



МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
Помидоры (свежие)	80	0,5	0,2	3,4	17	20,4
Биточки рубленые из птицы запеченные	90/5	11,4	15,2	11,2	227,2	52,02
Пюре картофельное	150	3,3	3,6	22,3	135	18,5
Какао с молоком	200	3,1	2,7	12,1	85	13,66
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
Хлеб ржаной	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
Помидоры (свежие)	100	0,6	0,2	4,2	21	20,40
Биточки рубленые из птицы запеченные	100/5	12,6	16,5	12,4	248,5	52,02
Пюре картофельное	180	3,7	4,1	26,7	159	18,5
Какао с молоком	200	3,8	3,5	15,9	110	13,66
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
Хлеб ржаной	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
Бутерброд с маслом	20/10	1,8	7,1	9,9	111	18,66
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая с маслом	200	7,5	7,7	26	203	26,04
Какао с молоком	200	3,1	2,7	12,1	85	13,66
Йогурт промышленного производства	95	3,9	1,5	4,8	47,8	43,16
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
Помидоры (свежие)	80	0,5	0,2	3,4	17	20,4
Суп с овощами и крупой, с мясом	250/10	5,8	4,8	8,3	100	31,42
Биточки рубленые из птицы запеченные	90/5	11,4	15,2	11,2	227,2	52,02
Пюре картофельное	150	3,3	3,6	22,3	135	18,5
Сок	200	0,5	0	34	138	16,00
Хлеб пшеничный	40	0,8	0,4	17,6	77	3,12
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,56
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
Бутерброд с маслом	30/15	2,5	9,9	14,5	157	18,66
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая с маслом	200	7,5	7,7	26	203	26,04
Какао с молоком	200	3,8	3,5	15,9	110	13,66
Йогурт промышленного производства	95	3,9	1,5	4,8	47,8	43,16
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
Помидоры (свежие)	100	0,6	0,2	4,2	21	20,40
Суп с овощами и крупой, с мясом	250/10	5,8	4,8	8,3	100	31,42
Биточки рубленые из птицы запеченные	100/5	12,6	16,5	12,4	248,5	52,02
Пюре картофельное	180	3,7	4,1	26,7	159	18,5
Сок	200	0,5	0	34	138	16,00
Хлеб пшеничный	40	0,8	0,4	17,6	77	3,12
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,56
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>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</i>	110	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</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</i>	110	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</i>	110	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



МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
Салат из свеклы с зеленым горошком	80	2,1	4,0	11,2	89	24,58
Мясо тушеное с картофелем	250	12,7	14,3	34,7	318	64,00
Сок	200	0,3	0	22	89	16,00
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,56
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
Салат из свеклы с зеленым горошком	100	2,6	5,0	14	111	24,58
Мясо тушеное с картофелем	250	12,7	14,3	34,7	318	64,00
Сок	200	0,3	0	22	89	16,00
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,56
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
Масло сливочное (порциями)	10	0,2	7,3	0,1	67	10,88
Сыр (порциями)	10	2,9	4	0	48	11,7
Сдоба обыкновенная	80	7,5	2,4	50,5	254	25,00
Суп молочный с крупой	250	5,8	7,5	23,8	186	20,71
Чай с сахаром	200	0,1	0	12,6	51	2,01
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
Фрукт	130	0,4	0,4	28	117	18,98
Салат из свеклы с зеленым горошком	80	2,1	4	11,2	89	24,58
Уха рыбацкая	250/50	9,3	7,2	10,4	144	46,0
Мясо тушеное с картофелем	250	12,7	14,3	34,7	318	64,0
Сок	200	0,3	0	22	89	16,00
Хлеб пшеничный	40	0,8	0,4	17,6	77	3,12
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,56
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
Масло сливочное (порциями)	10	0,2	7,3	0,1	67	10,88
Сыр (порциями)	10	2,9	4	0	48	11,7
Сдоба обыкновенная	80	7,5	2,4	50,5	254	25,00
Суп молочный с крупой	250	5,8	7,5	23,8	186	20,71
Чай с сахаром	200	0,1	0	12,6	51	2,01
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
Фрукт	130	0,4	0,4	28	117	18,98
Салат из свеклы с зеленым горошком	100	2,6	5,0	14	111	24,58
Уха рыбацкая	250/50	9,3	7,2	10,4	144	46,0
Мясо тушеное с картофелем	250	12,7	14,3	34,7	318	64,0
Сок	200	0,3	0	22	89	16,00
Хлеб пшеничный	40	0,8	0,4	17,6	77	3,12
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,56
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
Салат из моркови с яйцом	80	4,2	6,9	4,3	96	20,45
Курица запеченая	90	13,8	13	0	172	52,71
Каша гречневая вязкая отварная	150	4,3	5,1	24,3	160	13,24
Компот из ягод	200	0,2	0	16,9	68	18,18
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
Хлеб ржаной	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
Салат из моркови с яйцом	100	5,2	8,6	5,4	120	20,45
Курица запеченая	100	17,4	17	0	223	52,71
Каша гречневая вязкая отварная	180	4,8	6,1	29,2	191	13,24
Компот из ягод	200	0,2	0	16,9	68	18,18
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,56
Итого		28,5	32,2	67,9	675	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
Бутерброд с маслом	30\10	2,5	9,9	14,5	157	18,66
Омлет натуральный	200	22,7	20,5	2,4	285	59,72
Чай с молоком	200	2,8	2,5	15,9	97	11,47
Фрукт	110	0,4	0,4	28	117	16,21
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,56
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
Салат из моркови с огурцом	80	0,9	4,0	3,3	53	20,45
Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом, со сметаной	250/10/5	4,4	5,9	7,8	102	27,66
Курица запеченая	90	13,8	13	0	172	52,71
Каша гречневая вязкая отварная	150	4,3	5,1	24,3	160	13,24
Компот из ягод	200	0,2	0	16,9	68	18,18
Хлеб пшеничный	40	0,8	0,4	17,6	77	3,12
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,56
Итого		54,2	62,5	154,7	1395	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
Бутерброд с маслом	30/15	2,5	9,9	14,5	157	18,66
Омлет натуральный	200	22,7	20,5	2,4	285	52,71
Чай с молоком	200	2,8	2,5	15,9	97	11,47
Фрукт	110	0,4	0,4	28	117	16,21
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,56
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
Салат из моркови с огурцом	100	1,1	5,0	4,1	66	20,45
Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом, со сметаной	250/10/5	4,4	5,9	7,8	102	27,66
Курица запеченая	100	17,4	17	0	223	52,71
Каша гречневая вязкая отварная	180	4,8	6,1	29,2	191	13,24
Компот из ягод	200	0,2	0	16,9	68	18,18
Хлеб пшеничный	40	0,8	0,4	17,6	77	3,12
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,56
Итого		58,5	68,5	160,4	1490	239,09



УТВЕРЖДАЮ



11 декабря 2023 г

МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
Салат витаминный	80	0,9	4,0	2,8	58	18,26
Рыба запеченная	90	13,1	10,5	2,8	158	51,6
Рис припущенный	150	3,1	3,8	25,4	148	18,72
Сок	200	0,5	0	34	138	16,00
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,56
Итого		18,5	18,8	83,3	575	107,7

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Салат витаминный	100	1,1	5,0	5,3	71	18,26
Рыба запеченная	100	15,5	12,9	3,1	191	51,6
Рис припущенный	180	3,5	4,4	30,5	176	18,72
Сок	200	0,5	0	34	138	16,00
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,56
Итого		21,5	22,8	89,3	649	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
Бутерброд с сыром	30/15	6,3	4,1	14,9	122	24,68
Каша пшеничная жидкая	200	7,5	6,2	20,8	169	27,91
Чай с лимоном	200	0,1	0	13,5	54	3,93
Фрукт	130	0,5	0,5	37,2	155,6	18,2
Кондитерское изделие (Чоко-пай)	30	1,3	5,4	18,9	129	20,00
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	38	1,56
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,56
Салат витаминный	80	0,9	4,0	4,7	58	18,26
Рассольник Ленинградский с мясом и сметаной	250/10/5	5	6,3	14,4	134	39,00
Рыба запеченная	90	13,1	10,5	2,8	158	51,60
Рис припущенный	150	3,1	3,8	25,4	148	18,72
Сок	200	0,5	0	34	138	16,00
Хлеб пшеничный	40	0,8	0,4	17,6	77	3,12
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,56
Итого		40,5	42	228,2	1448,6	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
Бутерброд с сыром	30/20	7,1	4,7	14,9	130	24,68
Каша пшеничная жидкая	200	7,5	6,2	20,8	169	27,91
Чай с лимоном	200	0,1	0	13,5	54	3,93
Фрукт	130	0,5	0,5	37,2	155,6	18,2
Кондитерское изделие (Чоко-пай)	30	1,3	5,4	18,9	129	20,00
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,56
Салат витаминный	100	1,1	5,0	5,3	71	18,26
Рассольник Ленинградский с мясом и сметаной	250/10/5	5	6,3	14,4	134	39,00
Рыба запеченная	100	15,5	12,9	3,1	191	51,60
Рис припущенный	180	3,5	4,4	30,5	176	18,72
Сок	200	0,5	0	34	138	16,00
Хлеб пшеничный	40	0,8	0,4	17,6	77	3,12
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,56
Итого		44,3	46,6	234,2	1531,6	246,1



УТВЕРЖДАЮ

МАОУ СОШ №1
10 декабря 2023 г



МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр.)	Цена
Бутерброд с повидлом	20/20	1,8	0,3	26,4	116	6,19
Каша пшеница жидкая	200	6,6	7,4	23,7	188	25,34
Кофейный напиток	200	3,2	2,7	15,9	101	15,56
Йогурт промышленного производства	95	3,9	1,5	4,8	47,8	57,49
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
Хлеб ржаной	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
Бутерброд с повидлом	20/20	1,8	0,3	26,4	116	6,19
Каша пшеница жидкая	200	6,6	7,4	23,7	188	25,34
Кофейный напиток	200	3,2	2,7	15,9	101	15,56
Йогурт промышленного производства	95	3,9	1,5	4,8	47,8	57,49
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
Хлеб ржаной	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
Бутерброд с повидлом	20/20	1,8	0,3	26,4	116	6,19
Каша пшеница жидкая	200	6,6	7,4	23,7	188	25,34
Кофейный напиток	200	3,2	2,7	15,9	101	15,56
Йогурт промышленного производства	95	3,9	1,5	4,8	47,8	57,49
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,56
Помидор свежий	80	0,5	0,2	3,4	17	20,4
Суп картофельный с крупой, с птицей	250/15	5,7	8,5	16,3	165	26,7
Котлеты из мяса	90	11,2	11,3	14,2	203	52,21
Овоци тушеные	150	1,3	9,2	13,8	143	18,11
Кисель из свежих ягод	200	0,3	0,2	21,5	89	16,3
Хлеб пшеничный	40	0,8	0,4	17,6	77	3,12
Хлеб ржаной	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
Бутерброд с повидлом	20/20	1,8	0,3	26,4	116	6,19
Каша пшеница жидкая	200	6,6	7,4	23,7	188	25,34
Кофейный напиток	200	3,2	2,7	15,9	101	15,56
Йогурт промышленного производства	95	3,9	1,5	4,8	47,8	57,49
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,56
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
Помидор свежий	100	0,6	0,2	4,2	21	20,40
Суп картофельный с крупой, с птицей	250/15	5,7	8,5	16,3	165	26,7
Котлеты из мяса	100	12,4	12,6	15,8	226	52,21
Овоци тушеные	180	1,6	11	16,5	171	18,11
Кисель из свежих ягод	200	0,3	0,2	21,5	89	16,3
Хлеб пшеничный	40	0,8	0,4	17,6	77	3,12
Хлеб ржаной	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
"3" декабря 2023г



МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр.)	Цена
Овощи консервированные без уксуса (огурцы)	80	0,7	0,1	1,2	9	33,58
Биточки рыбные	100	13,2	5,1	18,1	171	46,7
Пюре картофельное	150	3,3	3,6	22,3	135	18,5
Компот из сухофруктов	200	0,5	0	15,2	63	5,80
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,56
Итого		18,6	9,3	73,2	451	107,7

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр.)	Цена
Овощи консервированные без уксуса (огурцы)	100	0,8	0,1	1,6	10,6	33,58
Биточки рыбные	100	13,2	5,1	18,1	171	46,7
Пюре картофельное	180	3,7	4,1	26,7	159	18,5
Компот из сухофруктов	200	0,5	0	15,2	63	5,80
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,56
Итого		19,1	9,8	78	476,6	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
Бутерброд с маслом	30/10	2,5	9,9	14,5	157	18,66
Каша рисовая жидкая	200	6,4	7,2	27	198	29,50
Чай с сахаром	200	0,1	0	12,6	51	2,01
Фрукт	230	0,4	0,4	28	117	50,00
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	38	1,56
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,56
Овощи консервированные без уксуса (огурцы)	80	0,7	0,1	1,2	9	33,58
Суп гороховый с мясом и гренками	250/10/20	6,5	4,8	31,8	196	33,55
Биточки рыбные	100	13,2	5,1	18,1	171	46,7
Пюре картофельное	150	3,3	3,6	22,3	135	18,5
Компот из сухофруктов	200	0,5	0	15,2	63	5,80
Хлеб пшеничный	40	0,8	0,4	17,6	77	3,12
Хлеб ржаной	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
Бутерброд с маслом	30/15	2,5	9,9	14,5	157	18,66
Каша рисовая жидкая	200	6,4	7,2	27	198	29,5
Чай с сахаром	200	0,1	0	12,6	51	2,01
Фрукт	230	0,4	0,4	28	117	50
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	38	1,56
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,56
Овощи консервированные без уксуса (огурцы)	100	0,8	0,1	1,6	10,6	33,58
Суп гороховый с мясом и гренками	250/10/20	6,5	4,8	31,8	196	33,55
Биточки рыбные	100	13,2	5,1	18,1	171	46,7
Пюре картофельное	180	3,7	4,1	26,7	159	18,5
Компот из сухофруктов	200	0,5	0	15,2	63	5,80
Хлеб пшеничный	40	0,8	0,4	17,6	77	3,12
Хлеб ржаной	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
14 декабря 2023 г

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	28,98
"Ёжики" из мяса с рисом	100	6,1	11,7	7,4	159	47,71
Макароны отварные	150	3,4	3,1	36,8	189	11,89
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	1,56
Итого		12,8	19,3	88,3	578	107,7

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	28,98
"Ёжики" из мяса с рисом	120	7,3	14	8,9	191	47,71
Макароны отварные	180	4,1	3,7	44,2	227	11,89
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	1,56
Итого		15,4	23,3	98,3	665	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
Бутерброд с сыром	30/15	6,3	4,1	14,9	122	24,68
Суп молочный с крупой	250	5,8	7,5	23,8	186	23,92
Фрукт	130	0,4	0,4	28	117	18,20
Кондитерское изделие (Чоко-пай)	30	1,3	5,4	18,9	129	20,00
Чай с лимоном	200	0,1	0	13,5	54	3,93
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,56
Салат "Любительский"	80	2,2	4	4,7	64	28,98
Рассольник домашний с птицей, со сметаной	250/15/5	4,8	5,1	10,8	108	42,99
"Ёжики" из мяса с рисом	100	6,1	11,7	7,4	159	47,71
Макароны отварные	150	3,4	3,1	36,8	189	11,89
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	1,56
Итого		32,8	42,5	223,4	1405	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
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	23,92
Фрукт	130	0,4	0,4	28	117	18,20
Кондитерское изделие (Чоко-пай)	30	1,3	5,4	18,9	129	20,00
Чай с лимоном	200	0,1	0	13,5	54	3,93
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,56
Салат "Любительский"	100	2,9	5,1	5,8	81	28,98
Рассольник домашний с птицей, со сметаной	250/15/5	4,8	5,1	10,8	108	42,99
"Ёжики" из мяса с рисом	120	7,3	14	8,9	191	47,71
Макароны отварные	180	4,1	3,7	44,2	227	11,89
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	1,56
Итого		36,2	47,1	233,4	1500	246,1



УТВЕРЖДАЮ

директор МАОУ СОШ №1
15" декабря 2023 г



МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр.)	Цена
Йогурт промышленного производства	95	3,9	1,5	4,8	47,8	22,57
Плов из птицы	240	13,1	12,8	41,8	335	66,45
Кофейный напиток	200	3,2	2,7	15,9	101	15,56
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
Хлеб ржаной	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
Йогурт промышленного производства	95	3,9	1,5	4,8	47,8	22,57
Плов из птицы	250	16,1	15,3	41,8	369	66,45
Кофейный напиток	200	3,2	2,7	15,9	101	15,56
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
Хлеб ржаной	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
Булочка со сгущенкой	80	1,8	0,3	26,4	116	32,00
Каша манная жидкая	200	5,1	7,1	28	196	25,49
Кофейный напиток	200	3,2	2,7	15,9	101	15,56
Йогурт промышленного производства	95	3,9	1,5	4,8	47,8	42,49
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
Салат из капусты белокачанной	100	2	5,1	8,5	88	15,53
Свекольник с мясными фрикадельками, со сметаной	250/15/5	4,4	5,9	10,5	113	36,54
Плов из птицы	240	13,1	12,8	41,8	335	66,45
Компот из сухофруктов	200	0,5	0	15,2	63	5,80
Хлеб пшеничный	40	0,8	0,4	17,6	77	3,12
Хлеб ржаной	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
Булочка со сгущенкой	80	1,8	0,3	26,4	116	32,00
Каша манная жидкая	200	5,1	7,1	28	196	25,49
Кофейный напиток	200	3,2	2,7	15,9	101	15,56
Йогурт промышленного производства	95	3,9	1,5	4,8	47,8	42,49
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
Салат из капусты белокачанной	100	2	5,1	8,5	88	15,53
Свекольник с мясными фрикадельками, со сметаной	250/15/5	4,4	5,9	10,5	113	36,54
Плов из птицы	250	16,1	15,3	41,8	369	66,45
Компот из сухофруктов	200	0,5	0	15,2	63	5,80
Хлеб пшеничный	40	0,8	0,4	17,6	77	3,12
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,56
Итого		38,7	38,8	185,1	1243,8	246,1

**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	20,98
Шницель из мяса	90	11,2	11,3	14,2	203	68,35
Каша гречневая вязкая отварная	150	4,3	5,1	24,3	160	13,24
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	1,56
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
Салат из огурцов с маслом	100	0,9	5,1	1,2	54	20,98
Шницель из мяса	100	12,4	12,6	15,8	226	68,35
Каша гречневая вязкая отварная	180	4,8	6,1	29,2	191	13,24
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	1,56
Итого		19,1	24,3	75,2	595	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
Бутерброд с маслом	30/10	1,8	7,1	9,9	111	18,66
Запеканка "Царская" из творога с молоком сгущенным	170/20	13,9	10,8	33	285	73,88
Чай с сахаром	200	0,1	0	12,6	51	2,01
Салат из огурцов с маслом	80	0,7	4,1	1	44	20,98
Суп картофельный с мясом	250/10	4,5	4,8	15,5	123	28,30
Шницель из мяса	90	11,2	11,3	14,2	203	68,35
Каша гречневая вязкая отварная	150	4,3	5,1	24,3	160	13,24
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	1,56
Итого		38,3	43,9	169,7	1226	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
Бутерброд с маслом	30/15	2,5	9,9	14,5	157	18,66
Запеканка "Царская" из творога с молоком сгущенным	200/30	17,5	14	39	352	73,88
Чай с сахаром	200	0,1	0	12,6	51	2,01
Салат из огурцов с маслом	100	0,9	5,1	1,2	54	20,98
Суп картофельный с мясом	250/10	4,5	4,8	15,5	123	28,30
Шницель из мяса	100	12,4	12,6	15,8	226	68,35
Каша гречневая вязкая отварная	180	4,8	6,1	29,2	191	13,24
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	1,56
Итого		44,5	53,2	187	1403	246,1