



МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр.)	Цена
<i>Люля-кебаб из птицы, с маслом</i>	90/5	11,3	13,5	1,1	171,1	68,50
<i>Рис припущенный</i>	150	3,7	3,6	29,7	166	17,48
<i>Кофейный напиток</i>	200	2,3	2,5	14,8	90,9	17,04
<i>Хлеб рисаной</i>	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
<i>Хлеб пшеничный витаминизированный</i>	40	2	0,6	16,2	77,8	3,12
Итого		20	20,3	71,2	547,1	107,7

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр.)	Цена
<i>Люля-кебаб из птицы, с маслом</i>	100/5	14,6	15,5	1,2	202,7	68,50
<i>Рис припущенный</i>	180	4,4	4,3	35	196,6	17,48
<i>Кофейный напиток</i>	200	2,3	2,5	14,8	90,9	17,04
<i>Хлеб рисаной</i>	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
<i>Хлеб пшеничный витаминизированный</i>	40	2	0,6	16,2	77,8	3,12
Итого		24	23	76,6	609,3	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
<i>Бутерброд с сыром</i>	30/15	6,3	4,1	14,9	122	27,81
<i>Суп молочный с макаронными изделиями</i>	250	8,1	7,4	22,5	189	31,19
<i>Кофейный напиток</i>	200	2,3	2,5	14,8	90,9	17,04
<i>Хлеб пшеничный витаминизированный</i>	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
<i>Фрукты(Яблоко)</i>	130	0,2	0,3	7,5	33	29,85
<i>Щи из свежей капусты с картофелем с мясом со сметаной</i>	250/15/5	6,1	7,2	7,8	120	42,83
<i>Люля-кебаб из птицы, с маслом</i>	90/5	11,3	13,5	1,1	171,1	68,50
<i>Рис припущенный</i>	150	3,7	3,6	29,7	166	17,48
<i>Компот из сухофруктов</i>	200	0,7	0	23,9	98,4	6,72
<i>Хлеб рисаной</i>	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
<i>Хлеб пшеничный витаминизированный</i>	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Итого		41,4	39,3	147,8	1109,5	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
<i>Бутерброд с сыром</i>	30/20	7,1	4,7	14,9	130	27,81
<i>Суп молочный с макаронными изделиями</i>	250	8,1	7,4	22,5	189	31,19
<i>Кофейный напиток</i>	200	2,3	2,5	14,8	90,9	17,04
<i>Хлеб пшеничный витаминизированный</i>	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
<i>Фрукты(Яблоко)</i>	130	0,2	0,3	7,5	33	29,85
<i>Щи из свежей капусты с картофелем с мясом со сметаной</i>	250/15/5	6,1	7,2	7,8	120	42,83
<i>Люля-кебаб из птицы, с маслом</i>	100/5	14,6	15,5	1,2	202,7	68,50
<i>Рис припущенный</i>	180	4,4	4,3	35,0	196,6	17,48
<i>Компот из сухофруктов</i>	200	0,7	0	23,9	98,4	6,72
<i>Хлеб рисаной</i>	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
<i>Хлеб пшеничный витаминизированный</i>	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Итого		46,2	42,6	153,2	1179,7	246,10



МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Каша пшеничная жидкая</i>	200	6,6	7,4	23,7	188	40,99
<i>Машник с джемом</i>	100/20	9,2	10,5	39,1	287,7	60,41
<i>Чай цитрусовый</i>	200	0,1	0	12,5	50	4,74
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Итого		16,9	18,2	83,4	564,6	107,7

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Каша пшеничная жидкая</i>	250	9,9	10,5	33,5	268	40,99
<i>Машник с джемом</i>	100/20	9,2	10,5	39,1	287,7	60,41
<i>Чай цитрусовый</i>	200	0,1	0	12,5	50	4,74
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Итого		20,2	21,3	93,2	644,6	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>Каша пшеничная жидкая</i>	200	6,6	7,4	23,7	188	40,99
<i>Машник с джемом</i>	100/20	9,2	10,5	39,1	287,7	60,41
<i>Чай цитрусовый</i>	200	0,1	0	12,5	50	4,74
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
<i>Борщ с капустой и картофелем, с мясом со сметаной</i>	250/15/5	6,4	7,3	16,7	158	43,72
<i>Жаркое по-домашнему</i>	200	18,8	14,3	25,8	307	79,12
<i>Сок фруктовый</i>	200	0,5	0	34	138	12,44
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Итого		44,3	40,2	177,4	1247,8	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
<i>Каша пшеничная жидкая</i>	250	6,6	7,4	23,7	188	40,99
<i>Машник с джемом</i>	100/20	9,2	10,5	39,1	287,7	60,41
<i>Чай цитрусовый</i>	200	0,1	0	12,5	50	4,74
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
<i>Борщ с капустой и картофелем, с мясом со сметаной</i>	250/15/5	6,4	7,3	16,7	158	43,72
<i>Жаркое по-домашнему</i>	250	19,9	16,8	31	355	79,12
<i>Сок фруктовый</i>	200	0,5	0	34	138	12,44
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Итого		45,4	42,7	182,6	1295,8	246,10



УТВЕРЖДАЮ
 И.о.д. Директор МАОУ СОШ №1
 08 апреля 2026 г.



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 чесноком</i>	80	1,1	4,0	5,5	62	8,92
<i>Паста "Карбонара" с птицей</i>	230	14,2	15,8	42,2	368	83,38
<i>Напиток из плодов шиповника</i>	200	0,2	0	22,2	89,8	12,28
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Итого		17,2	20,2	87,4	600	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 чесноком</i>	80	1,1	4,0	5,5	62	8,92
<i>Паста "Карбонара" с птицей</i>	270	16,8	18,2	42,2	400	83,38
<i>Напиток из плодов шиповника</i>	200	0,2	0	22,2	89,8	12,28
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Итого		19,8	22,6	87,4	632	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>Кондитерское изделие промышленного производства (пряник)</i>	40	3,5	4,2	20	132	12,80
<i>Каша гречневая вязкая</i>	200	8,4	10,3	36,9	274	36,91
<i>Чай с молоком</i>	200	2,8	2,5	15,1	94,1	15,18
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
<i>Фрукт(Яблоко)</i>	125	0,2	0,3	7,5	33	28,43
<i>Салат из свеклы с чесноком</i>	80	1,1	4,0	5,5	62	8,92
<i>Солянка с мясом со сметаной</i>	250/10/5	4,2	5,3	17,5	135	43,52
<i>Паста "Карбонара" с птицей</i>	230	14,2	15,8	42,2	368	83,38
<i>Напиток из плодов шиповника</i>	200	0,2	0	22,2	89,8	12,28
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Итого		37,3	43,1	192,5	1307	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
<i>Кондитерское изделие промышленного производства (пряник)</i>	40	3,5	4,2	20	132	12,80
<i>Каша гречневая вязкая</i>	250	10,5	12,9	46,1	343	36,91
<i>Чай с молоком</i>	200	2,8	2,5	15,1	94,1	15,18
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
<i>Фрукт(Яблоко)</i>	125	0,2	0,3	7,5	33	28,43
<i>Салат из свеклы с чесноком</i>	80	1,1	4,0	5,5	62	8,92
<i>Солянка с мясом со сметаной</i>	250/10/5	4,2	5,3	17,5	135	43,52
<i>Паста "Карбонара" с птицей</i>	270	16,8	18,2	42,2	400	83,38
<i>Напиток из плодов шиповника</i>	200	0,2	0	22,2	89,8	12,28
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Итого		42	48,1	201,7	1408	246,10



МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Голыбы ленивые, запеченые с соусом</i>	120	13,9	12,8	7,9	202	63,35
<i>Пюре картофельное</i>	150	3,3	4,4	23,5	147	28,79
<i>Сок фруктовый</i>	200	0,4	0	22	90	12,44
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
<i>Хлеб пшеничный витаминизированный</i>	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Итого		19,3	17,6	70,9	519,2	107,7

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Голыбы ленивые, запеченые с соусом</i>	120	13,9	12,8	7,9	202	63,35
<i>Пюре картофельное</i>	180	3,9	5,9	26,7	176	28,79
<i>Сок фруктовый</i>	200	0,4	0	22	90	12,44
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
<i>Хлеб пшеничный витаминизированный</i>	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Итого		19,9	19,1	74,1	548,2	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
<i>Бутерброд с маслом с сыром</i>	55	4,3	9,7	10,7	147	33,20
<i>Каша ячневая жидкая</i>	200	7,2	6,5	25,2	188	39,00
<i>Кофейный напиток</i>	200	2,3	2,5	14,8	90,9	17,04
<i>Хлеб пшеничный витаминизированный</i>	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
<i>Рассольник с мясом, со сметаной</i>	250/15/5	7,5	5,7	12,5	131	47,6
<i>Голыбы ленивые, запеченые с соусом</i>	120	13,9	12,8	7,9	202	63,35
<i>Пюре картофельное</i>	150	3,3	4,4	23,5	147	28,79
<i>Сок фруктовый</i>	200	0,4	0	22	90	12,44
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
<i>Хлеб пшеничный витаминизированный</i>	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Итого		41,6	42,3	142,2	1115	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
<i>Бутерброд с маслом с сыром</i>	60	6,5	10,7	11,9	170	33,20
<i>Каша ячневая жидкая</i>	250	8,9	8,2	29,8	229	39,00
<i>Кофейный напиток</i>	200	2,3	2,5	14,8	90,9	17,04
<i>Хлеб пшеничный витаминизированный</i>	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
<i>Рассольник с мясом, со сметаной</i>	250/15/5	7,5	5,7	12,5	131	47,6
<i>Голыбы ленивые, запеченые с соусом</i>	120	13,9	12,8	7,9	202	63,35
<i>Пюре картофельное</i>	180	3,9	5,9	26,7	176	28,79
<i>Сок фруктовый</i>	200	0,4	0	22	90	12,44
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
<i>Хлеб пшеничный витаминизированный</i>	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Итого		46,1	46,5	151,2	1208	246,10



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ ОСОШ №1

"10" апреля 2026 г

МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Наггетсы из курицы запеченные</i>	90	12,6	14,2	5,2	199	77,28
<i>Каша гречневая рассыпчатая</i>	150	3,1	4,3	32	179,1	24,58
<i>Чай с сахаром</i>	200	0,2	0	15	60,8	2,72
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Итого		17,6	18,9	69,7	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
<i>Наггетсы из курицы запеченные</i>	90	12,6	14,2	5,2	199	77,28
<i>Каша гречневая рассыпчатая</i>	180	3,7	5,5	50	264,3	24,58
<i>Чай с сахаром</i>	200	0,2	0	15	60,8	2,72
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Итого		18,2	20,1	87,7	604,3	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
<i>Бутерброд с сыром</i>	30\15	6,3	4,1	14,9	122	22,34
<i>Каша 5 злаков жидкая</i>	200	7	7,3	27,8	205	48,96
<i>Чай с сахаром</i>	200	0,2	0	15	60,8	2,72
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
<i>Суп картофельный с птицей</i>	250/15	5	5,5	16,8	137	48,93
<i>Наггетсы из курицы запеченные</i>	90	12,6	14,2	5,2	199	77,28
<i>Каша гречневая рассыпчатая</i>	150	3,1	4,3	32	179,1	24,58
<i>Компот из ягод замороженных</i>	200	0,2	0,2	16,2	67,4	16,61
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Итого		37,1	36,3	153,5	1089,4	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
<i>Бутерброд с сыром</i>	30\20	7,1	4,7	14,9	130	22,34
<i>Каша 5 злаков жидкая</i>	250	8,8	9,1	34,7	256	48,96
<i>Чай с сахаром</i>	200	0,2	0	15	60,8	2,72
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
<i>Суп картофельный с птицей</i>	250/15	5	5,5	16,8	137	48,93
<i>Наггетсы из курицы запеченные</i>	90	12,6	14,2	5,2	199	77,28
<i>Каша гречневая рассыпчатая</i>	180	3,7	5,5	50	264,3	24,58
<i>Компот из ягод замороженных</i>	200	0,2	0,2	16,2	67,4	16,61
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Итого		40,3	39,9	178,4	1233,6	246,1