



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ СОШ №1
"29" сентября 2023 г

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 из творога с яблоками и молоком сгущенным</i>	180	13,5	14,5	22,1	273	77,11
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
<i>Чай с молоком</i>	200	2,8	2,5	15,9	97	9,67
Итого		23	21,3	61,7	531	107,7

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	19,36
<i>Запеканка из творога с яблоками и молоком сгущенным</i>	200	16,2	17,1	26,2	324	77,11
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
<i>Чай с молоком</i>	200	2,8	2,5	15,9	97	9,67
Итого		26,5	24,5	65,8	590	107,7

МЕНЮ для учащихся с ОВЗ с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Запеканка из творога с яблоками и молоком сгущенным</i>	180	13,5	14,5	22,1	273	77,11
<i>Бутерброд с сыром</i>	30/15	6,3	4,1	14,9	122	19,36
<i>Чай с молоком</i>	200	2,8	2,5	15,9	97	9,67
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
<i>Салат из свеклы с соевым огурцом</i>	80	0,9	4	5,1	60	14,25
<i>Суп с макаронными изделиями с птицей</i>	250/15/5	4,9	4,8	16,4	128	29,23
<i>Гуляш из говядины</i>	100	11	14,3	5,5	195	61,00
<i>Каша гречневая вязкая отварная</i>	150	4,3	5,1	24,3	160	13,24
<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	1,56
Итого		45,7	50,2	160,2	1274	246,1

МЕНЮ для учащихся с ОВЗ с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Запеканка из творога с яблоками и молоком сгущенным</i>	200	16,2	17,1	26,2	324	77,11
<i>Бутерброд с сыром</i>	30/20	7,1	4,7	14,9	130	19,36
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
<i>Чай с молоком</i>	200	2,8	2,5	15,9	97	9,67
<i>Салат из свеклы с соевым огурцом</i>	100	1,2	5	6,5	76	14,25
<i>Суп с макаронными изделиями с птицей</i>	250/15/5	4,9	4,8	16,4	128	29,23
<i>Гуляш из говядины</i>	100	11	14,3	5,5	195	61,00
<i>Каша гречневая вязкая отварная</i>	180	4,8	6,1	29,2	191	13,24
<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	1,56
Итого		50	55,4	170,6	1380	246,1



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ ОСОШ №1
"28" сентября 2023г

МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Овощи консервированные без уксуса (огурцы)</i>	80	0,7	0,1	1,2	9	33,58
<i>Биточки рыбные</i>	100	13,2	5,1	18,1	171	32,74
<i>Пюре картофельное</i>	150	3,3	3,6	22,3	135	18,5
<i>Компот из сухофруктов</i>	200	0,5	0	15,2	63	5,80
<i>Фрукт (яблоко)</i>	150	0,4	0,4	28	117	13,96
<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	1,56
Итого		19	9,7	101,2	568	107,7

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Овощи консервированные без уксуса (огурцы)</i>	100	0,8	0,1	1,6	10,6	33,58
<i>Биточки рыбные</i>	100	13,2	5,1	18,1	171	32,74
<i>Пюре картофельное</i>	180	3,7	4,1	26,7	159	18,5
<i>Компот из сухофруктов</i>	200	0,5	0	15,2	63	5,80
<i>Фрукт (яблоко)</i>	150	0,4	0,4	28	117	13,96
<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	1,56
Итого		19,5	10,2	106	593,6	107,7

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	2,5	9,9	14,5	157	18,66
<i>Каша рисовая жидкая</i>	200	6,4	7,2	27	198	29,50
<i>Чай с сахаром</i>	200	0,1	0	12,6	51	2,01
<i>Фрукт (апельсин)</i>	230	0,4	0,4	28	117	63,96
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	0,4	0,2	8,8	38	1,56
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,56
<i>Овощи консервированные без уксуса (огурцы)</i>	80	0,7	0,1	1,2	9	33,58
<i>Суп гороховый с мясом и гренками</i>	250/10/20	6,5	4,8	31,8	196	33,55
<i>Биточки рыбные</i>	100	13,2	5,1	18,1	171	32,74
<i>Пюре картофельное</i>	150	3,3	3,6	22,3	135	18,5
<i>Компот из 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	1,56
Итого		35,8	32,3	212,3	1280	246,1

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	18,66
<i>Каша рисовая жидкая</i>	200	6,4	7,2	27	198	29,5
<i>Чай с сахаром</i>	200	0,1	0	12,6	51	2,01
<i>Фрукт (апельсин)</i>	230	0,4	0,4	28	117	63,96
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	0,4	0,2	8,8	38	1,56
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,56
<i>Овощи консервированные без уксуса (огурцы)</i>	100	0,8	0,1	1,6	10,6	33,58
<i>Суп гороховый с мясом и гренками</i>	250/10/20	6,5	4,8	31,8	196	33,55
<i>Биточки рыбные</i>	100	13,2	5,1	18,1	171	32,74
<i>Пюре картофельное</i>	180	3,7	4,1	26,7	159	18,5
<i>Компот из 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	1,56
Итого		36,3	32,8	217,1	1305,6	246,1



УТВЕРЖДАЮ

Директор MAOU OSOSH №1
"27" сентября 2023 г

МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Блины с джемом</i>	80	1,8	0,3	26,4	116	27,00
<i>Каша пшениная жидкая</i>	200	6,6	7,4	23,7	188	25,34
<i>Кофейный напиток</i>	200	3,2	2,7	15,9	101	15,56
<i>Йогурт промышленного производства</i>	95	3,9	1,5	4,8	47,8	36,68
<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	1,56
Итого		16,4	12,4	87,2	525,8	107,7

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Блины с джемом</i>	80	1,8	0,3	26,4	116	27,00
<i>Каша пшениная жидкая</i>	200	6,6	7,4	23,7	188	25,34
<i>Кофейный напиток</i>	200	3,2	2,7	15,9	101	15,56
<i>Йогурт промышленного производства</i>	95	3,9	1,5	4,8	47,8	36,68
<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	1,56
Итого		16,4	12,4	87,2	525,8	107,7

МЕНЮ для учащихся с ОВЗ с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Блины с джемом</i>	80	1,8	0,3	26,4	116	27,00
<i>Каша пшениная жидкая</i>	200	6,6	7,4	23,7	188	25,34
<i>Кофейный напиток</i>	200	3,2	2,7	15,9	101	15,56
<i>Йогурт промышленного производства</i>	95	3,9	1,5	4,8	47,8	36,33
<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	1,56
<i>Помидор свежий</i>	80	0,5	0,2	3,4	17	20,4
<i>Суп картофельный с крупой, с птицей</i>	250/15	5,7	8,5	16,3	165	26,7
<i>Котлеты из мяса</i>	90	11,2	11,3	14,2	203	52,56
<i>Овощи тушеные</i>	150	1,3	9,2	13,8	143	18,11
<i>Кисель из свежих ягод</i>	200	0,3	0,2	21,5	89	16,3
<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	1,56
Итого		36,7	42,5	181,6	1253,8	246,10

МЕНЮ для учащихся с ОВЗ с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Блины с джемом</i>	80	1,8	0,3	26,4	116	27,00
<i>Каша пшениная жидкая</i>	200	6,6	7,4	23,7	188	25,34
<i>Кофейный напиток</i>	200	3,2	2,7	15,9	101	15,56
<i>Йогурт промышленного производства</i>	95	3,9	1,5	4,8	47,8	36,33
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,56
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
<i>Помидор свежий</i>	100	0,6	0,2	4,2	21	20,40
<i>Суп картофельный с крупой, с птицей</i>	250/15	5,7	8,5	16,3	165	26,7
<i>Котлеты из мяса</i>	100	12,4	12,6	15,8	226	52,56
<i>Овощи тушеные</i>	180	1,6	11	16,5	171	18,11
<i>Кисель из свежих ягод</i>	200	0,3	0,2	21,5	89	16,3
<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	1,56
Итого		38,3	45,6	186,7	1308,8	246,1



УТВЕРЖДАЮ
 Директор МАОУ СОШ №1
Л.В.В. "25" сентября 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 моркови с яйцом</i>	80	4,2	6,9	4,3	96	20,45
<i>Курица запеченая</i>	90	13,8	13	0	172	52,71
<i>Каша гречневая вязкая отварная</i>	150	4,3	5,1	24,3	160	13,24
<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	1,56
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,56
Итого		23,4	25,5	61,9	569	107,7

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	20,45
<i>Курица запеченая</i>	100	17,4	17	0	223	52,71
<i>Каша гречневая вязкая отварная</i>	180	4,8	6,1	29,2	191	13,24
<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	1,56
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,56
Итого		28,5	32,2	67,9	675	107,7

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>	30\10	2,5	9,9	14,5	157	18,66
<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>	170	0,4	0,4	28	117	28,67
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,56
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
<i>Салат из моркови с огурцом</i>	80	0,9	4,0	3,3	53	20,45
<i>Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом, со сметаной</i>	250/10/5	4,4	5,9	7,8	102	27,66
<i>Курица запеченая</i>	90	13,8	13	0	172	52,71
<i>Каша гречневая вязкая отварная</i>	150	4,3	5,1	24,3	160	13,24
<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	1,56
Итого		54,2	62,5	154,7	1395	246,1

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	18,66
<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>	170	0,4	0,4	28	117	28,67
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,56
<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	20,45
<i>Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом, со сметаной</i>	250/10/5	4,4	5,9	7,8	102	27,66
<i>Курица запеченая</i>	100	17,4	17	0	223	52,71
<i>Каша гречневая вязкая отварная</i>	180	4,8	6,1	29,2	191	13,24
<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	1,56
Итого		58,5	68,5	160,4	1490	246,10



УТВЕРЖДАЮ
 Директор, МАОУ СОШ №1
Л. В. В. "26" сентября 2023 г

МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Нарезка из свежих овощей с маслом</i>	80	0,7	4,0	2,5	49	18,26
<i>Рыба запеченная</i>	90	13,1	10,5	2,8	158	51,6
<i>Рис припущенный</i>	150	3,1	3,8	25,4	148	18,72
<i>Сок</i>	200	0,5	0	34	138	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	1,56
Итого		18,3	18,8	81,1	566	107,7

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

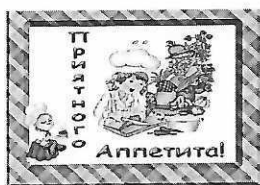
Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Нарезка из свежих овощей с маслом</i>	100	0,9	5,0	3,1	61	18,26
<i>Рыба запеченная</i>	100	15,5	12,9	3,1	191	51,6
<i>Рис припущенный</i>	180	3,5	4,4	30,5	176	18,72
<i>Сок</i>	200	0,5	0	34	138	16,00
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,56
Итого		21,3	22,8	87,1	639	107,7

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 сыром</i>	30/15	6,3	4,1	14,9	122	24,68
<i>Каша пшеничная жидкая</i>	200	7,5	6,2	20,8	169	25,91
<i>Чай с лимоном</i>	200	0,1	0	13,5	54	3,93
<i>Фрукт (яблоко)</i>	150	0,5	0,5	37,2	155,6	21,7
<i>Кондитерское изделие (Чоко-пай)</i>	30	1,3	5,4	18,9	129	20,00
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	0,4	0,2	8,8	38	1,56
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,56
<i>Нарезка из свежих овощей с маслом</i>	80	0,7	4,0	2,5	49	18,26
<i>Рассольник Ленинградский с мясом и сметаной</i>	250/10/5	5	6,3	14,4	134	37,50
<i>Рыба запеченная</i>	90	13,1	10,5	2,8	158	51,60
<i>Рис припущенный</i>	150	3,1	3,8	25,4	148	18,72
<i>Сок</i>	200	0,5	0	34	138	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	1,56
Итого		40,3	42	226	1439,6	246,1

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 сыром</i>	30/20	7,1	4,7	14,9	130	24,68
<i>Каша пшеничная жидкая</i>	200	7,5	6,2	20,8	169	25,91
<i>Чай с лимоном</i>	200	0,1	0	13,5	54	3,93
<i>Фрукт (яблоко)</i>	150	0,5	0,5	37,2	155,6	21,7
<i>Кондитерское изделие (Чоко-пай)</i>	30	1,3	5,4	18,9	129	20,00
<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	1,56
<i>Нарезка из свежих овощей с маслом</i>	100	0,9	5,0	3,1	61	18,26
<i>Рассольник Ленинградский с мясом и сметаной</i>	250/10/5	5	6,3	14,4	134	37,50
<i>Рыба запеченная</i>	100	15,5	12,9	3,1	191	51,60
<i>Рис припущенный</i>	180	3,5	4,4	30,5	176	18,72
<i>Сок</i>	200	0,5	0	34	138	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	1,56
Итого		44,1	46,6	232	1521,6	246,1



УТВЕРЖДАЮ
 Директор МАОУ ОСОШ №1
Л.В.З. "21" сентября 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	68,89
<i>Фрукт (слива)</i>	130	0,4	0,4	28	117	15,52
<i>Чай с лимоном</i>	200	0,1	0	13,5	54	3,93
Итого		20,7	15,3	89,4	578	107,7

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	19,36
<i>Запеканка "Царская" из творога с молоком сгущенным</i>	200/30	17,5	14	39	352	68,89
<i>Фрукт (слива)</i>	130	0,4	0,4	28	117	15,52
<i>Чай с лимоном</i>	200	0,1	0	13,5	54	3,93
Итого		25,1	19,1	95,4	653	107,7

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	68,89
<i>Фрукт (слива)</i>	130	0,4	0,4	28	117	15,52
<i>Чай с лимоном</i>	200	0,1	0	13,5	54	3,93
<i>Винегрет овощной</i>	80	1	4	6,7	67	15,01
<i>Борщ из свежей капусты с картофелем, со сметаной с мясом</i>	250/10/5	4,3	5,1	15,5	125	33
<i>Гуляш из говядины</i>	100	11	14,3	5,5	195	68,03
<i>Макаронные изделия отварные</i>	150	3,4	3,1	36,8	189	11,88
<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	1,56
Итого		42,2	42,5	194,3	1328	246,1

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	19,36
<i>Запеканка "Царская" из творога с молоком сгущенным</i>	200/30	17,5	14	39	352	68,89
<i>Фрукт (слива)</i>	130	0,4	0,4	28	117	15,52
<i>Чай с лимоном</i>	200	0,1	0	13,5	54	3,93
<i>Винегрет овощной</i>	100	1,2	5	8,4	83	15,01
<i>Борщ из свежей капусты с картофелем, со сметаной с мясом</i>	250/10/5	4,3	5,1	15,5	125	33
<i>Гуляш из говядины</i>	100	11	14,3	5,5	195	68,03
<i>Макаронные изделия отварные</i>	180	4,1	3,7	44,2	227	11,88
<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	1,56
Итого		47,5	47,9	209,4	1457	246,1



УТВЕРЖДАЮ
 Директор МАОУ ОСОШ №1
Лав "22" сентября 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 свеклы с зеленым горошком</i>	80	2,1	4,0	11,2	89	24,58
<i>Мясо тушеное с картофелем</i>	250	12,7	14,3	34,7	318	64,00
<i>Сок</i>	200	0,3	0	22	89	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	1,56
Итого		16	18,8	84,3	569	107,7

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	24,58
<i>Мясо тушеное с картофелем</i>	250	12,7	14,3	34,7	318	64,00
<i>Сок</i>	200	0,3	0	22	89	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	1,56
Итого		16,5	19,8	87,1	591	107,7

МЕНЮ для учащихся с ОБЗ 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	10,88
<i>Сыр (порциями)</i>	10	2,9	4	0	48	11,7
<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	20,71
<i>Чай с сахаром</i>	200	0,1	0	12,6	51	2,01
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
<i>Фрукт (яблоко)</i>	130	0,4	0,4	28	117	18,98
<i>Салат из свеклы с зеленым горошком</i>	80	2,1	4	11,2	89	24,58
<i>Уха рыбацкая</i>	250/50	9,3	7,2	10,4	144	46,0
<i>Мясо тушеное с картофелем</i>	250	12,7	14,3	34,7	318	64,0
<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	1,56
Итого		43	48	227,3	1513	246,10

МЕНЮ для учащихся с ОБЗ 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	10,88
<i>Сыр (порциями)</i>	10	2,9	4	0	48	11,7
<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	20,71
<i>Чай с сахаром</i>	200	0,1	0	12,6	51	2,01
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
<i>Фрукт (яблоко)</i>	130	0,4	0,4	28	117	18,98
<i>Салат из свеклы с зеленым горошком</i>	100	2,6	5,0	14	111	24,58
<i>Уха рыбацкая</i>	250/50	9,3	7,2	10,4	144	46,0
<i>Мясо тушеное с картофелем</i>	250	12,7	14,3	34,7	318	64,0
<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	1,56
Итого		43,5	49	230,1	1535	246,10



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	20,4
<i>Биточки рубленые из птицы запеченые</i>	90/5	11,4	15,2	11,2	227,2	52,02
<i>Пюре картофельное</i>	150	3,3	3,6	22,3	135	18,5
<i>Какао с молоком</i>	200	3,1	2,7	12,1	85	13,66
<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	1,56
Итого		19,2	22,2	65,4	537,2	107,7

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	20,40
<i>Биточки рубленые из птицы запеченые</i>	100/5	12,6	16,5	12,4	248,5	52,02
<i>Пюре картофельное</i>	180	3,7	4,1	26,7	159	18,5
<i>Какао с молоком</i>	200	3,8	3,5	15,9	110	13,66
<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	1,56
Итого		21,6	24,8	75,6	611,5	107,7

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	18,66
<i>Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая с маслом</i>	200	7,5	7,7	26	203	26,04
<i>Какао с молоком</i>	200	3,1	2,7	12,1	85	13,66
<i>Йогурт промышленного производства</i>	95	3,9	1,5	4,8	47,8	43,16
<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	20,4
<i>Суп с овощами и крупой, с мясом</i>	250/10	5,8	4,8	8,3	100	31,42
<i>Биточки рубленые из птицы запеченые</i>	90/5	11,4	15,2	11,2	227,2	52,02
<i>Пюре картофельное</i>	150	3,3	3,6	22,3	135	18,5
<i>Сок</i>	200	0,5	0	34	138	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	1,56
Итого		39,5	43,7	166	1214	246,1

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	18,66
<i>Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая с маслом</i>	200	7,5	7,7	26	203	26,04
<i>Какао с молоком</i>	200	3,8	3,5	15,9	110	13,66
<i>Йогурт промышленного производства</i>	95	3,9	1,5	4,8	47,8	43,16
<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	20,40
<i>Суп с овощами и крупой, с мясом</i>	250/10	5,8	4,8	8,3	100	31,42
<i>Биточки рубленые из птицы запеченые</i>	100/5	12,6	16,5	12,4	248,5	52,02
<i>Пюре картофельное</i>	180	3,7	4,1	26,7	159	18,5
<i>Сок</i>	200	0,5	0	34	138	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	1,56
Итого		42,6	49,1	180,8	1334,3	246,1

**МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс**

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Салат из огурцов с маслом</i>	80	0,7	4,1	1	44	20,98
<i>Шницель из мяса</i>	90	11,2	11,3	14,2	203	68,35
<i>Каша гречневая вязкая отварная</i>	150	4,3	5,1	24,3	160	13,24
<i>Чай с сахаром</i>	200	0,1	0	12,6	51	2,01
<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	1,56
Итого		17,2	21	68,5	531	107,7

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	20,98
<i>Шницель из мяса</i>	100	12,4	12,6	15,8	226	68,35
<i>Каша гречневая вязкая отварная</i>	180	4,8	6,1	29,2	191	13,24
<i>Чай с сахаром</i>	200	0,1	0	12,6	51	2,01
<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	1,56
Итого		19,1	24,3	75,2	595	107,7

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>	30/10	1,8	7,1	9,9	111	18,66
<i>Запеканка "Царская" из творога с молоком сгущенным</i>	170/20	13,9	10,8	33	285	73,88
<i>Чай с сахаром</i>	200	0,1	0	12,6	51	2,01
<i>Салат из огурцов с маслом</i>	80	0,7	4,1	1	44	20,98
<i>Суп картофельный с мясом</i>	250/10	4,5	4,8	15,5	123	28,30
<i>Шницель из мяса</i>	90	11,2	11,3	14,2	203	68,35
<i>Каша гречневая вязкая отварная</i>	150	4,3	5,1	24,3	160	13,24
<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>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,56
Итого		38,3	43,9	169,7	1226	246,1

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	18,66
<i>Запеканка "Царская" из творога с молоком сгущенным</i>	200/30	17,5	14	39	352	73,88
<i>Чай с сахаром</i>	200	0,1	0	12,6	51	2,01
<i>Салат из огурцов с маслом</i>	100	0,9	5,1	1,2	54	20,98
<i>Суп картофельный с мясом</i>	250/10	4,5	4,8	15,5	123	28,30
<i>Шницель из мяса</i>	100	12,4	12,6	15,8	226	68,35
<i>Каша гречневая вязкая отварная</i>	180	4,8	6,1	29,2	191	13,24
<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>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,56
Итого		44,5	53,2	187	1403	246,1



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ ОСОШ №1

"18" сентября 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>	95	3,9	1,5	4,8	47,8	22,57
<i>Плов из птицы</i>	240	13,1	12,8	41,8	335	66,45
<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	1,56
Итого		21,1	17,5	78,9	556,8	107,7

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>	95	3,9	1,5	4,8	47,8	22,57
<i>Плов из птицы</i>	250	16,1	15,3	41,8	369	66,45
<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	1,56
Итого		24,1	20	78,9	590,8	107,7

МЕНЮ для учащихся с ОВЗ с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Блины с джемом</i>	80	1,8	0,3	26,4	116	32,00
<i>Каша манная жидкая</i>	200	5,1	7,1	28	196	25,49
<i>Кофейный напиток</i>	200	3,2	2,7	15,9	101	15,56
<i>Йогурт промышленного производства</i>	95	3,9	1,5	4,8	47,8	42,49
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
<i>Салат из капусты белокачанной</i>	100	2	5,1	8,5	88	15,53
<i>Свекольник с мясными фрикадельками, со сметаной</i>	250/15/5	4,4	5,9	10,5	113	36,54
<i>Плов из птицы</i>	240	13,1	12,8	41,8	335	66,45
<i>Компот из 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	1,56
Итого		35,7	36,3	185,1	1209,8	246,1

МЕНЮ для учащихся с ОВЗ с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Блины с джемом</i>	80	1,8	0,3	26,4	116	32,00
<i>Каша манная жидкая</i>	200	5,1	7,1	28	196	25,49
<i>Кофейный напиток</i>	200	3,2	2,7	15,9	101	15,56
<i>Йогурт промышленного производства</i>	95	3,9	1,5	4,8	47,8	42,49
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
<i>Салат из капусты белокачанной</i>	100	2	5,1	8,5	88	15,53
<i>Свекольник с мясными фрикадельками, со сметаной</i>	250/15/5	4,4	5,9	10,5	113	36,54
<i>Плов из птицы</i>	250	16,1	15,3	41,8	369	66,45
<i>Компот из 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	1,56
Итого		38,7	38,8	185,1	1243,8	246,1