УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ ОСОШ №1

"26" декабря 2023 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 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

Директор МАОУ ОСОШ №1

"30" декабря 2024 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 | 6,17 |
| *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
"24" декабря 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*

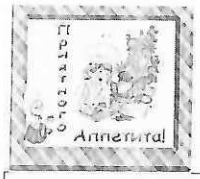
| Наименование блюда | Выход (гр.) | Белки (гр.) | Жиры (гр.) | Углеводы (гр) | ЭЦ (гр) | Цена |
|---|---|---|---|---|---|---|
| *Салат "Витаминный"* | 80 | 0,9 | 4,0 | 4,7 | 58 | 19,75 |
| *Рыба запеченная* | 100 | 15,5 | 12,9 | 3,1 | 191 | 49,75 |
| *Рис припущенный* | 180 | 3,5 | 4,4 | 30,5 | 176 | 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
"23 " 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 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 | | *51,8* | *67,2* | *152* | *1443* | *246,10* |

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ ОСОШ №1
"20" декабря 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 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
"19"декабря 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

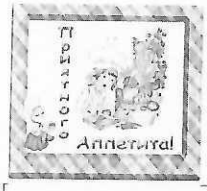
| Наименование блюда | Выход (гр.) | Белки (гр.) | Жиры (гр.) | Углеводы (гр) | ЭЦ (гр) | Цена |
|---|---|---|---|---|---|---|
| *Бутерброд с сыром* | 30/20 | 7,1 | 4,7 | 14,9 | 130 | 19,94 |
| *Запеканка "Царская" из творога с молоком сгущенным* | 200/30 | 17,5 | 14 | 39 | 352 | 82,7 |
| *Хлеб ржаной* | 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* |

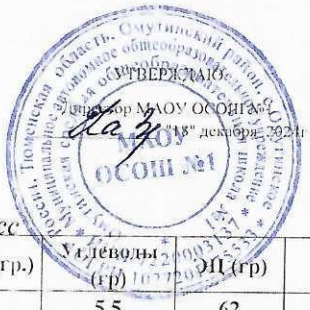
## МЕНЮ для учащихся с ОВЗ с 1 по 4 класс

| 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* | 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* | 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 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

"27" 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 "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* |