



МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

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

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

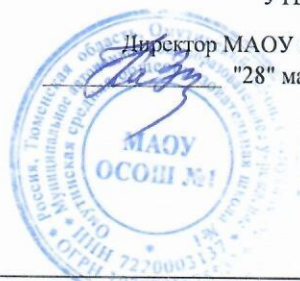
Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Салат "Любительский"</i>	100	2,9	5,1	5,8	81	26,96
<i>"Ёжики" из мяса с рисом</i>	120	7,3	14	8,9	191	48,60
<i>Макароны отварные</i>	180	4,1	3,7	44,2	227	11,44
<i>Сок</i>	200	0,2	0	23	93	16,00
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	0,8	0,4	17,6	77	3,12
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,4
Итого		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
<i>Бутерброд с сыром</i>	30/15	6,3	4,1	14,9	122	19,36
<i>Суп молочный с крупой</i>	250	5,8	7,5	23,8	186	20,12
<i>Фрукт (яблоко)</i>	150	0,4	0,4	28	117	20,70
<i>Кондитерское изделие (Чоко-пай)</i>	30	1,3	5,4	18,9	129	20,00
<i>Чай с лимоном</i>	200	0,1	0	13,5	54	3,64
<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
<i>Салат "Любительский"</i>	80	2,2	4	4,7	64	20,73
<i>Рассольник домашний с птицей, со сметаной</i>	250/15/5	4,8	5,1	10,8	108	32,76
<i>"Ёжики" из мяса с рисом</i>	100	6,1	11,7	7,4	159	42,51
<i>Макароны отварные</i>	150	3,4	3,1	36,8	189	9,44
<i>Сок</i>	200	0,2	0	23	93	16,00
<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		32,8	42,5	223,4	1405	212,74

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	24,68
<i>Суп молочный с крупой</i>	250	5,8	7,5	23,8	186	20,12
<i>Фрукт (яблоко)</i>	150	0,4	0,4	28	117	20,70
<i>Кондитерское изделие (Чоко-пай)</i>	30	1,3	5,4	18,9	129	20,00
<i>Чай с лимоном</i>	200	0,1	0	13,5	54	3,64
<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
<i>Салат "Любительский"</i>	100	2,9	5,1	5,8	81	26,96
<i>Рассольник домашний с птицей, со сметаной</i>	250/15/5	4,8	5,1	10,8	108	32,76
<i>"Ёжики" из мяса с рисом</i>	120	7,3	14	8,9	191	48,60
<i>Макароны отварные</i>	180	4,1	3,7	44,2	227	11,44
<i>Сок</i>	200	0,2	0	23	93	16,00
<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		36,7	47,4	241	1534	233,79

**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 5%</i>	100	3,9	1,5	4,8	47,8	48,3
<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	200,87

МЕНЮ для учащихся с ОВЗ с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>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 5%</i>	100	3,9	1,5	4,8	47,8	48,3
<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	212,79



МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Помидоры (свежие)</i>	80	0,5	0,2	3,4	17	26,24
<i>Биточки рубленые из птицы запеченные</i>	100	12,6	16,5	12,4	248,5	43,77
<i>Пюре картофельное</i>	150	3,3	3,6	22,3	135	13,75
<i>Какао с молоком</i>	180	3,1	2,7	12,1	85	11,57
<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		20,4	23,5	66,6	558,5	98,29

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Помидоры (свежие)</i>	100	0,6	0,2	4,2	21	33,60
<i>Биточки рубленые из птицы запеченные</i>	100	12,6	16,5	12,4	248,5	43,77
<i>Пюре 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	13,46
<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	25	84,4	649,5	109,76

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	11,54
<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	11,57
<i>Йогурт промышленного производства 5%</i>	100	3,9	1,5	4,8	47,8	48,30
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
<i>Помидоры (свежие)</i>	80	0,5	0,2	3,4	17	26,24
<i>Суп с овощами и крупой, с мясом</i>	250/10	5,8	4,8	8,3	100	29,05
<i>Биточки рубленые из птицы запеченные</i>	100	12,6	16,5	12,4	248,5	43,77
<i>Пюре картофельное</i>	150	3,3	3,6	22,3	135	13,75
<i>Сок</i>	200	0,5	0	34	138	16,00
<i>Фрукт (апельсин)</i>	200	0,5	0,5	37,2	155,6	35
<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		41,2	45,5	204,4	1390,9	265,83

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	17,31
<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	13,46
<i>Йогурт промышленного производства 5%</i>	100	3,9	1,5	4,8	47,8	48,30
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
<i>Помидоры (свежие)</i>	100	0,6	0,2	4,2	21	33,60
<i>Суп с овощами и крупой, с мясом</i>	250/10	5,8	4,8	8,3	100	29,05
<i>Биточки рубленые из птицы запеченные</i>	100	12,6	16,5	12,4	248,5	43,77
<i>Пюре картофельное</i>	180	3,7	4,1	26,7	159	14,41
<i>Сок</i>	200	0,5	0	34	138	16,00
<i>Фрукт (апельсин)</i>	200	0,5	0,5	37,2	155,6	35
<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		43,6	49,9	225,6	1523,9	282,92



Директор МАОУ СОШ №1
"31" марта 2023г

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	19,36
<i>Запеканка "Царская" из творога с молоком сгущенным</i>	170/20	13,9	10,8	33	285	67,68
<i>Фрукт (яблоко)</i>	150	0,4	0,4	28	117	20,70
<i>Чай с лимоном</i>	200	0,1	0	13,5	54	3,64
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,4
Итого		21,2	15,6	97	612	112,78

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	24,68
<i>Запеканка "Царская" из творога с молоком сгущенным</i>	200/30	17,5	14	39	352	81,24
<i>Фрукт (яблоко)</i>	150	0,4	0,4	28	117	20,70
<i>Чай с лимоном</i>	200	0,1	0	13,5	54	3,64
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,4
Итого		25,6	19,4	103	687	131,66

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	19,36
<i>Запеканка "Царская" из творога с молоком сгущенным</i>	170/20	13,9	10,8	33	285	67,68
<i>Фрукт (яблоко)</i>	150	0,4	0,4	28	117	20,70
<i>Сок 0,2</i>	200	0,5	0	34	138	35,00
<i>Чай с лимоном</i>	200	0,1	0	13,5	54	3,64
<i>Винегрет овощной</i>	80	1	4	6,7	67	11,95
<i>Борщ из свежей капусты с картофелем, со сметаной с мясом</i>	250/10/5	4,3	5,1	15,5	125	27,33
<i>Гуляш из говядины</i>	100	11	14,3	5,5	195	59,79
<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	5,80
<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		42,7	42,5	228,3	1466	265,21

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	24,68
<i>Запеканка "Царская" из творога с молоком сгущенным</i>	200/30	17,5	14	39	352	81,24
<i>Фрукт (яблоко)</i>	150	0,4	0,4	28	117	20,70
<i>Сок 0,2</i>	200	0,5	0	34	138	35,00
<i>Чай с лимоном</i>	200	0,1	0	13,5	54	3,64
<i>Винегрет овощной</i>	100	1,2	5	8,4	83	14,91
<i>Борщ из свежей капусты с картофелем, со сметаной с мясом</i>	250/10/5	4,3	5,1	15,5	125	27,33
<i>Гуляш из говядины</i>	100	11	14,3	5,5	195	59,79
<i>Макаронные изделия отварные</i>	180	4,1	3,7	44,2	227	11,44
<i>Компот из смеси сухофруктов</i>	200	0,5	0	15,2	63	5,80
<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		48,5	48,2	251	1629	290,46