



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ ОСОШ №1  
22 мая 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
<b>Итого</b>		<b>21,1</b>	<b>17,5</b>	<b>78,9</b>	<b>556,8</b>	<b>113,97</b>

**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
<b>Итого</b>		<b>24,5</b>	<b>20,2</b>	<b>87,7</b>	<b>628,8</b>	<b>122,63</b>

**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 квашеной капусты</i>	80	1,6	4	5,7	65	29,64
<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
<b>Итого</b>		<b>35,4</b>	<b>35,3</b>	<b>181,1</b>	<b>1181,8</b>	<b>222,35</b>

**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 квашеной капусты</i>	100	1,6	5	7,1	80	36,66
<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
<b>Итого</b>		<b>39,3</b>	<b>39,3</b>	<b>198,9</b>	<b>1303,8</b>	<b>239,44</b>



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ ОСОШ №1  
"23" мая 2023 г

**МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс**

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Салат из огурцов с маслом</i>	100	0,9	5,1	1,2	54	35,83
<i>Шницель из мяса</i>	100	12,4	12,6	15,8	226	57,2
<i>Каша гречневая вязкая отварная</i>	180	4,8	6,1	29,2	191	16,03
<i>Чай с сахаром</i>	200	0,1	0	12,6	51	2,01
<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
<b>Итого</b>		<b>19,5</b>	<b>24,5</b>	<b>84</b>	<b>633</b>	<b>115,59</b>

**МЕНЮ для учащихся с ОРЗ 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>Запеканка "Царская" из творога с молоком сгущенным</i>	200/30	17,5	14	39	352	81,24
<i>Чай с сахаром</i>	200	0,1	0	12,6	51	2,01
<i>Фрукт (яблоко)</i>	150	0,4	0,4	28	117	20,70
<i>Салат из огурцов с маслом</i>	100	0,9	5,1	1,2	54	35,83
<i>Суп картофельный с мясом</i>	250/10	4,5	4,8	15,5	123	25,58
<i>Шницель из мяса</i>	100	12,4	12,6	15,8	226	57,2
<i>Каша гречневая вязкая отварная</i>	180	4,8	6,1	29,2	191	16,03
<i>Сок</i>	200	0,5	0	34	138	16
<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
<b>Итого</b>		<b>45,4</b>	<b>53,9</b>	<b>222,6</b>	<b>1554</b>	<b>277,83</b>



**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 запеченые</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
<b>Итого</b>		<b>22</b>	<b>25</b>	<b>84,4</b>	<b>649,5</b>	<b>109,76</b>

**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 запеченые</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
<b>Итого</b>		<b>43,6</b>	<b>49,9</b>	<b>225,6</b>	<b>1523,9</b>	<b>282,92</b>



**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
<b>Итого</b>		<b>25,6</b>	<b>19,4</b>	<b>103</b>	<b>687</b>	<b>131,66</b>

**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
<b>Итого</b>		<b>48,5</b>	<b>48,2</b>	<b>251</b>	<b>1629</b>	<b>290,46</b>



УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МАОУ ОСОШ №1  
 "26" мая 2023 г

**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>	100	2,6	5,0	14	111	22,49
<i>Мясо тушеное с картофелем</i>	250	12,7	14,3	34,7	318	64,79
<i>Сок</i>	200	0,3	0	22	89	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
<b>Итого</b>		<b>16,9</b>	<b>20</b>	<b>95,9</b>	<b>629</b>	<b>107,8</b>

**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>Сыр (порциями)</i>	10	2,9	4	0	48	10,64
<i>Сдоба обыкновенная</i>	80	7,5	2,4	50,5	254	25,00
<i>Суп молочный с крупой</i>	250	5,8	7,5	23,8	186	20,77
<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>Фрукт (яблоко)</i>	150	0,4	0,4	28	117	20,7
<i>Салат из свеклы с зеленым горошком</i>	100	2,6	5,0	14	111	22,49
<i>Уха рыбацкая</i>	250/50	9,3	7,2	10,4	144	30,71
<i>Мясо тушеное с картофелем</i>	250	12,7	14,3	34,7	318	64,79
<i>Сок</i>	200	0,3	0	22	89	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
<b>Итого</b>		<b>44,1</b>	<b>49,4</b>	<b>236,5</b>	<b>1564</b>	<b>230,42</b>



УТВЕРЖДАЮ



Директор МАОУ ОСОШ №1

"29" мая 2023 г

**МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс**

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр.)	Цена
<i>Салат из моркови с яйцом</i>	100	5,2	8,6	5,4	120	19,99
<i>Курица запеченая</i>	100	17,4	17	0	223	51,93
<i>Каша гречневая вязкая отварная</i>	180	4,8	6,1	29,2	191	16,03
<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
<b>Итого</b>		<b>28,9</b>	<b>32,4</b>	<b>76,7</b>	<b>713</b>	<b>110,65</b>

**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>Омлет натуральный</i>	200	22,7	20,5	2,4	285	47,26
<i>Чай с молоком</i>	200	2,8	2,5	15,9	97	11,47
<i>Фрукт (яблоко)</i>	150	0,4	0,4	28	117	20,70
<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 моркови с огурцом</i>	100	1,1	5,0	4,1	66	19,28
<i>Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом, со сметаной</i>	250/10/5	4,4	5,9	7,8	102	23,45
<i>Курица запеченая</i>	100	17,4	17	0	223	51,93
<i>Каша гречневая вязкая отварная</i>	180	4,8	6,1	29,2	191	16,03
<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
<b>Итого</b>		<b>59</b>	<b>68,8</b>	<b>168</b>	<b>1524</b>	<b>234,50</b>