



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ СОШ №1

"14" октября 2024 г

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	19,71
Шницель из мяса	90	11,2	11,3	14,2	203	68,74
Каша гречневая вязкая отварная	150	4,3	5,1	24,3	160	14,19
Чай с сахаром	200	0,1	0	12,6	51	2,18
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,44
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,44
Итого		17,2	21	68,5	531	107,7

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

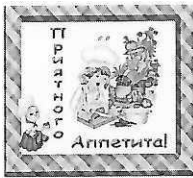
Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
Салат "из огурцов с маслом"	80	0,7	4,1	1	44	19,71
Шницель из мяса	100	12,4	12,6	15,8	226	68,74
Каша гречневая вязкая отварная	180	4,8	6,1	29,2	191	14,19
Чай с сахаром	200	0,1	0	12,6	51	2,18
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,44
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,44
Итого		18,9	23,3	75	585	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	22,43
Запеканка "Царская" из творога с молоком сгущенным	170/20	13,9	10,8	33	285	77,6
Чай с сахаром	200	0,1	0	12,6	51	2,18
Салат "из огурцов с маслом"	80	0,7	4,1	1	44	19,71
Суп картофельный с мясом	250/10	4,5	4,8	15,5	123	22,12
Шницель из мяса	90	11,2	11,3	14,2	203	68,74
Каша гречневая вязкая отварная	150	4,3	5,1	24,3	160	14,19
Сок	200	0,5	0	34	138	14,8
Хлеб пшеничный	40	0,8	0,4	17,6	77	2,89
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,44
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	22,43
Запеканка "Царская" из творога с молоком сгущенным	200/30	17,5	14	39	352	77,6
Чай с сахаром	200	0,1	0	12,6	51	2,18
Салат "из огурцов с маслом"	80	0,7	4,1	1	44	19,71
Суп картофельный с мясом	250/10	4,5	4,8	15,5	123	22,12
Шницель из мяса	100	12,4	12,6	15,8	226	68,74
Каша гречневая вязкая отварная	180	4,8	6,1	29,2	191	14,19
Сок	200	0,5	0	34	138	14,8
Хлеб пшеничный	40	0,8	0,4	17,6	77	2,89
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,44
Итого		44,3	52,2	186,8	1393	246,1



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ ОСОШ №1

11 октября 2024 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	15,63
<i>Плов из птицы</i>	240	13,1	12,8	41,8	335	71,47
<i>Кофейный напиток</i>	200	3,2	2,7	15,9	101	17,72
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	0,4	0,2	8,8	39	1,44
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,44
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	15,63
<i>Плов из птицы</i>	250	16,1	15,3	41,8	369	71,47
<i>Кофейный напиток</i>	200	3,2	2,7	15,9	101	17,72
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	0,4	0,2	8,8	39	1,44
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,44
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>Бутерброд с повидлом</i>	20/20	1,8	0,3	26,4	116	6,17
<i>Каша манная жидкая</i>	200	5,1	7,1	28	196	29,45
<i>Кофейный напиток</i>	200	3,2	2,7	15,9	101	17,72
<i>Йогурт промышленного производства</i>	95	3,9	1,5	4,8	47,8	31,59
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	0,4	0,2	8,8	39	1,44
<i>Салат "из капусты белокачанной"</i>	80	1,6	4,1	6,8	71	15,26
<i>Свекольник с мясными фрикадельками, со сметаной</i>	250/15/5	4,4	5,9	10,5	113	33,87
<i>Плов из птицы</i>	240	13,1	12,8	41,8	335	71,47
<i>Компот из сухофруктов</i>	200	0,5	0	15,2	63	5,88
<i>Фрукт</i>	130	0,5	0,5	37	156	28,92
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	0,8	0,4	17,6	77	2,89
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,44
Итого		35,8	35,8	220,4	1348,8	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>Бутерброд с повидлом</i>	20/20	1,8	0,3	26,4	116	6,17
<i>Каша манная жидкая</i>	200	5,1	7,1	28	196	29,45
<i>Кофейный напиток</i>	200	3,2	2,7	15,9	101	17,72
<i>Йогурт промышленного производства</i>	95	3,9	1,5	4,8	47,8	31,59
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	0,4	0,2	8,8	39	1,44
<i>Салат "из капусты белокачанной"</i>	80	1,6	4,1	6,8	71	15,26
<i>Свекольник с мясными фрикадельками, со сметаной</i>	250/15/5	4,4	5,9	10,5	113	33,87
<i>Плов из птицы</i>	250	16,1	15,3	41,8	369	71,47
<i>Компот из сухофруктов</i>	200	0,5	0	15,2	63	5,88
<i>Фрукт</i>	130	0,5	0,5	37	156	28,92
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	0,8	0,4	17,6	77	2,89
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,44
Итого		38,8	38,3	220,4	1382,8	246,1

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ ОСОШ №1

"10" октября 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	29,76
"Ёжики" из мяса с рисом	100	6,1	11,7	7,4	159	47,05
Макароньы отварные	150	3,4	3,1	36,8	189	13,21
Сок	200	0,2	0	23	93	14,80
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,44
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,44
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"	80	2,2	4	4,7	64	29,76
"Ёжики" из мяса с рисом	120	7,3	14	8,9	191	47,05
Макароньы отварные	180	4,1	3,7	44,2	227	13,21
Сок	200	0,2	0	23	93	14,80
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,44
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,44
Итого		14,7	22,2	97,2	648	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	25,27
Суп молочный с крупой	250	5,8	7,5	23,8	186	23,15
Фрукт	210	0,5	0,5	37	156	42,01
Чай с лимоном	200	0,1	0	13,5	54	3,62
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,44
Салат "Любительский"	80	2,2	4	4,7	64	29,76
Рассольник домашний с птицей, со сметаной	250/15/5	4,8	5,1	10,8	108	41,46
"Ёжики" из мяса с рисом	100	6,1	11,7	7,4	159	47,05
Макароньы отварные	150	3,4	3,1	36,8	189	13,21
Сок	200	0,2	0	23	93	14,80
Хлеб пшеничный	40	0,8	0,4	17,6	77	2,89
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,44
Итого		31,1	36,9	205,9	1281	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	25,27
Суп молочный с крупой	250	5,8	7,5	23,8	186	23,15
Фрукт	210	0,5	0,5	37	156	42,01
Чай с лимоном	200	0,1	0	13,5	54	3,62
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,44
Салат "Любительский"	80	2,2	4	4,7	64	29,76
Рассольник домашний с птицей, со сметаной	250/15/5	4,8	5,1	10,8	108	41,46
"Ёжики" из мяса с рисом	120	7,3	14	8,9	191	47,05
Макароньы отварные	180	4,1	3,7	44,2	227	13,21
Сок	200	0,2	0	23	93	14,80
Хлеб пшеничный	40	0,8	0,4	17,6	77	2,89
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,44
Итого		33,8	40,4	214,8	1359	246,1



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ ОСОШ №1

Лад

"09" октября 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 капусты с морковью</i>	100	1,6	5	9,7	90	13,52
<i>Жаркое из птицы</i>	200	17,5	11,5	16,2	238	77,79
<i>Компот из ягод</i>	200	0,2	0	16,9	68	13,51
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	0,4	0,2	8,8	39	1,44
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,44
Итого		20,2	17	59,2	469	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 капусты с морковью</i>	100	1,6	5	9,7	90	13,52
<i>Жаркое из птицы</i>	280	21,8	16,8	18,4	312	77,79
<i>Компот из ягод</i>	200	0,2	0	16,9	68	13,51
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	0,4	0,2	8,8	39	1,44
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,44
Итого		24,5	22,3	61,4	543	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	22,43
<i>Каша ячневая жидкая</i>	200	7,6	8,2	20,7	187	28,53
<i>Какао с молоком</i>	180	3,1	2,7	12,1	85	15,23
<i>Кондитерское изделие (печенье)</i>	15	1,3	5,4	12,4	103	7,88
<i>Салат из капусты с морковью</i>	100	1,6	5	9,7	90	13,52
<i>Суп с рыбными фрикадельками</i>	250/100	12,9	7,2	20,6	199	62,88
<i>Жаркое из птицы</i>	200	17,5	11,5	16,2	238	77,79
<i>Компот из ягод</i>	200	0,2	0	16,9	68	13,51
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	0,8	0,4	17,6	77	2,89
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,44
Итого		47,3	47,8	143,7	1192	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	22,43
<i>Каша ячневая жидкая</i>	200	7,6	8,2	20,7	187	28,53
<i>Какао с молоком</i>	200	3,8	3,5	15,9	110	15,23
<i>Кондитерское изделие (печенье)</i>	15	1,3	5,4	12,4	103	7,88
<i>Салат из капусты с морковью</i>	100	1,6	5	9,7	90	13,52
<i>Суп с рыбными фрикадельками</i>	250/100	12,9	7,2	20,6	199	62,88
<i>Жаркое из птицы</i>	280	21,8	16,8	18,4	312	77,79
<i>Компот из ягод</i>	200	0,2	0	16,9	68	13,51
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	0,8	0,4	17,6	77	2,89
<i>Хлеб ржаной</i>	40	1	0,6	15,2	68	1,44
Итого		53,5	57	161,9	1371	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 повидлом</i>	20/20	1,8	0,3	26,4	116	6,17
<i>Каша пшеничная жидкая</i>	200	6,6	7,4	23,7	188	28,23
<i>Кофейный напиток</i>	200	3,2	2,7	15,9	101	17,72
<i>Йогурт промышленного производства</i>	95	3,9	1,5	4,8	47,8	52,70
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	0,4	0,2	8,8	39	1,44
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,44
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>Бутерброд с повидлом</i>	20/20	1,8	0,3	26,4	116	6,17
<i>Каша пшеничная жидкая</i>	200	6,6	7,4	23,7	188	28,23
<i>Кофейный напиток</i>	200	3,2	2,7	15,9	101	17,72
<i>Йогурт промышленного производства</i>	95	3,9	1,5	4,8	47,8	52,70
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	0,4	0,2	8,8	39	1,44
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,44
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>Бутерброд с повидлом</i>	20/20	1,8	0,3	26,4	116	6,17
<i>Каша пшеничная жидкая</i>	200	6,6	7,4	23,7	188	28,23
<i>Кофейный напиток</i>	200	3,2	2,7	15,9	101	17,72
<i>Йогурт промышленного производства</i>	95	3,9	1,5	4,8	47,8	31,59
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	0,4	0,2	8,8	39	1,44
<i>Помидор свежий</i>	80	0,5	0,2	3,4	17	18,25
<i>Суп картофельный с крупой, с птицей</i>	250/15	5,7	8,5	16,3	165	34,32
<i>Котлеты из мяса</i>	90	11,2	11,3	14,2	203	57,81
<i>Овощи тушеные</i>	150	1,3	9,2	13,8	143	29,82
<i>Кисель из свежих ягод</i>	200	0,3	0,2	21,5	89	16,42
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	0,8	0,4	17,6	77	2,89
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,44
Итого		36,2	42,2	174	1219,8	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>Бутерброд с повидлом</i>	20/20	1,8	0,3	26,4	116	6,17
<i>Каша пшеничная жидкая</i>	200	6,6	7,4	23,7	188	28,23
<i>Кофейный напиток</i>	200	3,2	2,7	15,9	101	17,72
<i>Йогурт промышленного производства</i>	95	3,9	1,5	4,8	47,8	31,59
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	0,4	0,2	8,8	39	1,44
<i>Помидор свежий</i>	80	0,5	0,2	3,4	17	18,25
<i>Суп картофельный с крупой, с птицей</i>	250/15	5,7	8,5	16,3	165	34,32
<i>Котлеты из мяса</i>	100	12,4	12,6	15,8	226	57,81
<i>Овощи тушеные</i>	180	1,6	11	16,5	171	29,82
<i>Кисель из свежих ягод</i>	200	0,3	0,2	21,5	89	16,42
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	0,8	0,4	17,6	77	2,89
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,44
Итого		37,7	45,3	178,3	1270,8	246,1



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ СОШ №1

"07" октября 2024 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	20,41
<i>Курица запеченая</i>	90	13,8	13	0	172	57,92
<i>Каши гречневая вязкая отварная</i>	150	4,3	5,1	24,3	160	12,98
<i>Компот из ягод</i>	200	0,2	0	16,9	68	13,51
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	0,4	0,2	8,8	39	1,44
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,44
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>	80	4,2	6,9	4,3	96	20,41
<i>Курица запеченая</i>	100	17,4	17	0	223	57,92
<i>Каши гречневая вязкая отварная</i>	180	4,8	6,1	29,2	191	12,98
<i>Компот из ягод</i>	200	0,2	0	16,9	68	13,51
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	0,4	0,2	8,8	39	1,44
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,44
Итого		27,5	30,5	66,8	651	107,7

МЕНЮ для учащихся с ОРЗ 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	22,43
<i>Омлет натуральный</i>	200	22,7	20,5	2,4	285	48,01
<i>Чай с молоком</i>	200	2,8	2,5	15,9	97	13,05
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	0,4	0,2	8,8	39	1,44
<i>Фрукт</i>	125	0,4	0,4	28	117	26,82
<i>Салат из моркови с огурцом</i>	80	0,9	4,0	3,3	53	12,8
<i>Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом, со сметаной</i>	250/10/5	4,4	5,9	7,8	102	32,81
<i>Курица запеченая</i>	90	13,8	13	0	172	57,92
<i>Каши гречневая вязкая отварная</i>	150	4,3	5,1	24,3	160	12,98
<i>Компот из ягод</i>	200	0,2	0	16,9	68	13,51
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	0,8	0,4	17,6	77	2,89
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,44
Итого		53	59,4	142,5	1315	246,1

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	22,43
<i>Омлет натуральный</i>	200	22,7	20,5	2,4	285	48,01
<i>Чай с молоком</i>	200	2,8	2,5	15,9	97	13,05
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	0,4	0,2	8,8	39	1,44
<i>Фрукт</i>	125	0,4	0,4	28	117	26,82
<i>Салат из моркови с огурцом</i>	80	0,9	4,0	3,3	53	12,8
<i>Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом, со сметаной</i>	250/10/5	4,4	5,9	7,8	102	32,81
<i>Курица запеченая</i>	100	17,4	17	0	223	57,92
<i>Каши гречневая вязкая отварная</i>	180	4,8	6,1	29,2	191	12,98
<i>Компот из ягод</i>	200	0,2	0	16,9	68	13,51
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	0,8	0,4	17,6	77	2,89
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,44
Итого		57,8	67,2	152	1443	246,10



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	19,75
<i>Рыба запеченная</i>	90	13,1	10,5	2,8	158	49,75
<i>Рис припущенный</i>	150	3,1	3,8	25,4	148	20,52
<i>Сок</i>	200	0,5	0	34	138	14,80
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	0,4	0,2	8,8	39	1,44
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,44
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>	80	0,7	4,0	2,5	49	19,75
<i>Рыба запеченная</i>	100	15,5	12,9	3,1	191	49,75
<i>Рис припущенный</i>	180	3,5	4,4	30,5	176	20,52
<i>Сок</i>	200	0,5	0	34	138	14,80
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	0,4	0,2	8,8	39	1,44
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,44
Итого		21,1	21,8	86,5	627	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	25,27
<i>Каша пшеничная жидкая</i>	200	7,5	6,2	20,8	169	29,47
<i>Чай с лимоном</i>	200	0,1	0	13,5	54	3,62
<i>Фрукт</i>	200	0,5	0,5	37	156	33,45
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	0,4	0,2	8,8	38	1,44
<i>Нарезка из свежих овощей с маслом</i>	80	0,7	4,0	2,5	49	19,75
<i>Рассольник Ленинградский с мясом и сметаной</i>	250/10/5	5	6,3	14,4	134	43,70
<i>Рыба запеченная</i>	90	13,1	10,5	2,8	158	49,75
<i>Рис припущенный</i>	150	3,1	3,8	25,4	148	20,52
<i>Сок</i>	200	0,5	0	34	138	14,80
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	0,8	0,4	17,6	77	2,89
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,44
Итого		38,5	36,3	199,3	1277	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	25,27
<i>Каша пшеничная жидкая</i>	200	7,5	6,2	20,8	169	29,47
<i>Чай с лимоном</i>	200	0,1	0	13,5	54	3,62
<i>Фрукт</i>	200	0,5	0,5	37	156	33,45
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	0,4	0,2	8,8	39	1,44
<i>Нарезка из свежих овощей с маслом</i>	80	0,7	4,0	2,5	49	19,75
<i>Рассольник Ленинградский с мясом и сметаной</i>	250/10/5	5	6,3	14,4	134	43,70
<i>Рыба запеченная</i>	100	15,5	12,9	3,1	191	49,75
<i>Рис припущенный</i>	180	3,5	4,4	30,5	176	20,52
<i>Сок</i>	200	0,5	0	34	138	14,80
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	0,8	0,4	17,6	77	2,89
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,44
Итого		42,1	39,9	204,7	1347	246,1



УТВЕРЖДАЮ
Директор MAOU OSOSh №1
"03" октября 2024 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	19,09
<i>Мясо тушеное с картофелем</i>	250	12,7	14,3	34,7	318	70,93
<i>Сок</i>	200	0,3	0	22	89	14,80
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	0,4	0,2	8,8	39	1,44
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,44
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>	80	2,1	4,0	11,2	89	19,09
<i>Мясо тушеное с картофелем</i>	250	12,7	14,3	34,7	318	70,93
<i>Сок</i>	200	0,3	0	22	89	14,80
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	0,4	0,2	8,8	39	1,44
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,44
Итого		16	18,8	84,3	569	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>Масло сливочное (порциями)</i>	10	0,2	7,3	0,1	67	13,51
<i>Сыр (порциями)</i>	10	2,9	4	0	48	12,1
<i>Булочка "Плюшка"</i>	80	7,5	2,4	50,5	254	26,00
<i>Суп молочный с крупой</i>	250	5,8	7,5	23,8	186	28,23
<i>Чай с сахаром</i>	200	0,1	0	12,6	51	2,18
<i>Салат из свеклы с зеленым горошком</i>	80	2,1	4	11,2	89	19,09
<i>Уха рыбацкая</i>	250/50	9,3	7,2	10,4	144	54,93
<i>Мясо тушеное с картофелем</i>	250	12,7	14,3	34,7	318	70,93
<i>Сок</i>	200	0,3	0	22	89	14,80
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	0,8	0,4	17,6	77	2,89
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,44
Итого		42,2	47,4	190,5	1357	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>Масло сливочное (порциями)</i>	10	0,2	7,3	0,1	67	13,51
<i>Сыр (порциями)</i>	10	2,9	4	0	48	12,1
<i>Булочка "Плюшка"</i>	80	7,5	2,4	50,5	254	26,00
<i>Суп молочный с крупой</i>	250	5,8	7,5	23,8	186	28,23
<i>Чай с сахаром</i>	200	0,1	0	12,6	51	2,18
<i>Салат из свеклы с зеленым горошком</i>	80	2,1	4	11,2	89	19,09
<i>Уха рыбацкая</i>	250/50	9,3	7,2	10,4	144	54,93
<i>Мясо тушеное с картофелем</i>	250	12,7	14,3	34,7	318	70,93
<i>Сок</i>	200	0,3	0	22	89	14,80
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	0,8	0,4	17,6	77	2,89
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,44
Итого		42,2	47,4	190,5	1357	246,10



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	19,94
<i>Запеканка "Царская" из творога с молоком сгущенным</i>	170/20	13,9	10,8	33	285	77,6
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,44
<i>Фрукт</i>	100	0,2	0	12	49	5,10
<i>Чай с лимоном</i>	200	0,1	0	13,5	54	3,62
Итого		21	15,2	81	544	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	19,94
<i>Запеканка "Царская" из творога с молоком сгущенным</i>	200/30	17,5	14	39	352	77,6
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,44
<i>Фрукт</i>	100	0,2	0	12	49	5,10
<i>Чай с лимоном</i>	200	0,1	0	13,5	54	3,62
Итого		25,4	19	87	619	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	19,94
<i>Запеканка "Царская" из творога с молоком сгущенным</i>	170/20	13,9	10,8	33	285	77,6
<i>Фрукт</i>	100	0,2	0	12	49	5,10
<i>Чай с лимоном</i>	200	0,1	0	13,5	54	3,62
<i>Винегрет овощной</i>	80	1	4	6,7	67	15,15
<i>Борщ из свежей капусты с картофелем, со сметаной с мясом</i>	250/10/5	4,3	5,1	15,5	125	37,92
<i>Гуляш из говядины</i>	100	11	14,3	5,5	195	63,35
<i>Макаронные изделия отварные</i>	150	3,4	3,1	36,8	189	13,21
<i>Компот из смеси сухофруктов</i>	200	0,5	0	15,2	63	5,88
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	0,8	0,4	17,6	77	2,89
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,44
Итого		42	42,1	178,3	1260	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	19,94
<i>Запеканка "Царская" из творога с молоком сгущенным</i>	200/30	17,5	14	39	352	77,6
<i>Фрукт</i>	100	0,2	0	12	49	5,10
<i>Чай с лимоном</i>	200	0,1	0	13,5	54	3,62
<i>Винегрет овощной</i>	80	1	4	6,7	67	15,15
<i>Борщ из свежей капусты с картофелем, со сметаной с мясом</i>	250/10/5	4,3	5,1	15,5	125	37,92
<i>Гуляш из говядины</i>	100	11	14,3	5,5	195	63,35
<i>Макаронные изделия отварные</i>	180	4,1	3,7	44,2	227	13,21
<i>Компот из смеси сухофруктов</i>	200	0,5	0	15,2	63	5,88
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	0,8	0,4	17,6	77	2,89
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,44
Итого		47,1	46,5	191,7	1373	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 свёклы с чесноком</i>	80	1,1	4,0	5,5	62	8,79
<i>Биточки рубленые из птицы запеченые</i>	90	11,4	15,2	11,2	227,2	52,35
<i>Пюре картофельное</i>	150	3,3	3,6	22,3	135	28,45
<i>Какао с молоком</i>	200	3,1	2,7	12,1	85	15,23
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	0,4	0,2	8,8	39	1,44
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,44
Итого		19,8	26	67,5	582,2	107,7

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Салат из свёклы с чесноком</i>	80	1,1	4,0	5,5	62	8,79
<i>Биточки рубленые из птицы запеченые</i>	100	12,6	16,5	12,4	248,5	52,35
<i>Пюре картофельное</i>	180	3,7	4,1	26,7	159	28,45
<i>Какао с молоком</i>	200	3,8	3,5	15,9	110	15,23
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	0,4	0,2	8,8	39	1,44
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,44
Итого		22,1	28,6	76,9	652,5	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	22,43
<i>Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая с маслом</i>	200	7,5	7,7	26	203	28,64
<i>Какао с молоком</i>	200	3,1	2,7	12,1	85	15,23
<i>Йогурт промышленного производства</i>	95	3,9	1,5	4,8	47,8	31,59
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	0,4	0,2	8,8	39	1,44
<i>Салат из свёклы с чесноком</i>	80	1,1	4,0	5,5	62	8,79
<i>Суп с овощами и крупой, с мясом</i>	250/10	5,8	4,8	8,3	100	38,05
<i>Биточки рубленые из птицы запеченые</i>	90	11,4	15,2	11,2	227,2	52,35
<i>Пюре картофельное</i>	150	3,3	3,6	22,3	135	28,45
<i>Сок</i>	200	0,5	0	34	138	14,80
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	0,8	0,4	17,6	77	2,89
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,44
Итого		40,1	47,5	168,1	1259	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	22,43
<i>Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая с маслом</i>	200	7,5	7,7	26	203	28,64
<i>Какао с молоком</i>	200	3,8	3,5	15,9	110	15,23
<i>Йогурт промышленного производства</i>	95	3,9	1,5	4,8	47,8	31,59
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	0,4	0,2	8,8	39	1,44
<i>Салат из свёклы с чесноком</i>	80	1,1	4,0	5,5	62	8,79
<i>Суп с овощами и крупой, с мясом</i>	250/10	5,8	4,8	8,3	100	38,05
<i>Биточки рубленые из птицы запеченые</i>	100	12,6	16,5	12,4	248,5	52,35
<i>Пюре картофельное</i>	180	3,7	4,1	26,7	159	28,45
<i>Сок</i>	200	0,5	0	34	138	14,80
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	0,8	0,4	17,6	77	2,89
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	7,6	34	1,44
Итого		43,1	52,9	182,1	1375,3	246,1