



УТВЕРЖДАЮ

Ч.о. / Директор МАОУ ОСОШ №1
 "15" апреля 2024 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 (яблоко)	200	0,5	0,5	37	156	38,2
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		31,6	37,2	213,5	1315	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 (яблоко)	200	0,5	0,5	37	156	38,2
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		35	41,8	223,5	1410	246,1



УТВЕРЖДАЮ
 Н.О. Мельник
 Директор МАОУ ОСОШ №1
 16 апреля 2024 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	22,06
Плов из птицы	240	13,1	12,8	41,8	335	66,45
Кофейный напиток	200	3,2	2,7	15,9	101	16,07
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
УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ						
Фрукт (Банан)	180	2,18	0,66	45,68	178	50,00
Фрукт (Груша)	250	0,5	0,5	38	156	80,00
ИТОГО		2,68	1,16	83,68	334	130,00

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	22,06
Плов из птицы	250	16,1	15,3	41,8	369	66,45
Кофейный напиток	200	3,2	2,7	15,9	101	16,07
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
УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ						
Фрукт (Банан)	180	2,18	0,66	45,68	178	50,00
Фрукт (Груша)	250	0,5	0,5	38	156	80,00
ИТОГО		2,68	1,16	83,68	334	130,00

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	26,34
Кофейный напиток	200	3,2	2,7	15,9	101	16,07
Йогурт промышленного производства	95	3,9	1,5	4,8	47,8	41,13
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
Салат "Пёстрый"	80	1,6	4	5,7	65	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		35,3	35,2	182,3	1186,8	246,1
УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ						
Фрукт (Банан)	180	2,18	0,66	45,68	178	50,00
Фрукт (Груша)	250	0,5	0,5	38	156	80,00
ИТОГО		2,68	1,16	83,68	334	130,00

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	26,34
Кофейный напиток	200	3,2	2,7	15,9	101	16,07
Йогурт промышленного производства	95	3,9	1,5	4,8	47,8	41,13
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
Салат "Пёстрый"	100	1	5,1	6,4	76	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		37,7	38,8	183	1231,8	246,1
УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ						
Фрукт (Банан)	180	2,18	0,66	45,68	178	50,00
Фрукт (Груша)	250	0,5	0,5	38	156	80,00
ИТОГО		2,68	1,16	83,68	334	130,00



УТВЕРЖДАЮ
 4.01
 Директор МАОУ ОСОШ №1
 "17" апреля 2024 г

МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр.)	Цена
Салат "Степной"	80	1,4	4,0	6	66	20,79
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	2,2
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		17,9	20,9	73,5	553	107,7

УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ

Фрукт (мандарин)	200	0,5	0,5	26	148	55,00
Фрукт (Яблоко)	180	0,5	0,5	38	156	35,00
Сок 0,2 в индивидуальной упаковке(1шт)	200	0,5	0	34	138	40,00
ИТОГО		1,5	1	98	442	130,00

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр.)	Цена
Салат "Степной"	100	1,7	5,0	7,5	82	20,79
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	2,2
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		19,9	24,2	81,5	623	107,7

УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ

Фрукт (мандарин)	200	0,5	0,5	26	148	55,00
Фрукт (Яблоко)	180	0,5	0,5	38	156	35,00
Сок 0,2 в индивидуальной упаковке(1шт)	200	0,5	0	34	138	40,00
ИТОГО		1,5	1	98	442	130,00

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	74,07
Чай с сахаром	200	0,1	0	12,6	51	2,2
Салат "Степной"	80	1,4	4,0	6	66	20,79
Суп картофельный с мясом	250/10	4,5	4,8	15,5	123	28,11
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		39	43,8	174,7	1248	246,1

УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ

Фрукт (мандарин)	200	0,5	0,5	26	148	55,00
Фрукт (Яблоко)	180	0,5	0,5	38	156	35,00
Сок 0,2 в индивидуальной упаковке(1шт)	200	0,5	0	34	138	40,00
ИТОГО		1,5	1	98	442	130,00

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	74,07
Чай с сахаром	200	0,1	0	12,6	51	2,2
Салат "Степной"	100	1,7	5,0	7,5	82	20,79
Суп картофельный с мясом	250/10	4,5	4,8	15,5	123	28,11
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		45,3	53,1	193,3	1431	246,1

УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ

Фрукт (мандарин)	200	0,5	0,5	26	148	55,00
Фрукт (Яблоко)	180	0,5	0,5	38	156	35,00
Сок 0,2 в индивидуальной упаковке(1шт)	200	0,5	0	34	138	40,00
ИТОГО		1,5	1	98	442	130,00



11.0/ УТВЕРЖДАЮ
 Директор МАОУ СОШ №1
 "18" апреля 2024г

МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
Салат из свёклы с чесноком	80	1,1	4,0	5,5	62	20,4
Биточки рубленые из птицы запеченные	90	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		19,8	26	67,5	582,2	107,7

УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ

Фрукт (Апельсин)	360	0,1	0,1	97	357	90,00
Сок 0,2 в индивидуальной упаковке(1шт)	200	0,5	0	34	138	40,00
ИТОГО		0,6	0,1	131	495	130,00

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
Салат из свёклы с чесноком	100	1,4	5,0	6,8	78	20,40
Биточки рубленые из птицы запеченные	100	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		22,4	29,6	78,2	668,5	107,7

УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ

Фрукт (Апельсин)	360	0,1	0,1	97	357	90,00
Сок 0,2 в индивидуальной упаковке(1шт)	200	0,5	0	34	138	40,00
ИТОГО		0,6	0,1	131	495	130,00

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
Каши из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая с маслом	200	7,5	7,7	26	203	26,49
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	42,71
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
Салат из свёклы с чесноком	80	1,1	4,0	5,5	62	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	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		40,1	47,5	168,1	1259	246,1

УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ

Фрукт (Апельсин)	360	0,1	0,1	97	357	90,00
Сок 0,2 в индивидуальной упаковке(1шт)	200	0,5	0	34	138	40,00
ИТОГО		0,6	0,1	131	495	130,00

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
Каши из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая с маслом	200	7,5	7,7	26	203	26,49
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	42,71
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
Салат из свёклы с чесноком	100	1,4	5,0	6,8	78	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	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		43,4	53,9	183,4	1391,3	246,1

УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ

Фрукт (Апельсин)	360	0,1	0,1	97	357	90,00
Сок 0,2 в индивидуальной упаковке(1шт)	200	0,5	0	34	138	40,00
ИТОГО		0,6	0,1	131	495	130,00



УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ СОШ №1
19 апреля 2024г.

МЕНЮ для учащихся 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
Запеканка "Царская" из творога с молоком сгущенным	170/20	13,9	10,8	33	285	68,89
Фрукт (яблоко)	110	0,25	0	12	49	15,52
Чай с лимоном	200	0,1	0	13,5	54	3,93
Итого		20,55	14,9	73,4	510	107,7

УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ

Фрукт (мандарин)	200	0,5	0,5	26	148	55,00
Сок 0,5л индивидуальной упаковке(1шт)	500	0,1	0	68	276	75,00
ИТОГО		0,6	0,5	94	424	130,00

МЕНЮ для учащихся 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	19,36
Запеканка "Царская" из творога с молоком сгущенным	200/30	17,5	14	39	352	68,89
Фрукт (яблоко)	110	0,25	0	12	49	15,52
Чай с лимоном	200	0,1	0	13,5	54	3,93
Итого		24,95	18,7	79,4	585	107,7

УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ

Фрукт (мандарин)	200	0,5	0,5	26	148	55,00
Сок 0,5л индивидуальной упаковке(1шт)	500	0,1	0	68	276	75,00
ИТОГО		0,6	0,5	94	424	130,00

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
Запеканка "Царская" из творога с молоком сгущенным	170/20	13,9	10,8	33	285	68,89
Фрукт (яблоко)	110	0,25	0	12	49	15,52
Чай с лимоном	200	0,1	0	13,5	54	3,93
Винегрет овощной	80	1	4	6,7	67	15,01
Борщ из свежей капусты с картофелем, со сметаной с мясом	250/10/5	4,3	5,1	15,5	125	33
Гуляш из говядины	100	11	14,3	5,5	195	68,03
Макаронные изделия отварные	150	3,4	3,1	36,8	189	11,88
Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	15,2	63	5,80
Хлеб пшеничный	40	0,8	0,4	17,6	77	3,12
Хлеб рисаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,56
Итого		42,05	42,1	178,3	1260	246,1

УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ

Фрукт (мандарин)	200	0,5	0,5	26	148	55,00
Сок 0,5л индивидуальной упаковке(1шт)	500	0,1	0	68	276	75,00
ИТОГО		0,6	0,5	94	424	130,00

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	19,36
Запеканка "Царская" из творога с молоком сгущенным	200/30	17,5	14	39	352	68,89
Фрукт (яблоко)	110	0,25	0	12	49	15,52
Чай с лимоном	200	0,1	0	13,5	54	3,93
Винегрет овощной	100	1,2	5	8,4	83	15,01
Борщ из свежей капусты с картофелем, со сметаной с мясом	250/10/5	4,3	5,1	15,5	125	33
Гуляш из говядины	100	11	14,3	5,5	195	68,03
Макаронные изделия отварные	180	4,1	3,7	44,2	227	11,88
Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	15,2	63	5,80
Хлеб пшеничный	40	0,8	0,4	17,6	77	3,12
Хлеб рисаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,56
Итого		47,35	47,5	193,4	1389	246,1

УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ

Фрукт (мандарин)	200	0,5	0,5	26	148	55,00
Сок 0,5л индивидуальной упаковке(1шт)	500	0,1	0	68	276	75,00
ИТОГО		0,6	0,5	94	424	130,00