



МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

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

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Салат "Степной" из разных овощей	80	1,4	4,0	6	66	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		19,6	23,2	80	607	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 "Степной" из разных овощей	80	1,4	4,0	6	66	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		39	43,8	174,7	1248	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 "Степной" из разных овощей	80	1,4	4,0	6	66	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		45	52,1	191,8	1415	246,1



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ ОСОШ №1

"19" мая 2025 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	29,95
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 "Пёстрый"	80	0,8	4	5,1	60	39,68
Свекольник с мясными фрикадельками, со сметаной	250/15/5	4,4	5,9	10,5	113	37,87
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
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		34,5	35,2	181,7	1181,8	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	29,95
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 "Пёстрый"	80	0,8	4	5,1	60	39,68
Свекольник с мясными фрикадельками, со сметаной	250/15/5	4,4	5,9	10,5	113	37,87
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
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		37,5	37,7	181,7	1215,8	246,1



МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс						
Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
"Ёжики" из мяса с рисом	100	6,1	11,7	7,4	159	70,81
Макароны отварные	150	3,4	3,1	36,8	189	19,21
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		10,6	15,3	83,6	514	107,7
УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ						
Салат "Любительский"	80	2,2	4	4,7	64	30,00
Шоколад молочный "Лёвушка детям"	85	5,2	32	52	530	135,00
Печенье витаминизированное "Тюменочка"	22	0,2	0,2	24	132	20,00
ИТОГО		7,60	36,20	80,70	726,00	185,00
МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс						
Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
"Ёжики" из мяса с рисом	120	7,3	14	8,9	191	70,81
Макароны отварные	180	4,1	3,7	44,2	227	19,21
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		12,5	18,2	92,5	584	107,7
УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ						
Салат "Любительский"	80	2,2	4	4,7	64	30,00
Шоколад молочный "Лёвушка детям"	85	5,2	32	52	530	135,00
Печенье витаминизированное "Тюменочка"	22	0,2	0,2	24	132	20,00
ИТОГО		7,60	36,20	80,70	726,00	185,00
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	25,27
Суп молочный с крупой	250	5,8	7,5	23,8	186	28,23
Фрукт	150	0,5	0,5	37	156	36,93
Чай с лимоном	200	0,1	0	13,5	54	3,62
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,44
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	70,81
Макароны отварные	150	3,4	3,1	36,8	189	19,21
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		28,9	32,9	201,2	1217	246,1
УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ						
Салат "Любительский"	80	2,2	4	4,7	64	30,00
Шоколад молочный "Лёвушка детям"	85	5,2	32	52	530	135,00
Печенье витаминизированное "Тюменочка"	22	0,2	0,2	24	132	20,00
ИТОГО		7,60	36,20	80,70	726,00	185,00
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	25,27
Суп молочный с крупой	250	5,8	7,5	23,8	186	28,23
Фрукт	150	0,5	0,5	37	156	36,93
Чай с лимоном	200	0,1	0	13,5	54	3,62
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,44
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	70,81
Макароны отварные	180	4,1	3,7	44,2	227	19,21
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		31,6	36,4	210,1	1295	246,1
УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ						
Салат "Любительский"	80	2,2	4	4,7	64	30,00
Шоколад молочный "Лёвушка детям"	85	5,2	32	52	530	135,00
Печенье витаминизированное "Тюменочка"	22	0,2	0,2	24	132	20,00
ИТОГО		7,60	36,20	80,70	726,00	185,00



МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр.)	Цена
Жаркое из птицы	200,00	17,50	11,50	16,20	238,00	87,31
Компот из ягод	200,00	0,20	0,00	16,90	68,00	17,51
Хлеб пшеничный	20,00	0,40	0,20	8,80	39,00	1,44
Хлеб ржаной	20,00	0,50	0,30	7,60	34,00	1,44
Итого		18,60	12,00	49,50	379,00	107,70

УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ

Овощи консервированные без уксуса (огурцы)	60	0,5	0,1	1	6,9	30,00
Фрукт (Яблоко)	170	0,5	0,5	38	156	55,00
Пирожное "Барни"	30	1,5	4,5	16,5	113,7	40,00
Коктейл молочный витаминизированный (1шт)	200	0,5	0	34	138	60,00
ИТОГО		3,00	5,10	89,50	414,60	185,00

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр.)	Цена
Жаркое из птицы	280,00	21,80	16,80	18,40	312,00	87,31
Компот из ягод	200,00	0,20	0,00	16,90	68,00	17,51
Хлеб пшеничный	40,00	0,40	0,20	8,80	39,00	1,44
Хлеб ржаной	20,00	0,50	0,30	7,60	34,00	1,44
Итого		22,90	17,30	51,70	453,00	107,70

УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ

Овощи консервированные без уксуса (огурцы)	60	0,5	0,1	1	6,9	30,00
Фрукт (Яблоко)	170	0,5	0,5	38	156	55,00
Пирожное "Барни"	30	1,5	4,5	16,5	113,7	40,00
Коктейл молочный витаминизированный (1шт)	200	0,5	0	34	138	60,00
ИТОГО		3,00	5,10	89,50	414,60	185,00

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	1,80	7,10	9,90	111,00	22,43
Каша ячневая жидкая	200,00	7,60	8,20	20,70	187,00	28,53
Какао с молоком	180,00	3,10	2,70	12,10	85,00	15,23
Кондитерское изделие	15,00	1,30	5,40	12,40	103,00	7,88
Суп с рыбными фрикадельками	250/100	12,90	7,20	20,60	199,00	62,88
Жаркое из птицы	200,00	17,50	11,50	16,20	238,00	87,31
Компот из ягод	200,00	0,20	0,00	16,90	68,00	17,51
Хлеб пшеничный	40,00	0,80	0,40	17,60	77,00	2,89
Хлеб ржаной	20,00	0,50	0,30	7,60	34,00	1,44
Итого		45,70	42,80	134,00	1102,00	246,10

УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ

Овощи консервированные без уксуса (огурцы)	60	0,5	0,1	1	6,9	30,00
Фрукт (Яблоко)	170	0,5	0,5	38	156	55,00
Пирожное "Барни"	30	1,5	4,5	16,5	113,7	40,00
Коктейл молочный витаминизированный (1шт)	200	0,5	0	34	138	60,00
ИТОГО		3,00	5,10	89,50	414,60	185,00

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	2,50	9,90	14,50	157,00	22,43
Каша ячневая жидкая	200,00	7,60	8,20	20,70	187,00	28,53
Какао с молоком	200,00	3,80	3,50	15,90	110,00	15,23
Кондитерское изделие	15,00	1,30	5,40	12,40	103,00	7,88
Суп с рыбными фрикадельками	250/100	12,90	7,20	20,60	199,00	62,88
Жаркое из птицы	280,00	21,80	16,80	18,40	312,00	87,31
Компот из ягод	200,00	0,20	0,00	16,90	68,00	17,51
Хлеб пшеничный	40,00	0,80	0,40	17,60	77,00	2,89
Хлеб ржаной	40,00	1,00	0,60	15,20	68,00	1,44
Итого		51,90	52,00	152,20	1281,00	246,10

УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ

Овощи консервированные без уксуса (огурцы)	60	0,5	0,1	1	6,9	30,00
Фрукт (Яблоко)	170	0,5	0,5	38	156	55,00
Пирожное "Барни"	30	1,5	4,5	16,5	113,7	40,00
Коктейл молочный витаминизированный (1шт)	200	0,5	0	34	138	60,00
ИТОГО		3,00	5,10	89,50	414,60	185,00



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 пшеничная жидкая	200	6,6	7,4	23,7	188	28,23
Кофейный напиток	200	3,2	2,7	15,9	101	19,26
Йогурт промышленного производства	95	3,9	1,5	4,8	47,8	51,16
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
УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ						
Фрукт (Банан)	190	2,18	0,66	45,68	178	55,00
Фрукт (Апельсин)	200	0,50	0,50	48,50	179,00	60,00
Сок 0,2 с индивидуальной упаковке(2шт)	400	0,50	0,00	34,00	138,00	70,00
ИТОГО		2,68	1,16	94,18	357	185,00
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 пшеничная жидкая	200	6,6	7,4	23,7	188	28,23
Кофейный напиток	200	3,2	2,7	15,9	101	19,26
Йогурт промышленного производства	95	3,9	1,5	4,8	47,8	51,16
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
УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ						
Фрукт (Банан)	190	2,18	0,66	45,68	178	55,00
Фрукт (Апельсин)	200	0,50	0,50	48,50	179,00	60,00
Сок 0,2 с индивидуальной упаковке(2шт)	400	0,50	0,00	34,00	138,00	70,00
ИТОГО		2,68	1,16	94,18	357	185,00
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 повидлом	20/20	1,8	0,3	26,4	116	6,17
Каша пшеничная жидкая	200	6,6	7,4	23,7	188	28,23
Кофейный напиток	200	3,2	2,7	15,9	101	19,26
Йогурт промышленного производства	95	3,9	1,5	4,8	47,8	30,05
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
УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ						
Фрукт (Банан)	190	2,18	0,66	45,68	178	55,00
Фрукт (Апельсин)	200	0,50	0,50	48,50	179,00	60,00
Сок 0,2 с индивидуальной упаковке(2шт)	400	0,50	0,00	34,00	138,00	70,00
ИТОГО		2,68	1,16	94,18	357	185,00
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 повидлом	20/20	1,8	0,3	26,4	116	6,17
Каша пшеничная жидкая	200	6,6	7,4	23,7	188	28,23
Кофейный напиток	200	3,2	2,7	15,9	101	19,26
Йогурт промышленного производства	95	3,9	1,5	4,8	47,8	30,05
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
УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ						
Фрукт (Банан)	190	2,18	0,66	45,68	178	55,00
Фрукт (Апельсин)	200	0,50	0,50	48,50	179,00	60,00
Сок 0,2 с индивидуальной упаковке(2шт)	400	0,50	0,00	34,00	138,00	70,00
ИТОГО		2,68	1,16	94,18	357	185,00



МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр.)	Цена
Рыбные треугольники	100	5	7,5	35	232	59,75
Рис припущенный	150	3,1	3,8	25,4	148	30,27
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		9,5	11,8	110,8	591	107,7

УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ

Салат из огурцов с маслом	80	0,7	4,1	1	44	30,00
Фрукт (Груша "Конференция")	250	2,18	0,66	45,68	178	115,00
Фрукт (мандарин)	100	0,5	0,5	26	148	40,00
ИТОГО		3,38	5,26	72,68	370	185,00

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр.)	Цена
Рыбные треугольники	100	5	7,5	35	232	59,75
Рис припущенный	180	3,5	4,4	30,5	176	30,27
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		9,9	12,4	115,9	619	107,7

УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ

Салат из огурцов с маслом	80	0,7	4,1	1	44	30,00
Фрукт (Груша "Конференция")	250	2,18	0,66	45,68	178	115,00
Фрукт (мандарин)	100	0,5	0,5	26	148	40,00
ИТОГО		3,38	5,26	72,68	370	185,00

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	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	140	0,5	0,5	37	156	33,45
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	38	1,44
Рассольник Ленинградский с мясом и сметаной	250/10/5	5	6,3	14,4	134	43,70
Рыбные треугольники	100	5	7,5	35	232	59,75
Рис припущенный	150	3,1	3,8	25,4	148	30,27
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		29,7	29,3	229	1302	246,1

УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ

Салат из огурцов с маслом	80	0,7	4,1	1	44	30,00
Фрукт (Груша "Конференция")	250	2,18	0,66	45,68	178	115,00
Фрукт (мандарин)	100	0,5	0,5	26	148	40,00
ИТОГО		3,38	5,26	72,68	370	185,00

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	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	140	0,5	0,5	37	156	33,45
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,44
Рассольник Ленинградский с мясом и сметаной	250/10/5	5	6,3	14,4	134	43,70
Рыбные треугольники	100	5	7,5	35	232	59,75
Рис припущенный	180	3,5	4,4	30,5	176	30,27
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		30,9	30,5	234,1	1339	246,1

УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ

Салат из огурцов с маслом	80	0,7	4,1	1	44	30,00
Фрукт (Груша "Конференция")	250	2,18	0,66	45,68	178	115,00
Фрукт (мандарин)	100	0,5	0,5	26	148	40,00
ИТОГО		3,38	5,26	72,68	370	185,00



МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр.)	Цена
Курица запеченая	90	13,8	13	0	172	72,33
Каша гречневая вязкая отварная	150	4,3	5,1	24,3	160	18,98
Компот из яблок	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		19,2	18,6	57,6	473	107,7

УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ

Салат из моркови с яйцом	80	4,2	6,9	4,3	96	30,00
Фрукт (Банан)	190	2,18	0,66	45,68	178	55,00
Фрукт (мандарин)	100	0,5	0,5	26	148	40,00
Фрукт (Апельсин)	200	0,50	0,50	48,50	179,00	60,00
ИТОГО		7,38	8,56	124,48	601	185,00

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр.)	Цена
Курица запеченая	100	17,4	17	0	223	72,33
Каша гречневая вязкая отварная	180	4,8	6,1	29,2	191	18,98
Компот из яблок	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		23,3	23,6	62,5	555	107,7

УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ

Салат из моркови с яйцом	80	4,2	6,9	4,3	96	30,00
Фрукт (Банан)	190	2,18	0,66	45,68	178	55,00
Фрукт (мандарин)	100	0,5	0,5	26	148	40,00
Фрукт (Апельсин)	200	0,50	0,50	48,50	179,00	60,00
ИТОГО		7,38	8,56	124,48	601	185,00

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	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	95	0,4	0,4	37	110	19,21
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	72,33
Каша гречневая вязкая отварная	150	4,3	5,1	24,3	160	18,98
Компот из яблок	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		52,1	55,4	148,2	1255	246,1

УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ

Салат из моркови с огурцом	80	4,2	6,9	4,3	96	30,00
Фрукт (Банан)	190	2,18	0,66	45,68	178	55,00
Фрукт (мандарин)	100	0,5	0,5	26	148	40,00
Фрукт (Апельсин)	200	0,50	0,50	48,50	179,00	60,00
ИТОГО		7,38	8,56	124,48	601	185,00

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	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	95	0,4	0,4	37	110	19,21
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	72,33
Каша гречневая вязкая отварная	180	4,8	6,1	29,2	191	18,98
Компот из яблок	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		56,9	63,2	157,7	1383	246,10

ваааааа

Салат из моркови с огурцом	80	4,2	6,9	4,3	96	30,00
Фрукт (Банан)	190	2,18	0,66	45,68	178	55,00
Фрукт (мандарин)	100	0,5	0,5	26	148	40,00
Фрукт (Апельсин)	200	0,50	0,50	48,50	179,00	60,00
ИТОГО		7,38	8,56	124,48	601	185,00