1	24,3	160	12,79
Сок	200	0,5	0	34	138	16
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		38,7	44,3	197,7	1343	240,58

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	81,24
Чай с сахаром	200	0,1	0	12,6	51	2,01
Фрукт (яблоко)	150	0,4	0,4	28	117	19,20
Салат из огурцов с маслом	100	0,9	5,1	1,2	54	35,83
Суп картофельный с мясом	250/10	4,5	4,8	15,5	123	25,58
Шницель из мяса	100	12,4	12,6	15,8	226	57,2
Каша гречневая вязкая отварная	180	4,8	6,1	29,2	191	16,03
Сок	200	0,5	0	34	138	16
Хлеб пшеничный	40	0,8	0,4	17,6	77	3,12
Хлеб ржаной	40	1	0,6	15,2	68	3,81
Итого		45,4	53,9	222,6	1554	277,33



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ СОШ №1

Лав "25" января 2023 г

МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Йогурт промышленного производства</i>	100	3,9	1,5	4,8	47,8	35,0
<i>Плов из птицы</i>	240	13,1	12,8	41,8	335	60,46
<i>Кофейный напиток</i>	200	3,2	2,7	15,9	101	15,55
<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		21,1	17,5	78,9	556,8	113,97

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Йогурт промышленного производства</i>	100	3,9	1,5	4,8	47,8	35,0
<i>Плов из птицы</i>	250	16,1	15,3	41,8	369	67,56
<i>Кофейный напиток</i>	200	3,2	2,7	15,9	101	15,55
<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		24,5	20,2	87,7	628,8	122,63

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 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	24,98
<i>Кофейный напиток</i>	200	3,2	2,7	15,9	101	15,55
<i>Йогурт промышленного производства</i>	100	3,9	1,5	4,8	47,8	35,0
<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	8,16
<i>Свекольник с мясными фрикадельками, со сметаной</i>	250/15/5	4,4	5,9	10,5	113	25,51
<i>Плов из птицы</i>	240	13,1	12,8	41,8	335	60,46
<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	187,57

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>	20/20	1,8	0,3	26,4	116	6,19
<i>Каша манная жидкая</i>	200	5,1	7,1	28	196	24,98
<i>Кофейный напиток</i>	200	3,2	2,7	15,9	101	15,55
<i>Йогурт промышленного производства</i>	100	3,9	1,5	4,8	47,8	35,0
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,4
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
<i>Салат из капусты</i>	100	2	5,1	8,5	88	10,01
<i>Свекольник с мясными фрикадельками, со сметаной</i>	250/15/5	4,4	5,9	10,5	113	25,51
<i>Плов из птицы</i>	250	16,1	15,3	41,8	369	67,56
<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		39,7	39,4	200,3	1311,8	199,49


МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
Салат "Любительский"	80	2,2	4	4,7	64	20,73
"Ёжики" из мяса с рисом	100	6,1	11,7	7,4	159	42,51
Макаронны отварные	150	3,4	3,1	36,8	189	9,44
Сок	200	0,2	0	23	93	16,00
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		12,8	19,3	88,3	578	91,64

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
Салат "Любительский"	100	2,9	5,1	5,8	81	26,96
"Ёжики" из мяса с рисом	120	7,3	14	8,9	191	48,60
Макаронны отварные	180	4,1	3,7	44,2	227	11,44
Сок	200	0,2	0	23	93	16,00
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		15,8	23,5	107,1	703	107,52

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	30/15	6,3	4,1	14,9	122	19,36
Суп молочный с крупой	250	5,8	7,5	23,8	186	20,12
Фрукт (апельсин)	250	0,7	0,7	46,2	193	42,3
Чай с лимоном	200	0,1	0	13,5	54	3,64
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,4
Салат "Любительский"	80	2,2	4	4,7	64	20,73
Рассольник домашний с птицей, со сметаной	250/15/5	4,8	5,1	10,8	108	32,76
"Ёжики" из мяса с рисом	100	6,1	11,7	7,4	159	42,51
Макаронны отварные	150	3,4	3,1	36,8	189	9,44
Сок	200	0,2	0	23	93	16,00
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		31,8	37,4	222,7	1352	214,34

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 сыром	30/20	7,1	4,7	14,9	130	24,68
Суп молочный с крупой	250	5,8	7,5	23,8	186	20,12
Фрукт (апельсин)	250	0,7	0,7	46,2	193	42,3
Чай с лимоном	200	0,1	0	13,5	54	3,64
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,4
Салат "Любительский"	100	2,9	5,1	5,8	81	26,96
Рассольник домашний с птицей, со сметаной	250/15/5	4,8	5,1	10,8	108	32,76
"Ёжики" из мяса с рисом	120	7,3	14	8,9	191	48,60
Макаронны отварные	180	4,1	3,7	44,2	227	11,44
Сок	200	0,2	0	23	93	16,00
Хлеб пшеничный	40	0,8	0,4	17,6	77	3,12
Хлеб ржаной	40	1	0,6	15,2	68	2,81
Итого		35,7	42,3	240,3	1481	235,39



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ ОСОШ №1

Гав

"23" января 2023 г

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 с морковью</i>	100	1,6	5	9,7	90	8,40
<i>Жаркое из птицы</i>	200	17,5	11,5	16,2	238	44,08
<i>Компот из ягод</i>	200	0,2	0	16,9	68	18,18
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	0,4	0,2	8,8	39	1,4
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,56
Итого		20,2	17	59,2	469	73,62

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 с морковью</i>	100	1,6	5	9,7	90	8,40
<i>Жаркое из птицы</i>	280	21,8	16,8	18,4	312	79,87
<i>Компот из ягод</i>	200	0,2	0	16,9	68	18,18
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	0,4	0,2	8,8	39	3,12
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,4
Итого		24,5	22,3	61,4	543	110,97

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</i>	20/10	1,8	7,1	9,9	111	11,54
<i>Каша ячневая жидкая</i>	200	7,6	8,2	20,7	187	24,78
<i>Какао с молоком</i>	180	3,1	2,7	12,1	85	11,57
<i>Йогурт промышленного производства</i>	100	3,9	1,5	4,8	47,8	35,00
<i>Кондитерское изделие (вафли)</i>	50	2,5	3,2	22	127	15,00
<i>Салат из капусты с морковью</i>	100	1,6	5	9,7	90	8,40
<i>Суп с рыбными фрикадельками</i>	250/100	12,9	7,2	20,6	199	58,59
<i>Жаркое из птицы</i>	200	17,5	11,5	16,2	238	44,08
<i>Компот из ягод</i>	200	0,2	0	16,9	68	18,18
<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		52,4	47,1	158,1	1263,8	231,66

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</i>	30/15	2,5	9,9	14,5	157	17,31
<i>Каша ячневая жидкая</i>	200	7,6	8,2	20,7	187	24,78
<i>Какао с молоком</i>	200	3,8	3,5	15,9	110	13,46
<i>Йогурт промышленного производства</i>	100	3,9	1,5	4,8	47,8	35,00
<i>Кондитерское изделие (вафли)</i>	50	2,5	3,2	22	127	15,00
<i>Салат из капусты с морковью</i>	100	1,6	5	9,7	90	8,40
<i>Суп с рыбными фрикадельками</i>	250/100	12,9	7,2	20,6	199	58,59
<i>Жаркое из птицы</i>	280	21,8	16,8	18,4	312	79,87
<i>Компот из ягод</i>	200	0,2	0	16,9	68	18,18
<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		58,6	56,3	176,3	1442,8	276,52