



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ ОСОШ №1

"15" сентября 2025 г

МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
Винегрет овощной	80	1,2	4,0	11,9	88,4	17,58
Гуляш	100	9,1	7,5	3,4	117,5	52,87
Макаронные изделия отварные	150	3,2	2,8	34,3	175,2	12,48
Какао с молоком	200	3,4	3,2	16,1	106,8	21,65
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
Хлеб пшеничный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Итого		18,6	17,9	83,2	568,1	107,7

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
Винегрет овощной	80	1,2	4,0	11,9	88,4	17,58
Гуляш	100	9,1	7,5	3,4	117,5	52,87
Макаронные изделия отварные	180	3,8	3,4	41,1	210,2	12,48
Какао с молоком	200	3,4	3,2	16,1	106,8	21,65
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
Хлеб пшеничный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Итого		19,2	18,5	90	603,1	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
Кондитерское изделие промышленного производства (печенье)	30	3,5	6,9	15	136,1	15
Каши кукурузная жидкая	200	6,5	6,8	37,2	236	30,69
Какао с молоком	200	3,4	3,2	16,1	106,8	21,65
Хлеб пшеничный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Фрукт(Яблоко)	150	0,2	0,3	8,6	37,9	38,8
Винегрет овощной	80	1,2	4,0	11,9	88,4	17,58
Суп крестьянский с крупой с мясом и сметаной	250/15/5	7,9	6,9	15,5	156	37,83
Гуляш	100	9,1	7,5	3,4	117,5	52,87
Макаронные изделия отварные	150	3,2	2,8	34,3	175,2	12,48
Компот из свежих плодов	200	0,2	0	20,6	83,2	14,52
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
Хлеб пшеничный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Итого		37,9	39,1	188,2	1256,2	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
Кондитерское изделие промышленного производства (печенье)	30	3,5	6,9	15	136,1	15
Каши кукурузная жидкая	250	7,6	8,9	46,5	297	30,69
Какао с молоком	200	3,4	3,2	16,1	106,8	21,65
Хлеб пшеничный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Фрукт(Яблоко)	150	0,2	0,3	8,6	37,9	38,8
Винегрет овощной	80	1,2	4,0	11,9	88,4	17,58
Суп крестьянский с крупой с мясом и сметаной	250/15/5	7,9	6,9	15,5	156	37,83
Гуляш	100	9,1	7,5	3,4	117,5	52,87
Макаронные изделия отварные	180	3,8	3,4	41,1	210,2	12,48
Компот из свежих плодов	200	0,2	0	20,6	83,2	14,52
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
Хлеб пшеничный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Итого		39,6	41,8	204,3	1352,2	246,1



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ ОСОШ №1

"12" сентября 2025 г.

МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр.)	Цена
Овощи консервированные без уксуса(огурцы)	60	0,5	0,1	1	6,9	12,20
Колбаски из говядины и свинины запеченные с сыром	100	12,2	15,2	6,8	213	68,7
Каша гречневая рассыпчатая с морковью и чесночком	150	4,2	4,6	36,4	204	15,6
Чай "Витаминный"	200	0,7	0,1	19,8	82,9	8,08
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Итого		19,3	20,4	81,5	587	107,7

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр.)	Цена
Овощи консервированные без уксуса(огурцы)	60	0,5	0,1	1	6,9	12,20
Колбаски из говядины и свинины запеченные с сыром	100	12,2	15,2	6,8	213	68,7
Каша гречневая рассыпчатая с морковью и чесночком	180	6,8	5,5	44	252,7	15,6
Чай "Витаминный"	200	0,7	0,1	19,8	82,9	8,08
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Итого		21,9	21,3	89,1	635,7	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
Пирог "Ночка"	100	9,9	10,9	29,8	257	64,11
Суп молочный с крупой "Солнечный"	250	6,6	6,6	21,8	173	23,3
Чай "Витаминный"	200	0,7	0,1	19,8	82,9	8,08
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Овощи консервированные без уксуса(огурцы)	60	0,5	0,1	1	6,9	12,20
Суп картофельный с мясом	250/15	6,7	6,4	15,5	146	32,82
Колбаски из говядины и свинины запеченные с сыром	100	12,2	15,2	6,8	213	68,7
Каша гречневая рассыпчатая с морковью и чесночком	150	4,2	4,6	36,4	204	15,6
Компот из ягод замороженных	200	0,2	0,2	16,2	67,4	16,61
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Итого		43,7	44,8	172,9	1269,3	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
Пирог "Ночка"	100	9,9	10,9	29,8	257	64,11
Суп молочный с крупой "Солнечный"	250	6,6	6,6	21,8	173	23,3
Чай "Витаминный"	200	0,7	0,1	19,8	82,9	8,08
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Овощи консервированные без уксуса(огурцы)	60	0,5	0,1	1	6,9	12,20
Суп картофельный с мясом	250/15	6,7	6,4	15,5	146	32,82
Колбаски из говядины и свинины запеченные с сыром	100	12,2	15,2	6,8	213	68,7
Каша гречневая рассыпчатая с морковью и чесночком	180	6,8	5,5	44	252,7	15,6
Компот из ягод замороженных	200	0,2	0,2	16,2	67,4	16,61
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Итого		46,3	45,7	180,5	1318	246,1



УТВЕРЖДАЮ

Директор MAOU OSOSh №1

"11" сентября 2025 г

МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр.)	Цена
Кондитерское изделие промышленного производства (пряник)	40	1,4	2,5	17	96,1	12,8
Рыба запеченная с маслом	100/5	12,7	12	3,7	174	50,55
Пюре картофельное	150	3,3	4,4	23,5	147	28,79
Сок фруктовый	200	0,4	0	22	90	12,44
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
Хлеб пшеничный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Итого		19,5	19,3	83,7	587,3	107,7

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр.)	Цена
Кондитерское изделие промышленного производства (пряник)	40	1,4	2,5	17	96,1	12,8
Рыба запеченная с маслом	100/5	12,7	12	3,7	174	50,55
Пюре картофельное	180	3,9	5,9	26,7	176	28,79
Сок фруктовый	200	0,4	0	22	90	12,44
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
Хлеб пшеничный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Итого		20,1	20,8	86,9	616,3	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
Кондитерское изделие промышленного производства (пряник)	40	1,4	2,5	17	96,1	12,8
Каша пшеничная жидкая	200	7,5	6,2	24,8	185	35,19
Кофейный напиток	200	2,3	2,5	14,8	90,9	17,04
Йогурт промышленного производства	95	3,9	1,5	4,8	47,8	34,46
Хлеб пшеничный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Салат из соленых огурцов с маслом	80	0,6	4,1	1,3	45	15,25
Суп сырный с мясом	250/15	6,5	8,7	23,7	199	40,62
Рыба запеченная с маслом	100/5	12,7	12	3,7	174	50,55
Пюре картофельное	150	3,3	4,4	23,5	147	28,79
Компот из сухофруктов	200	0,7	0	23,9	98,4	6,72
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
Хлеб пшеничный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Итого		41,6	42,6	163,1	1202,3	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
Кондитерское изделие промышленного производства (пряник)	40	1,4	2,5	17	96,1	12,8
Каша пшеничная жидкая	250	9,4	7,8	31	232	35,19
Кофейный напиток	200	2,3	2,5	14,8	90,9	17,04
Йогурт промышленного производства	95	3,9	1,5	4,8	47,8	34,46
Хлеб пшеничный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Салат из соленых огурцов с маслом	80	0,6	4,1	1,3	45	15,25
Суп сырный с мясом	250/15	6,5	8,7	23,7	199	40,62
Рыба запеченная с маслом	100/5	12,7	12	3,7	174	50,55
Пюре картофельное	180	3,9	5,9	26,7	176	28,79
Компот из сухофруктов	200	0,7	0	23,9	98,4	6,72
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
Хлеб пшеничный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Итого		44,1	45,7	172,5	1278,3	246,1



МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
Овощи свежие порциями (Помидоры)	60	0,5	0,1	1,1	6,8	18,6
Наггетсы из курицы запеченные	90	12,6	14,2	5,2	199	68,76
Макаронные изделия отварные	150	3,2	2,8	34,3	175,2	12,48
Чай с лимоном	200	0,1	0	12,5	50	4,74
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Итого		18,1	17,47	70,6	511,2	107,7

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
Овощи свежие порциями (Помидоры)	60	0,5	0,1	1,1	6,8	18,6
Наггетсы из курицы запеченные	90	12,6	14,2	5,2	199	68,76
Макаронные изделия отварные	180	3,8	3,4	41,1	210,2	12,48
Чай с лимоном	200	0,1	0	12,5	50	4,74
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Итого		18,7	18,07	77,4	546,2	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
Наггетсы из курицы запеченные	90	12,6	14,2	5,2	199	68,76
Макаронные изделия отварные	150	3,2	2,8	34,3	175,2	12,48
Чай с лимоном	200	0,1	0	12,5	50	4,74
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Овощи свежие порциями (Помидоры)	60	0,5	0,1	1,1	6,8	18,60
Уха рыбацкая	250/60	10,8	4,9	12,2	136	35,99
Гуляш из говядины	100	9,1	7,5	3,4	117,5	69,29
Рис припущенный	150	3,7	3,6	29,7	166	17,04
Компот из свежих плодов	200	0,2	0	20,6	83,2	14,52
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Итого		42,9	33,77	144,6	1052,8	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
Наггетсы из курицы запеченные	90	12,6	14,2	5,2	199	68,76
Макаронные изделия отварные	180	3,8	3,4	41,1	210,2	12,48
Чай с лимоном	200	0,1	0	12,5	50	4,74
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Овощи свежие порциями (Помидоры)	60	0,5	0,1	1,1	6,8	18,60
Уха рыбацкая	250/60	10,8	4,9	12,2	136	35,99
Гуляш из говядины	100	9,1	7,5	3,4	117,5	69,29
Рис припущенный	180	4,4	4,3	35	196,6	17,04
Компот из свежих плодов	200	0,2	0	20,6	83,2	14,52
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Итого		44,2	35,07	156,7	1118,4	246,1



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ ОСОШ №1

"09" сентября 2025 г

МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр.)	Цена
Бутерброд с джемом	20/25	1,8	0,2	21	93	10,44
Омлет натуральный	150	13,7	15,4	1,8	201	55,85
Чай с сахаром	200	0,2	0	15	60,8	2,72
Йогурт промышленного производства	95	3,9	1,5	4,8	47,8	35,57
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
Хлеб пшеничный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Итого		21,3	17,5	60,1	482,8	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 джемом	20/25	1,8	0,2	21	93	10,44
Омлет натуральный	200	17,5	20,5	2,4	264	55,85
Чай с сахаром	200	0,2	0	15	60,8	2,72
Йогурт промышленного производства	95	3,9	1,5	4,8	47,8	35,57
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
Хлеб пшеничный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Итого		25,1	22,6	60,7	545,8	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 джемом	20/25	1,8	0,2	21	93	10,44
Омлет натуральный	150	13,7	15,4	1,8	201	55,85
Чай с сахаром	200	0,2	0	15	60,8	2,72
Йогурт промышленного производства	95	3,9	1,5	4,8	47,8	35,57
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
Хлеб пшеничный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Салат из свеклы с зеленым горошком	80	1,2	4,2	8,2	75	12,7
Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом	250/15	6,3	6,8	16,8	154	31,98
Биточки из мяса	90	11,2	11,3	14,2	203	68,28
Каша гречневая рассыпчатая с морковью и чесночком	150	4,2	4,6	36,4	204	15,6
Компот из сухофруктов	200	0,7	0	23,9	98,4	6,72
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
Хлеб пшеничный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Итого		46,6	44,8	177,1	1297,4	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 джемом	20/25	1,8	0,2	21	93	10,44
Омлет натуральный	200	17,5	20,5	2,4	264	55,85
Чай с сахаром	200	0,2	0	15	60,8	2,72
Йогурт промышленного производства	95	3,9	1,5	4,8	47,8	35,57
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
Хлеб пшеничный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Салат из свеклы с зеленым горошком	80	1,2	4,2	8,2	75	12,7
Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом	250/15	6,3	6,8	16,8	154	31,98
Биточки из мяса	100	12,4	12,6	15,8	226	68,28
Каша гречневая рассыпчатая с морковью и чесночком	180	6,8	5,5	44	252,7	15,6
Компот из сухофруктов	200	0,7	0	23,9	98,4	6,72
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
Хлеб пшеничный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Итого		54,2	52,1	186,9	1432,1	246,1



МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
Овощи свежие (огурцы)	60	0,5	0,1	1,3	7,9	11,75
Бедро куриное запеченное	90	13,3	13,6	0,6	178	48,1
Картофель, толченый, по-деревенски	150	3,4	5,8	29,4	183,5	32,29
Сок фруктовый	200	0,5	0	34	138	12,44
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Итого		19,4	19,9	82,8	587,6	107,7

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
Овощи свежие (огурцы)	60	0,5	0,1	1,3	7,9	11,75
Бедро куриное запеченное	100	15,5	15,1	0,7	200,7	48,1
Картофель, толченый, по-деревенски	180	4,9	7,7	33	220,9	32,29
Сок фруктовый	200	0,5	0	34	138	12,44
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Итого		23,1	23,3	86,5	647,7	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 с сыром	55	4,3	9,7	10,7	147	43,79
Вермишель в молоке	250	7,9	6,9	23,7	189	33,80
Яйца вареные	40	5,1	4,6	0,3	63	13,44
Чай с лимоном	200	0,1	0	12,5	50	4,74
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Овощи свежие (огурцы)	60	0,5	0,1	1,3	7,9	11,75
Суп домашний с мясом со сметаной	250/15/5	6,9	5,7	14,2	136	41,07
Бедро куриное запеченное	90	13,3	13,6	0,6	178	48,1
Картофель, толченый, по-деревенски	150	3,4	5,8	29,4	183,5	32,29
Сок фруктовый	200	0,5	0	34	138	12,44
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Итого		44,7	47,1	152,3	1211,5	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 с сыром	60	6,5	10,7	11,9	170	43,79
Вермишель в молоке	250	7,9	6,9	23,7	189	33,80
Яйца вареные	40	5,1	4,6	0,3	63	13,44
Чай с лимоном	200	0,1	0	12,5	50	4,74
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Овощи свежие (огурцы)	60	0,5	0,1	1,3	7,9	11,75
Суп домашний с мясом со сметаной	250/15/5	6,9	5,7	14,2	136	41,07
Бедро куриное запеченное	100	15,5	15,1	0,7	200,7	48,1
Картофель, толченый, по-деревенски	180	4,9	7,7	33	220,9	32,29
Сок фруктовый	200	0,5	0	34	138	12,44
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Итого		50,6	51,5	157,2	1294,6	246,1



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ ОСОШ №1

"05" сентября 2025 г

МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
Овоици свежие порциями (Помидоры)	60	0,5	0,1	1,1	6,8	15,25
Котлета по-хлыновски	90	12,3	13,1	11,4	212,7	74,13
Макаронные изделия отварные	150	3,2	2,8	34,3	175,2	12,48
Чай с сахаром	200	0,2	0	15	60,8	2,72
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
Хлеб пшеничный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Итого		17,9	16,37	79,3	535,7	107,7

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
Овоици свежие порциями (Помидоры)	60	0,5	0,1	1,1	6,8	15,25
Котлета по-хлыновски	100	14,1	14,5	12,7	237,7	74,13
Макаронные изделия отварные	180	3,8	3,4	41,1	210,2	12,48
Чай с сахаром	200	0,2	0	15	60,8	2,72
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
Хлеб пшеничный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Итого		20,3	18,37	87,4	595,7	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	22,34
Каша рисовая жидкая	200	6,4	9,1	27	216	44,27
Чай с сахаром	200	0,2	0	15	60,8	2,72
Хлеб пшеничный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Фрукт(Яблоко)	140	0,2	0,3	8,6	37,9	32,22
Овоици свежие порциями (Помидоры)	60	0,5	0,1	1,1	6,8	15,25
Рассольник Ленинградский с птицей со сметаной	250/15/5	5,4	6,5	12,7	131	31,29
Котлета по-хлыновски	90	12,3	13,1	11,4	212,7	74,13
Макаронные изделия отварные	150	3,2	2,8	34,3	175,2	12,48
Компот из сухофруктов	200	0,7	0	23,9	98,4	6,72
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
Хлеб пшеничный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Итого		37,9	36,67	174,5	1179,9	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	22,34
Каша рисовая жидкая	250	8,5	10,9	33,8	267	44,27
Чай с сахаром	200	0,2	0	15	60,8	2,72
Хлеб пшеничный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Фрукт(Яблоко)	140	0,2	0,3	8,6	37,9	32,22
Овоици свежие порциями (Помидоры)	60	0,5	0,1	1,1	6,8	15,25
Рассольник Ленинградский с птицей со сметаной	250/15/5	5,4	6,5	12,7	131	31,29
Котлета по-хлыновски	100	14,1	14,5	12,7	237,7	74,13
Макаронные изделия отварные	180	3,8	3,4	41,1	210,2	12,48
Компот из сухофруктов	200	0,7	0	23,9	98,4	6,72
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
Хлеб пшеничный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Итого		43,2	41,07	189,4	1298,9	246,10



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ ОСОШ №1

"04" сентября 2025 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 чесноком	80	1,1	4,0	5,5	62	8,92
Плов из мяса	200	12,5	13,7	36,5	319,3	83,38
Чайник из плодов шиповника	200	0,2	0	22,2	89,8	12,28
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Итого		15,5	18,1	81,7	551,3	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 чесноком	80	1,1	4,0	5,5	62	8,92
Плов из мяса	250	15,4	15,9	48,7	399,5	83,38
Чайник из плодов шиповника	200	0,2	0	22,2	89,8	12,28
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Итого		18,4	20,3	93,9	631,5	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
Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,3	0,1	67	15,20
Булочка с сахаром	80	1,9	2,1	46,1	211	32,50
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая	200	7,5	7,7	26	203	33,98
Какао с молоком	200	3,4	3,2	16,1	106,8	21,65
Салат из свеклы с чесноком	80	1,1	4,0	5,5	62	8,92
Суп из овощей с мясом со сметаной	250/15/5	7,7	6,3	12,5	138	34,91
Плов из мяса	200	12,5	13,7	36,5	319,3	83,38
Сок	200	0,4	0	22	90	12,44
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Итого		36,3	44,7	182,3	1277,3	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	0,1	7,3	0,1	67	15,20
Булочка с сахаром	80	1,9	2,1	46,1	211	32,50
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая	250	9,4	9,6	32,5	254	33,98
Какао с молоком	200	3,4	3,2	16,1	106,8	21,65
Салат из свеклы с чесноком	80	1,1	4,0	5,5	62	8,92
Суп из овощей с мясом со сметаной	250/15/5	7,7	6,3	12,5	138	34,91
Плов из мяса	250	15,4	15,9	48,7	399,5	83,38
Сок	200	0,4	0	22	90	12,44
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Итого		41,1	48,8	201	1408,5	246,10



МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
Треугольники рыбные	100	14,1	11,8	9,5	201	58,75
Пюре картофельное	150	3,3	4,4	23,5	147	28,79
Кофейный напиток	200	2,3	2,5	14,8	90,9	17,04
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
Хлеб пшеничный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Итого	21,4	19,1	65,3	519,1	107,7	

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
Треугольники рыбные	100	14,1	11,8	9,5	201	58,75
Пюре картофельное	180	3,9	5,9	26,7	176	28,79
Кофейный напиток	200	2,3	2,5	14,8	90,9	17,04
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
Хлеб пшеничный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Итого	22	20,6	68,5	548,1	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
Нагетсы из курицы запеченные	90	12,6	14,2	5,2	199	61,7
Макаронные изделия отварные	150	3,2	2,8	34,3	175,2	12,48
Кофейный напиток	200	2,3	2,5	14,8	90,9	17,04
Хлеб пшеничный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Салат из огурцов с маслом	60	0,5	3	1	33,8	16,42
Борщ с мелко нашинкованными овощами с птицей и сметаной	250/15/5	5,2	5,9	12,2	123	31,72
Треугольники рыбные	100	14,1	11,8	9,5	201	58,75
Пюре картофельное	150	3,3	4,4	23,5	147	28,79
Компот из свежих плодов	200	0,2	0	20,6	83,2	14,52
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
Хлеб пшеничный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Итого	44,1	45,3	146,7	1172,2	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
Нагетсы из курицы запеченные	90	12,6	14,2	5,2	199	61,7
Макаронные изделия отварные	180	3,8	3,4	41,1	210,2	12,48
Кофейный напиток	200	2,3	2,5	14,8	90,9	17,04
Хлеб пшеничный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Салат из огурцов с маслом	60	0,5	3	1	33,8	16,42
Борщ с мелко нашинкованными овощами с птицей и сметаной	250/15/5	5,2	5,9	12,2	123	31,72
Треугольники рыбные	100	14,1	11,8	9,5	201	58,75
Пюре картофельное	180	3,9	5,9	26,7	176	28,79
Компот из свежих плодов	200	0,2	0	20,6	83,2	14,52
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
Хлеб пшеничный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Итого	45,4	47,4	170,2	1290,2	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 маслом	30/10	2,3	7,4	14,5	133,8	17,54
Запеканка "Царская" из творога с джемом	180/20	12,5	9	35,7	273,8	87,44
Чай с сахаром	200	0,2	0	15	60,8	2,72
Итого		15	16,4	65,2	468,4	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 маслом	30/10	2,3	7,4	14,5	133,8	17,54
Запеканка "Царская" из творога с джемом	200/20	16,8	12,1	48,1	368,1	87,44
Чай с сахаром	200	0,2	0	15	60,8	2,72
Итого		19,3	19,5	77,6	562,7	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	30/10	2,3	7,4	14,5	133,8	17,54
Запеканка "Царская" из творога с джемом	180/20	12,5	9	35,7	273,8	87,44
Чай с сахаром	200	0,2	0	15	60,8	2,72
Овощи свежие порциями (Помидоры)	60	0,5	0,1	1,1	6,8	15,5
Суп картофельный с бобовыми с мясом с гренками	250/15/20	9,8	4,8	32,5	212	33,75
Гречка по-купечески с мясом	200	12,2	18,2	30,2	333	73,59
Сок	200	0,4	0	22	90	12,44
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Итого		39,6	39,87	168,5	1190,4	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	30/10	2,3	7,4	14,5	133,8	17,54
Запеканка "Царская" из творога с джемом	200/20	16,8	12,1	48,1	368,1	87,44
Чай с сахаром	200	0,2	0	15	60,8	2,72
Овощи свежие порциями (Помидоры)	60	0,5	0,1	1,1	6,8	15,5
Суп картофельный с бобовыми с мясом с гренками	250/15/20	9,8	4,8	32,5	212	33,75
Гречка по-купечески с мясом	250	15,3	19,3	37,7	386	73,59
Сок	200	0,4	0	22	90	12,44
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Итого		47	44,07	188,4	1337,7	246,1