



УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МАОУ СОШ №1  
 "13" апреля 2026 г.

**МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс**

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр.)	Цена
Запеканка "Царская" из творога с джемом	180/20	12,5	9	35,7	273,8	104,98
Чай с сахаром	200	0,2	0	15	60,8	2,72
<b>Итого</b>		<b>12,7</b>	<b>9</b>	<b>50,7</b>	<b>334,6</b>	<b>107,7</b>

**УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ**

Бутерброд с маслом	30/10	2,3	7,4	14,5	133,8	20,00
Йогурт промышленного производства	95	3,9	1,5	4,8	47,8	40,00
Фрукт (Апельсин)	200	0,4	0,6	17,2	75,8	60,00
<b>ИТОГО</b>		<b>5,6</b>	<b>6,3</b>	<b>29,9</b>	<b>199,4</b>	<b>120,00</b>

**МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс**

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр.)	Цена
Запеканка "Царская" из творога с джемом	200/20	16,8	12,1	48,1	368,1	104,98
Чай с сахаром	200	0,2	0	15	60,8	2,72
<b>Итого</b>		<b>17</b>	<b>12,1</b>	<b>63,1</b>	<b>428,9</b>	<b>107,7</b>

**УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ**

Бутерброд с маслом	30/10	2,3	7,4	14,5	133,8	20,00
Йогурт промышленного производства	95	3,9	1,5	4,8	47,8	40,00
Фрукт (Апельсин)	200	0,4	0,6	17,2	75,8	60,00
<b>ИТОГО</b>		<b>5,6</b>	<b>6,3</b>	<b>29,9</b>	<b>199,4</b>	<b>120,00</b>

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

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр.)	Цена
Запеканка "Царская" из творога с джемом	180/20	12,5	9	35,7	273,8	104,98
Чай с сахаром	200	0,2	0	15	60,8	2,72
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	89,09
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
<b>Итого</b>		<b>36,8</b>	<b>32,4</b>	<b>152,9</b>	<b>1049,8</b>	<b>246,1</b>

**УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ**

Бутерброд с маслом	30/10	2,3	7,4	14,5	133,8	20,00
Йогурт промышленного производства	95	3,9	1,5	4,8	47,8	40,00
Фрукт (Апельсин)	200	0,4	0,6	17,2	75,8	60,00
<b>ИТОГО</b>		<b>5,6</b>	<b>6,3</b>	<b>29,9</b>	<b>199,4</b>	<b>120,00</b>

**МЕНЮ для учащихся с ОВЗ с 5 по 11 класс**

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр.)	Цена
Запеканка "Царская" из творога с джемом	200/20	16,8	12,1	48,1	368,1	104,98
Чай с сахаром	200	0,2	0	15	60,8	2,72
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	89,09
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
<b>Итого</b>		<b>44,2</b>	<b>36,6</b>	<b>172,8</b>	<b>1197,1</b>	<b>246,1</b>

**УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ**

Бутерброд с маслом	30/10	2,3	7,4	14,5	133,8	20,00
Йогурт промышленного производства	95	3,9	1,5	4,8	47,8	40,00
Фрукт (Апельсин)	200	0,4	0,6	17,2	75,8	60,00
<b>ИТОГО</b>		<b>5,6</b>	<b>6,3</b>	<b>29,9</b>	<b>199,4</b>	<b>120,00</b>



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ СОШ №1

"14" 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>Треугольники рыбные</i>	100	14,1	11,8	9,5	201	58,75
<i>Пюре картофельное</i>	150	3,3	4,4	23,5	147	28,79
<i>Кофейный напиток</i>	200	2,3	2,5	14,8	90,9	17,04
<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
<b>Итого</b>		<b>21,4</b>	<b>19,1</b>	<b>65,3</b>	<b>519,1</b>	<b>107,7</b>
<b>УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ</b>						
<i>Молочный коктейль индивидуальной упаковке</i>	200	3,1	2,7	20,9	119	60,00
<i>Фрукт (Груша)</i>	190	0,2	0,3	8,6	37,9	60,00
<b>ИТОГО</b>		<b>3,3</b>	<b>3</b>	<b>29,5</b>	<b>156,9</b>	<b>120,00</b>

**МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс**

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр.)	Цена
<i>Треугольники рыбные</i>	100	14,1	11,8	9,5	201	58,75
<i>Пюре картофельное</i>	180	3,9	5,9	26,7	176	28,79
<i>Кофейный напиток</i>	200	2,3	2,5	14,8	90,9	17,04
<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
<b>Итого</b>		<b>22</b>	<b>20,6</b>	<b>68,5</b>	<b>548,1</b>	<b>107,7</b>
<b>УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ</b>						
<i>Молочный коктейль индивидуальной упаковке</i>	200	3,1	2,7	20,9	119	60,00
<i>Фрукт (Груша)</i>	190	0,2	0,3	8,6	37,9	60,00
<b>ИТОГО</b>		<b>3,3</b>	<b>3</b>	<b>29,5</b>	<b>156,9</b>	<b>120,00</b>

**МЕНЮ для учащихся с ОВЗ 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>Макаронные изделия отварные</i>	150	3,2	2,8	34,3	175,2	12,48
<i>Кофейный напиток</i>	200	2,3	2,5	14,8	90,9	17,04
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
<i>Борщ с мелкошинкованными овощами с птицей и сметаной</i>	250/15/5	5,2	5,9	12,2	123	32,56
<i>Треугольники рыбные</i>	100	14,1	11,8	9,5	201	58,75
<i>Пюре картофельное</i>	150	3,3	4,4	23,5	147	28,79
<i>Компот из свежих плодов</i>	200	0,2	0	20,6	83,2	14,52
<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
<b>Итого</b>		<b>43,6</b>	<b>42,3</b>	<b>145,7</b>	<b>1138,4</b>	<b>246,1</b>
<b>УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ</b>						
<i>Молочный коктейль индивидуальной упаковке</i>	200	3,1	2,7	20,9	119	60,00
<i>Фрукт (Груша)</i>	190	0,2	0,3	8,6	37,9	60,00
<b>ИТОГО</b>		<b>3,3</b>	<b>3</b>	<b>29,5</b>	<b>156,9</b>	<b>120,00</b>

**МЕНЮ для учащихся с ОВЗ 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>Макаронные изделия отварные</i>	180	3,8	3,4	41,1	210,2	12,48
<i>Кофейный напиток</i>	200	2,3	2,5	14,8	90,9	17,04
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
<i>Борщ с мелкошинкованными овощами с птицей и сметаной</i>	250/15/5	5,2	5,9	12,2	123	32,56
<i>Треугольники рыбные</i>	100	14,1	11,8	9,5	201	58,75
<i>Пюре картофельное</i>	180	3,9	5,9	26,7	176	28,79
<i>Компот из свежих плодов</i>	200	0,2	0	20,6	83,2	14,52
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56



УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МДОУ СОШ №1  
 "15" апреля 2026 г.

<b>МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс</b>						
Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр.)	Цена
<i>Плов из мяса</i>	200	12,5	13,7	36,5	319,3	92,30
<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 витаминизированный</i>	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
<b>Итого</b>		<b>14,4</b>	<b>14,1</b>	<b>76,2</b>	<b>489,3</b>	<b>107,7</b>
<b>УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ</b>						
<i>Салат из свеклы с чесноком</i>	80	1,1	4,0	5,5	62	20,00
<i>Сок 0,2 в индивидуальной упаковке(1шт)</i>	200	0,5	0	34	138	40,00
<i>Фрукт (Яблоко)</i>	200	0,4	0,6	17,2	75,8	60,00
<b>ИТОГО</b>		<b>5,6</b>	<b>6,3</b>	<b>29,9</b>	<b>199,4</b>	<b>120,00</b>
<b>МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс</b>						
Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр.)	Цена
<i>Плов из мяса</i>	250	15,4	15,9	48,7	399,5	92,30
<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 витаминизированный</i>	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
<b>Итого</b>		<b>17,3</b>	<b>16,3</b>	<b>88,4</b>	<b>569,5</b>	<b>107,7</b>
<b>УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ</b>						
<i>Салат из свеклы с чесноком</i>	80	1,1	4,0	5,5	62	20,00
<i>Сок 0,2 в индивидуальной упаковке(1шт)</i>	200	0,5	0	34	138	40,00
<i>Фрукт (Яблоко)</i>	200	0,4	0,6	17,2	75,8	60,00
<b>ИТОГО</b>		<b>5,6</b>	<b>6,3</b>	<b>29,9</b>	<b>199,4</b>	<b>120,00</b>
<b>МЕНЮ для учащихся с ОВЗ с 1 по 4 класс</b>						
Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр.)	Цена
<i>Масло сливочное (порциями)</i>	10	0,1	7,3	0,1	67	15,20
<i>Булочка с сахаром</i>	80	1,9	2,1	46,1	211	37,56
<i>Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая</i>	200	7,5	7,7	26	203	30,98
<i>Какао с молоком</i>	200	3,4	3,2	16,1	106,8	21,65
<i>Суп из овощей с мясом со сметаной</i>	250/15/5	7,7	6,3	12,5	138	32,85
<i>Плов из мяса</i>	200	12,5	13,7	36,5	319,3	92,30
<i>Сок</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
<b>Итого</b>		<b>35,2</b>	<b>40,7</b>	<b>176,8</b>	<b>1215,3</b>	<b>246,10</b>
<b>УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ</b>						
<i>Салат из свеклы с чесноком</i>	80	1,1	4,0	5,5	62	20,00
<i>Сок 0,2 в индивидуальной упаковке(1шт)</i>	200	0,5	0	34	138	40,00
<i>Фрукт (Яблоко)</i>	200	0,4	0,6	17,2	75,8	60,00
<b>ИТОГО</b>		<b>5,6</b>	<b>6,3</b>	<b>29,9</b>	<b>199,4</b>	<b>120,00</b>
<b>МЕНЮ для учащихся с ОВЗ с 5 по 11 класс</b>						
Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр.)	Цена
<i>Масло сливочное (порциями)</i>	10	0,1	7,3	0,1	67	15,20
<i>Булочка с сахаром</i>	80	1,9	2,1	46,1	211	37,56
<i>Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая</i>	250	9,4	9,6	32,5	254	30,98
<i>Какао с молоком</i>	200	3,4	3,2	16,1	106,8	21,65
<i>Суп из овощей с мясом со сметаной</i>	250/15/5	7,7	6,3	12,5	138	32,85
<i>Плов из мяса</i>	250	15,4	15,9	48,7	399,5	92,30
<i>Сок</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
<b>Итого</b>		<b>40</b>	<b>44,8</b>	<b>195,5</b>	<b>1346,5</b>	<b>246,10</b>
<b>УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ</b>						
<i>Салат из свеклы с чесноком</i>	80	1,1	4,0	5,5	62	20,00
<i>Сок 0,2 в индивидуальной упаковке(1шт)</i>	200	0,5	0	34	138	40,00
<i>Фрукт (Яблоко)</i>	200	0,4	0,6	17,2	75,8	60,00
<b>ИТОГО</b>		<b>5,6</b>	<b>6,3</b>	<b>29,9</b>	<b>199,4</b>	<b>120,00</b>



**МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс**

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Котлета по-хлыновски</i>	90	12,3	13,1	11,4	212,7	89,38
<i>Макаронные изделия отварные</i>	150	3,2	2,8	34,3	175,2	12,48
<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
<b>Итого</b>		<b>17,4</b>	<b>16,3</b>	<b>78,2</b>	<b>528,9</b>	<b>107,7</b>

**УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ**

<i>Овощи свежие с зеленью (огурцы)</i>	80	0,6	0,1	1,5	9	30,00
<i>Вафля голландская "Яшикино"</i>	36	2	5,4	24	150	30,00
<i>Фрукт (Апельсин)</i>	200	0,4	0,6	17,2	75,8	60,00
<b>ИТОГО</b>		<b>5,6</b>	<b>6,3</b>	<b>29,9</b>	<b>199,4</b>	<b>120,00</b>

**МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс**

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Котлета по-хлыновски</i>	100	14,1	14,5	12,7	237,7	89,38
<i>Макаронные изделия отварные</i>	180	3,8	3,4	41,1	210,2	12,48
<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
<b>Итого</b>		<b>19,8</b>	<b>18,3</b>	<b>86,3</b>	<b>588,9</b>	<b>107,7</b>

**УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ**

<i>Овощи свежие с зеленью (огурцы)</i>	80	0,6	0,1	1,5	9	30,00
<i>Вафля голландская "Яшикино"</i>	36	2	5,4	24	150	30,00
<i>Фрукт (Апельсин)</i>	200	0,4	0,6	17,2	75,8	60,00
<b>ИТОГО</b>		<b>5,6</b>	<b>6,3</b>	<b>29,9</b>	<b>199,4</b>	<b>120,00</b>

**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 рисовая жидкая</i>	200	6,4	9,1	27	216	44,27
<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>Фрукт(Яблоко)</i>	140	0,2	0,3	8,6	37,9	32,22
<i>Рассольник Ленинградский с птицей со сметаной</i>	250/15/5	5,4	6,5	12,7	131	31,29
<i>Котлета по-хлыновски</i>	90	12,3	13,1	11,4	212,7	89,38
<i>Макаронные изделия отварные</i>	150	3,2	2,8	34,3	175,2	12,48
<i>Компот из сухофруктов</i>	200	0,7	0	23,9	98,4	6,72
<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
<b>Итого</b>		<b>37,4</b>	<b>36,6</b>	<b>173,4</b>	<b>1173,1</b>	<b>246,1</b>

**УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ**

<i>Овощи свежие с зеленью (огурцы)</i>	80	0,6	0,1	1,5	9	30,00
<i>Вафля голландская "Яшикино"</i>	36	2	5,4	24	150	30,00
<i>Фрукт (Апельсин)</i>	200	0,4	0,6	17,2	75,8	60,00
<b>ИТОГО</b>		<b>5,6</b>	<b>6,3</b>	<b>29,9</b>	<b>199,4</b>	<b>120,00</b>

**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 рисовая жидкая</i>	250	8,5	10,9	33,8	267	44,27
<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>Фрукт(Яблоко)</i>	140	0,2	0,3	8,6	37,9	32,22
<i>Рассольник Ленинградский с птицей со сметаной</i>	250/15/5	5,4	6,5	12,7	131	31,29
<i>Котлета по-хлыновски</i>	100	14,1	14,5	12,7	237,7	89,38
<i>Макаронные изделия отварные</i>	180	3,8	3,4	41,1	210,2	12,48
<i>Компот из сухофруктов</i>	200	0,7	0	23,9	98,4	6,72
<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
<b>Итого</b>		<b>42,7</b>	<b>41</b>	<b>188,3</b>	<b>1292,1</b>	<b>246,10</b>

**УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ**

<i>Овощи свежие с зеленью (огурцы)</i>	80	0,6	0,1	1,5	9	30,00
<i>Вафля голландская "Яшикино"</i>	36	2	5,4	24	150	30,00
<i>Фрукт (Апельсин)</i>	200	0,4	0,6	17,2	75,8	60,00
<b>ИТОГО</b>		<b>5,6</b>	<b>6,3</b>	<b>29,9</b>	<b>199,4</b>	<b>120,00</b>



**МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс**

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Бедро куриное запеченное</i>	90	13,3	13,6	0,6	178	59,85
<i>Картофель, толченый, по-деревенски</i>	150	3,4	5,8	29,4	183,5	32,29
<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 витаминизированный</i>	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
<b>Итого</b>		<b>18,9</b>	<b>19,8</b>	<b>81,5</b>	<b>579,7</b>	<b>107,7</b>

**УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ**

<i>Овощи свежие (огурцы)</i>	60	0,5	0,1	1,3	7,9	20,00
<i>Сок 0,2 в индивидуальной упаковке(1шт)</i>	200	0,5	0	34	138	40,00
<i>Фрукт (Яблоко)</i>	200	0,4	0,6	17,2	75,8	60,00
<b>ИТОГО</b>		<b>5,6</b>	<b>6,3</b>	<b>29,9</b>	<b>199,4</b>	<b>120,00</b>

**МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс**

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Бедро куриное запеченное</i>	100	15,5	15,1	0,7	200,7	59,85
<i>Картофель, толченый, по-деревенски</i>	180	4,9	7,7	33	220,9	32,29
<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 витаминизированный</i>	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
<b>Итого</b>		<b>22,6</b>	<b>23,2</b>	<b>85,2</b>	<b>639,8</b>	<b>107,7</b>

**УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ**

<i>Овощи свежие (огурцы)</i>	60	0,5	0,1	1,3	7,9	20,00
<i>Сок 0,2 в индивидуальной упаковке(1шт)</i>	200	0,5	0	34	138	40,00
<i>Фрукт (Яблоко)</i>	200	0,4	0,6	17,2	75,8	60,00
<b>ИТОГО</b>		<b>5,6</b>	<b>6,3</b>	<b>29,9</b>	<b>199,4</b>	<b>120,00</b>

**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	43,79
<i>Вермишель в молоке</i>	250	7,9	6,9	23,7	189	33,80
<i>Яйца вареные</i>	40	5,1	4,6	0,3	63	13,44
<i>Чай с лимоном</i>	200	0,1	0	12,5	50	4,74
<i>Хлеб пшеничный витаминизированный</i>	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
<i>Суп домашний с мясом со сметаной</i>	250/15/5	6,9	5,7	14,2	136	41,07
<i>Бедро куриное запеченное</i>	90	13,3	13,6	0,6	178	59,85
<i>Картофель, толченый, по-деревенски</i>	150	3,4	5,8	29,4	183,5	32,29
<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 витаминизированный</i>	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
<b>Итого</b>		<b>44,2</b>	<b>47</b>	<b>151</b>	<b>1203,6</b>	<b>246,1</b>

**УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ**

<i>Овощи свежие (огурцы)</i>	60	0,5	0,1	1,3	7,9	20,00
<i>Сок 0,2 в индивидуальной упаковке(1шт)</i>	200	0,5	0	34	138	40,00
<i>Фрукт (Яблоко)</i>	200	0,4	0,6	17,2	75,8	60,00
<b>ИТОГО</b>		<b>5,6</b>	<b>6,3</b>	<b>29,9</b>	<b>199,4</b>	<b>120,00</b>

**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	43,79
<i>Вермишель в молоке</i>	250	7,9	6,9	23,7	189	33,80
<i>Яйца вареные</i>	40	5,1	4,6	0,3	63	13,44
<i>Чай с лимоном</i>	200	0,1	0	12,5	50	4,74
<i>Хлеб пшеничный витаминизированный</i>	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
<i>Суп домашний с мясом со сметаной</i>	250/15/5	6,9	5,7	14,2	136	41,07
<i>Бедро куриное запеченное</i>	100	15,5	15,1	0,7	200,7	59,85
<i>Картофель, толченый, по-деревенски</i>	180	4,9	7,7	33	220,9	32,29
<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 витаминизированный</i>	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
<b>Итого</b>		<b>50,1</b>	<b>51,4</b>	<b>155,9</b>	<b>1286,7</b>	<b>246,1</b>

**УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ**

<i>Овощи свежие (огурцы)</i>	60	0,5	0,1	1,3	7,9	20,00
<i>Сок 0,2 в индивидуальной упаковке(1шт)</i>	200	0,5	0	34	138	40,00
<i>Фрукт (Яблоко)</i>	200	0,4	0,6	17,2	75,8	60,00
<b>ИТОГО</b>		<b>5,6</b>	<b>6,3</b>	<b>29,9</b>	<b>199,4</b>	<b>120,00</b>



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ ОСОШ №1  
"20" апреля 2026 г

**МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс**

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр.)	Цена
Омлет натуральный	150	13,7	15,4	1,8	201	66,29
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
<b>Итого</b>		<b>19,5</b>	<b>17,3</b>	<b>39,1</b>	<b>389,8</b>	<b>107,7</b>

**УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ**

Бутерброд с джемом	20/25	1,8	0,2	21	93	20,00
Фрукт (Груша)	190	0,2	0,3	8,6	37,9	60,00
Сок 0,2 в индивидуальной упаковке(1шт)	200	0,5	0	34	138	40,00
<b>ИТОГО</b>		<b>2,5</b>	<b>0,5</b>	<b>63,6</b>	<b>268,9</b>	<b>120,00</b>

**МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс**

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр.)	Цена
Омлет натуральный	200	17,5	20,5	2,4	264	66,29
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
<b>Итого</b>		<b>23,3</b>	<b>22,4</b>	<b>39,7</b>	<b>452,8</b>	<b>107,7</b>

**УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ**

Бутерброд с джемом	20/25	1,8	0,2	21	93	20,00
Фрукт (Груша)	190	0,2	0,3	8,6	37,9	60,00
Сок 0,2 в индивидуальной упаковке(1шт)	200	0,5	0	34	138	40,00
<b>ИТОГО</b>		<b>2,5</b>	<b>0,5</b>	<b>63,6</b>	<b>268,9</b>	<b>120,00</b>

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

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр.)	Цена
Омлет натуральный	150	13,7	15,4	1,8	201	66,29
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
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	70
Каша гречневая рассыпчатая с морковью и чесночком	150	4,2	4,6	36,4	204	26,58
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
<b>Итого</b>		<b>43,6</b>	<b>40,4</b>	<b>147,9</b>	<b>1129,4</b>	<b>246,10</b>

**УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ**

Бутерброд с джемом	20/25	1,8	0,2	21	93	20,00
Фрукт (Груша)	190	0,2	0,3	8,6	37,9	60,00
Сок 0,2 в индивидуальной упаковке(1шт)	200	0,5	0	34	138	40,00
<b>ИТОГО</b>		<b>2,5</b>	<b>0,5</b>	<b>63,6</b>	<b>268,9</b>	<b>120,00</b>

**МЕНЮ для учащихся с ОВЗ с 5 по 11 класс**

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр.)	Цена
Омлет натуральный	200	17,5	20,5	2,4	264	66,29
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
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	70
Каша гречневая рассыпчатая с морковью и чесночком	180	6,8	5,5	44	252,7	26,58
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
<b>Итого</b>		<b>51,2</b>	<b>47,7</b>	<b>157,7</b>	<b>1264,1</b>	<b>246,1</b>

**УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ**

Бутерброд с джемом	20/25	1,8	0,2	21	93	20,00
Фрукт (Груша)	190	0,2	0,3	8,6	37,9	60,00
Сок 0,2 в индивидуальной упаковке(1шт)	200	0,5	0	34	138	40,00
<b>ИТОГО</b>		<b>2,5</b>	<b>0,5</b>	<b>63,6</b>	<b>268,9</b>	<b>120,00</b>



УТВЕРЖДАЮ

Директор MAOU OSOSh №1  
"21" 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	87,36
<i>Макаронные изделия отварные</i>	150	3,2	2,8	34,3	175,2	12,48
<i>Чай с лимоном</i>	200	0,1	0	12,5	50	4,74
<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
<b>Итого</b>		<b>17,6</b>	<b>17,4</b>	<b>69,5</b>	<b>504,4</b>	<b>107,7</b>

**УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ**

<i>Овощи свежие с зеленью (огурцы)</i>	80	0,6	0,1	1,5	9	30,00
<i>Вафля голландская "Яшикино"</i>	36	2	5,4	24	150	30,00
<i>Фрукт (Апельсин)</i>	200	0,4	0,6	17,2	75,8	60,00
<b>ИТОГО</b>		<b>5,6</b>	<b>6,3</b>	<b>29,9</b>	<b>199,4</b>	<b>120,00</b>

**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	87,36
<i>Макаронные изделия отварные</i>	180	3,8	3,4	41,1	210,2	12,48
<i>Чай с лимоном</i>	200	0,1	0	12,5	50	4,74
<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
<b>Итого</b>		<b>18,2</b>	<b>18</b>	<b>76,3</b>	<b>539,4</b>	<b>107,7</b>

**УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ**

<i>Овощи свежие с зеленью (огурцы)</i>	80	0,6	0,1	1,5	9	30,00
<i>Вафля голландская "Яшикино"</i>	36	2	5,4	24	150	30,00
<i>Фрукт (Апельсин)</i>	200	0,4	0,6	17,2	75,8	60,00
<b>ИТОГО</b>		<b>5,6</b>	<b>6,3</b>	<b>29,9</b>	<b>199,4</b>	<b>120,00</b>

**МЕНЮ для учащихся с ОВЗ 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	87,36
<i>Макаронные изделия отварные</i>	150	3,2	2,8	34,3	175,2	12,48
<i>Чай с лимоном</i>	200	0,1	0	12,5	50	4,74
<i>Хлеб пшеничный витаминизированный</i>	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
<i>Уха рыбацкая</i>	250/60	10,8	4,9	12,2	136	35,99
<i>Гуляш</i>	100	9,1	7,5	3,4	117,5	69,29
<i>Рис припущенный</i>	150	3,7	3,6	29,7	166	17,04
<i>Компот из свежих плодов</i>	200	0,2	0	20,6	83,2	14,52
<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
<b>Итого</b>		<b>42,4</b>	<b>33,7</b>	<b>143,5</b>	<b>1046</b>	<b>246,1</b>

**УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ**

<i>Овощи свежие с зеленью (огурцы)</i>	80	0,6	0,1	1,5	9	30,00
<i>Вафля голландская "Яшикино"</i>	36	2	5,4	24	150	30,00
<i>Фрукт (Апельсин)</i>	200	0,4	0,6	17,2	75,8	60,00
<b>ИТОГО</b>		<b>5,6</b>	<b>6,3</b>	<b>29,9</b>	<b>199,4</b>	<b>120,00</b>

**МЕНЮ для учащихся с ОВЗ 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	87,36
<i>Макаронные изделия отварные</i>	180	3,8	3,4	41,1	210,2	12,48
<i>Чай с лимоном</i>	200	0,1	0	12,5	50	4,74
<i>Хлеб пшеничный витаминизированный</i>	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
<i>Уха рыбацкая</i>	250/60	10,8	4,9	12,2	136	35,99
<i>Гуляш</i>	100	9,1	7,5	3,4	117,5	69,29
<i>Рис припущенный</i>	180	4,4	4,3	35	196,6	17,04
<i>Компот из свежих плодов</i>	200	0,2	0	20,6	83,2	14,52
<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
<b>Итого</b>		<b>43,7</b>	<b>35</b>	<b>155,6</b>	<b>1111,6</b>	<b>246,1</b>

**УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ**

<i>Овощи свежие с зеленью (огурцы)</i>	80	0,6	0,1	1,5	9	30,00
<i>Вафля голландская "Яшикино"</i>	36	2	5,4	24	150	30,00
<i>Фрукт (Апельсин)</i>	200	0,4	0,6	17,2	75,8	60,00
<b>ИТОГО</b>		<b>5,6</b>	<b>6,3</b>	<b>29,9</b>	<b>199,4</b>	<b>120,00</b>



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ ОСОШ №1  
1 апреля 2026 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
<b>Итого</b>		<b>19,5</b>	<b>19,3</b>	<b>83,7</b>	<b>587,3</b>	<b>107,7</b>
<b>УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ</b>						
Молочный коктейль индивидуальной упаковке	200	3,1	2,7	20,9	119	60,00
Фрукт (Яблоко)	200	0,4	0,6	17,2	75,8	60,00
<b>ИТОГО</b>		<b>3,5</b>	<b>3,3</b>	<b>38,1</b>	<b>194,8</b>	<b>120,00</b>

**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
<b>Итого</b>		<b>20,1</b>	<b>20,8</b>	<b>86,9</b>	<b>616,3</b>	<b>107,7</b>
<b>УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ</b>						
Молочный коктейль индивидуальной упаковке	200	3,1	2,7	20,9	119	60,00
Фрукт (Яблоко)	200	0,4	0,6	17,2	75,8	60,00
<b>ИТОГО</b>		<b>3,5</b>	<b>3,3</b>	<b>38,1</b>	<b>194,8</b>	<b>120,00</b>

**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
<b>Итого</b>		<b>41,6</b>	<b>42,6</b>	<b>163,1</b>	<b>1202,3</b>	<b>246,1</b>
<b>УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ</b>						
Молочный коктейль индивидуальной упаковке	200	3,1	2,7	20,9	119	60,00
Фрукт (Яблоко)	200	0,4	0,6	17,2	75,8	60,00
<b>ИТОГО</b>		<b>3,5</b>	<b>3,3</b>	<b>38,1</b>	<b>194,8</b>	<b>120,00</b>

**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
<b>Итого</b>		<b>44,1</b>	<b>45,7</b>	<b>172,5</b>	<b>1278,3</b>	<b>246,1</b>
<b>УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ</b>						
Молочный коктейль индивидуальной упаковки	200	3,1	2,7	20,9	119	60,00
Фрукт (Яблоко)	200	0,4	0,6	17,2	75,8	60,00
<b>ИТОГО</b>		<b>3,5</b>	<b>3,3</b>	<b>38,1</b>	<b>194,8</b>	<b>120,00</b>