



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
Бутерброд с сыром	30/15	6,3	4,1	14,9	122	25,27
Запеканка "Царская" из творога с молоком сгущенным	170/20	13,9	10,8	33	285	77,37
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	25,27
Запеканка "Царская" из творога с молоком сгущенным	200/30	17,5	14	39	352	77,37
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	25,27
Запеканка "Царская" из творога с молоком сгущенным	170/20	13,9	10,8	33	285	77,37
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	25,27
Запеканка "Царская" из творога с молоком сгущенным	200/30	17,5	14	39	352	77,37
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 запеченные	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

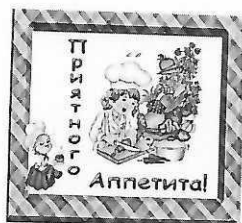
Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр.)	Цена
Салат из свёклы с чесноком	80	1,1	4,0	5,5	62	8,79
Биточки рубленые из птицы запеченные	100	12,6	16,5	12,4	248,5	52,35
Пюре картофельное	180	3,7	4,1	26,7	159	28,45
Какао с молоком	200	3,8	3,5	15,9	110	15,23
Хлеб пшеничный	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 запеченные	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 запеченные	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

"20" мая 2025 г

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



Директор МАОУ СОШ №1

УТВЕРЖАЮ

19 мая 2025 г.

ОСОШ №1

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 рисаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,44
Итого		21,1	17,5	78,9	556,8	107,7

УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ

Фрукт в ассортименте	180	2,18	0,66	45,68	178	60,00
Фрукт (Яблоко)	170	0,5	0,5	38	156	50,00
Сок 0,2 в индивидуальной упаковке (Инт)	200	0,50	0,00	34,00	138,00	40,00
Кондитерское изделие	30	1,5	4,5	16,5	113,7	35,00
Итого		2,68	1,16	83,68	334	185,00

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	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 рисаной	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 рисаной	20	0,5	0,3	7,6	34	1,44
Итого		34,5	35,2	181,7	1181,8	246,1

УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ

Фрукт в ассортименте	180	2,18	0,66	45,68	178	60,00
Фрукт (Яблоко)	170	0,5	0,5	38	156	50,00
Сок 0,2 в индивидуальной упаковке (Инт)	200	0,50	0,00	34,00	138,00	40,00
Кондитерское изделие	30	1,5	4,5	16,5	113,7	35,00
Итого		2,68	1,16	83,68	334	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 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 рисаной	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 5 по 11 класс						
Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр.)	Цена
Бутерброд с повидлом	30/20	1,8	0,3	26,4	116	8,69
Суп молочный с крупой	250	5,8	7,5	23,8	186	29,23
Чай с сахаром	200	0,1	0	12,6	51	2,18
Итого		7,7	7,8	62,8	353	40,10



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ ОСОШ №1

"22" мая 2025г

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр.)	Цена
<i>Ватрушка с творогом</i>	100	11,9	6,4	37,5	256	36,48
<i>Чай с лимоном</i>	200	0,1	0	13,5	54	3,62
Итого		12	6,4	51	310	40,10



МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс						
Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
Пирожок с яблоком	50	2,8	2,4	26,5	144	24,87
Какао с молоком	200	3,1	2,7	12,1	85	15,23
Итого		5,9	5,1	38,6	229	40,10



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ ОСОШ №1

"20" мая 2025 г

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Булочка "Майская"	80	7,5	2,4	50,5	254	27,05
Чай с молоком	200	2,8	2,5	15,9	97	13,05
Итого		10,3	4,9	66,4	351	40,1



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ ОСОШ №1

"19" мая 2025 г

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 манная жидкая</i>	200	5,1	7,1	28	196	29,45
<i>Чай с лимоном</i>	200	0,1	0	13,5	54	4,48
Итого		7	7,4	67,9	366	40,1