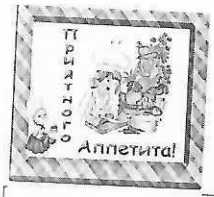


УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ ООШ №1
"20" ноября 2024г

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	8,79
Биточки рубленые из птицы запеченые	90	11,4	15,2	11,2	227,2	52,35
Пюре картофельное	150	3,3	3,6	22,3	135	28,45
Какао с молоком	200	3,1	2,7	12,1	85	15,23
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		*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
Салат из свёклы с чесноком	80	1,1	4,0	5,5	62	8,79
Биточки рубленые из птицы запеченые	100	12,6	16,5	12,4	248,5	52,35
Пюре картофельное	180	3,7	4,1	26,7	159	28,45
Какао с молоком	200	3,8	3,5	15,9	110	15,23
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		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
Бутерброд с маслом	20/10	1,8	7,1	9,9	111	22,43
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая с маслом	200	7,5	7,7	26	203	28,64
Какао с молоком	200	3,1	2,7	12,1	85	15,23
Йогурт промышленного производства	95	3,9	1,5	4,8	47,8	31,59
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,44
Салат из свёклы с чесноком	80	1,1	4,0	5,5	62	8,79
Суп с овощами и крупой, с мясом	250/10	5,8	4,8	8,3	100	38,05
Биточки рубленые из птицы запеченые	90	11,4	15,2	11,2	227,2	52,35
Пюре картофельное	150	3,3	3,6	22,3	135	28,45
Сок	200	0,5	0	34	138	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		*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
Бутерброд с маслом	30/15	2,5	9,9	14,5	157	22,43
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая с маслом	200	7,5	7,7	26	203	28,64
Какао с молоком	200	3,8	3,5	15,9	110	15,23
Йогурт промышленного производства	95	3,9	1,5	4,8	47,8	31,59
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,44
Салат из свёклы с чесноком	80	1,1	4,0	5,5	62	8,79
Суп с овощами и крупой, с мясом	250/10	5,8	4,8	8,3	100	38,05
Биточки рубленые из птицы запеченые	100	12,6	16,5	12,4	248,5	52,35
Пюре картофельное	180	3,7	4,1	26,7	159	28,45
Сок	200	0,5	0	34	138	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		*43,1*	*52,9*	*182,1*	*1375,3*	*246,1*

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ ОСОШ №1
_____ "21" ноября 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	19,94
Запеканка "Царская" из творога с молоком сгущенным	170/20	13,9	10,8	33	285	82,7
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,44
Чай с лимоном	200	0,1	0	13,5	54	3,62
Итого		*20,8*	*15,2*	*69*	*495*	*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 сыром	30/20	7,1	4,7	14,9	130	19,94
Запеканка "Царская" из творога с молоком сгущенным	200/30	17,5	14	39	352	82,7
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,44
Чай с лимоном	200	0,1	0	13,5	54	3,62
Итого		*25,2*	*19*	*75*	*570*	*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	19,94
Запеканка "Царская" из творога с молоком сгущенным	170/20	13,9	10,8	33	285	82,7
Чай с лимоном	200	0,1	0	13,5	54	3,62
Винегрет овощной	80	1	4	6,7	67	15,15
Борщ из свежей капусты с картофелем, со сметаной с мясом	250/10/5	4,3	5,1	15,5	125	37,92
Гуляш из говядины	100	11	14,3	5,5	195	63,35
Макаронные изделия отварные	150	3,4	3,1	36,8	189	13,21
Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	15,2	63	5,88
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		*41,8*	*42,1*	*166,3*	*1211*	*246,1*

МЕНЮ для учащихся с ОВЗ с 5 по 11 класс

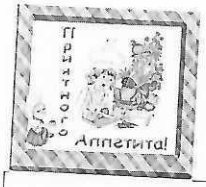
Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Бутерброд с сыром	30/20	7,1	4,7	14,9	130	19,94
Запеканка "Царская" из творога с молоком сгущенным	200/30	17,5	14	39	352	82,7
Чай с лимоном	200	0,1	0	13,5	54	3,62
Винегрет овощной	80	1	4	6,7	67	15,15
Борщ из свежей капусты с картофелем, со сметаной с мясом	250/10/5	4,3	5,1	15,5	125	37,92
Гуляш из говядины	100	11	14,3	5,5	195	63,35
Макаронные изделия отварные	180	4,1	3,7	44,2	227	13,21
Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	15,2	63	5,88
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		*46,9*	*46,5*	*179,7*	*1324*	*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	19,09
Мясо тушеное с картофелем	250	12,7	14,3	34,7	318	70,93
Сок	200	0,3	0	22	89	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		*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	80	2,1	4,0	11,2	89	19,09
Мясо тушеное с картофелем	250	12,7	14,3	34,7	318	70,93
Сок	200	0,3	0	22	89	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		*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
Масло сливочное (порциями)	10	0,2	7,3	0,1	67	13,51
Сыр (порциями)	10	2,9	4	0	48	12,1
Булочка "Плюшка"	80	7,5	2,4	50,5	254	26,00
Суп молочный с крупой	250	5,8	7,5	23,8	186	28,23
Чай с сахаром	200	0,1	0	12,6	51	2,18
Салат из свеклы с зеленым горошком	80	2,1	4	11,2	89	19,09
Уха рыбацкая	250/50	9,3	7,2	10,4	144	54,93
Мясо тушеное с картофелем	250	12,7	14,3	34,7	318	70,93
Сок	200	0,3	0	22	89	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		*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
Масло сливочное (порциями)	10	0,2	7,3	0,1	67	13,51
Сыр (порциями)	10	2,9	4	0	48	12,1
Булочка "Плюшка"	80	7,5	2,4	50,5	254	26,00
Суп молочный с крупой	250	5,8	7,5	23,8	186	28,23
Чай с сахаром	200	0,1	0	12,6	51	2,18
Салат из свеклы с зеленым горошком	80	2,1	4	11,2	89	19,09
Уха рыбацкая	250/50	9,3	7,2	10,4	144	54,93
Мясо тушеное с картофелем	250	12,7	14,3	34,7	318	70,93
Сок	200	0,3	0	22	89	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		*42,2*	*47,4*	*190,5*	*1357*	*246,10*



УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ ОСОШ №1
«15» ноября 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 моркови с яйцом	80	4,2	6,9	4,3	96	20,41
Курица запеченая	90	13,8	13	0	172	57,92
Каша гречневая вязкая отварная	150	4,3	5,1	24,3	160	12,98
Компот из ягод	200	0,2	0	16,9	68	13,51
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		*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	80	4,2	6,9	4,3	96	20,41
Курица запеченая	100	17,4	17	0	223	57,92
Каша гречневая вязкая отварная	180	4,8	6,1	29,2	191	12.98
Компот из ягод	200	0,2	0	16,9	68	13,51
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		*27,5*	*30,5*	*66,8*	*651*	*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
Омлет натуральный	200	22,7	20,5	2,4	285	48,01
Чай с молоком	200	2,8	2,5	15,9	97	13,05
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,44
Фрукт	125	0,4	0,4	28	117	26,82
Салат из моркови с огурцом	80	0,9	4,0	3,3	53	12,8
Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом, со сметаной	250/10/5	4,4	5,9	7,8	102	32,81
Курица запеченая	90	13,8	13	0	172	57,92
Каша гречневая вязкая отварная	150	4,3	5,1	24,3	160	12,98
Компот из ягод	200	0,2	0	16,9	68	13,51
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		*53*	*59,4*	*142,5*	*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 маслом	30/15	2,5	9,9	14,5	157	22,43
Омлет натуральный	200	22,7	20,5	2,4	285	48,01
Чай с молоком	200	2,8	2,5	15,9	97	13,05
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,44
Фрукт	125	0,4	0,4	28	117	26,82
Салат из моркови с огурцом	80	0,9	4,0	3,3	53	12,8
Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом, со сметаной	250/10/5	4,4	5,9	7,8	102	32,81
Курица запеченая	100	17,4	17	0	223	57,92
Каша гречневая вязкая отварная	180	4,8	6,1	29,2	191	12,98
Компот из ягод	200	0,2	0	16,9	68	13,51
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		*57,8*	*67,2*	*152*	*1443*	*246,10*

УТВЕРЖДАЮ
директор МАОУ ОСОШ №1
"26" ноября 2024 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	4,7	58	19,75
Рыба запеченная	90	13,1	10,5	2,8	158	49,75
Рис припущенный	150	3,1	3,8	25,4	148	20,52
Сок	200	0,5	0	34	138	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		*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"	80	0,9	4,0	4,7	58	19,75
Рыба запеченная	100	15,5	12,9	3,1	191	49,75
Рис припущенный	180	3,5	4,4	30,5	176	20,52
Сок	200	0,5	0	34	138	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		*21,3*	*21,8*	*88,7*	*636*	*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
Каша пшеничная жидкая	200	7,5	6,2	20,8	169	29,47
Чай с лимоном	200	0,1	0	13,5	54	3,62
Фрукт	200	0,5	0,5	37	156	33,45
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	38	1,44
Салат "Витаминный"	80	0,9	4,0	4,7	58	19,75
Рассольник Ленинградский с мясом и сметаной	250/10/5	5	6,3	14,4	134	43,70
Рыба запеченная	90	13,1	10,5	2,8	158	49,75
Рис припущенный	150	3,1	3,8	25,4	148	20,52
Сок	200	0,5	0	34	138	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		*38,7*	*36,3*	*201,5*	*1286*	*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
Каша пшеничная жидкая	200	7,5	6,2	20,8	169	29,47
Чай с лимоном	200	0,1	0	13,5	54	3,62
Фрукт	200	0,5	0,5	37	156	33,45
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,44
Салат "Витаминный"	80	0,9	4,0	4,7	58	19,75
Рассольник Ленинградский с мясом и сметаной	250/10/5	5	6,3	14,4	134	43,70
Рыба запеченная	100	15,5	12,9	3,1	191	49,75
Рис припущенный	180	3,5	4,4	30,5	176	20,52
Сок	200	0,5	0	34	138	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		*42,3*	*39,9*	*206,9*	*1356*	*246,1*

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ ОСОШ №1
"27" ноября 2024 г

МАОУ ОСОШ №1

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	6,17
Каша пшенная жидкая	200	6,6	7,4	23,7	188	28,23
Кофейный напиток	200	3,2	2,7	15,9	101	17,72
Йогурт промышленного производства	95	3,9	1,5	4,8	47,8	52,70
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		*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	6,17
Каша пшенная жидкая	200	6,6	7,4	23,7	188	28,23
Кофейный напиток	200	3,2	2,7	15,9	101	17,72
Йогурт промышленного производства	95	3,9	1,5	4,8	47,8	52,70
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		*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	6,17
Каша пшенная жидкая	200	6,6	7,4	23,7	188	28,23
Кофейный напиток	200	3,2	2,7	15,9	101	17,72
Йогурт промышленного производства	95	3,9	1,5	4,8	47,8	31,59
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,44
Помидоры в собственном соку	80	0,5	0,2	3,4	17	18,25
Суп картофельный с крупой, с птицей	250/15	5,7	8,5	16,3	165	34,32
Котлеты из мяса	90	11,2	11,3	14,2	203	57,81
Овощи тушеные	150	1,3	9,2	13,8	143	29,82
Кисель из свежих ягод	200	0,3	0,2	21,5	89	16,42
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		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
Бутерброд с повидлом	20/20	1,8	0,3	26,4	116	6,17
Каша пшенная жидкая	200	6,6	7,4	23,7	188	28,23
Кофейный напиток	200	3,2	2,7	15,9	101	17,72
Йогурт промышленного производства	95	3,9	1,5	4,8	47,8	31,59
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,44
Помидоры в собственном соку	80	0,5	0,2	3,4	17	18,25
Суп картофельный с крупой, с птицей	250/15	5,7	8,5	16,3	165	34,32
Котлеты из мяса	100	12,4	12,6	15,8	226	57,81
Овощи тушеные	180	1,6	11	16,5	171	29,82
Кисель из свежих ягод	200	0,3	0,2	21,5	89	16,42
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		37,7	45,3	178,3	1270,8	246,1

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ ОСОШ №1

"28" ноября 2023 г

МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Салат из капусты с морковью	100	1,6	5	9,7	90	13,52
Жаркое из птицы	200	17,5	11,5	16,2	238	77,79
Компот из ягод	200	0,2	0	16,9	68	13,51
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		*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
Салат из капусты с морковью	100	1,6	5	9,7	90	13,52
Жаркое из птицы	280	21,8	16,8	18,4	312	77,79
Компот из ягод	200	0,2	0	16,9	68	13,51
Хлеб пшеничный	40	0,4	0,2	8,8	39	1,44
Хлеб ржаной	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
Бутерброд с маслом	20/10	1,8	7,1	9,9	111	22,43
Каша ячневая жидкая	200	7,6	8,2	20,7	187	28,53
Какао с молоком	180	3,1	2,7	12,1	85	15,23
Кондитерское изделие	15	1,3	5,4	12,4	103	7,88
Салат из капусты с морковью	100	1,6	5	9,7	90	13,52
Суп с рыбными фрикадельками	250/100	12,9	7,2	20,6	199	62,88
Жаркое из птицы	200	17,5	11,5	16,2	238	77,79
Компот из ягод	200	0,2	0	16,9	68	13,51
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		*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
Бутерброд с маслом	30/15	2,5	9,9	14,5	157	22,43
Каша ячневая жидкая	200	7,6	8,2	20,7	187	28,53
Какао с молоком	200	3,8	3,5	15,9	110	15,23
Кондитерское изделие	15	1,3	5,4	12,4	103	7,88
Салат из капусты с морковью	100	1,6	5	9,7	90	13,52
Суп с рыбными фрикадельками	250/100	12,9	7,2	20,6	199	62,88
Жаркое из птицы	280	21,8	16,8	18,4	312	77,79
Компот из ягод	200	0,2	0	16,9	68	13,51
Хлеб пшеничный	40	0,8	0,4	17,6	77	2,89
Хлеб ржаной	40	1	0,6	15,2	68	*1,44*
Итого		*53,5*	*57*	*161,9*	*1371*	*246,1*

УТВЕРЖДАЮ

Дирсктор МАОУ ОСОШ №1

"29" ноября 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
Макароны 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

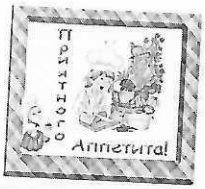
Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Салат "Любительский"	80	2,2	4	4,7	64	29,76
"Ёжики" из мяса с рисом	120	7,3	14	8,9	191	47,05
Макароны отварные	180	4,1	3,7	44,2	227	13,21
Сок	200	0,2	0	23	93	14,80
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,44
Хлеб ржаной	20	0,5	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	250	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
Макароны 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	250	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
Макароны 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

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

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ ОСОШ №1
"2" декабря 2024 г

МАОУ ОСОШ №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	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*