



УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ ОСОШ №1
"05" ноября 2026 г

МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Гуляш	100	9,1	7,5	3,4	117,5	70,45
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		*17,4*	*13,9*	*71,3*	*479,7*	*107,7*

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Гуляш	100	9,1	7,5	3,4	117,5	70,45
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		*18*	*14,5*	*78,1*	*514,7*	*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
Кондитерское изделие промышленного производства (печенье)	35	3,5	6,9	15	136,1	16,86
Каша 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	36,94
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	70,45
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		*36,7*	*35,1*	*176,3*	*1167,8*	*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
Кондитерское изделие промышленного производства (печенье)	35	3,5	6,9	15	136,1	16,86
Каша 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	36,94
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	70,45
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		*38,4*	*37,8*	*192,4*	*1263,8*	*246,1*





УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ ОСОШ №1
"06" ноября 2026 г

МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Плов из птицы	200	12,4	13,5	33,2	304	97,86
Напиток 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 витаминизированный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Итого		*14,8*	*13,9*	*74,6*	*482,6*	*107,7*

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Плов из птицы	250	15,5	16,8	44,2	390	97,86
Напиток 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 витаминизированный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Итого		*17,9*	*17,2*	*85,6*	*568,6*	*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
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	31,13
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Суп картофельный с рыбой	250/50	7,7	5,2	12,9	129	36,7
Плов из птицы	200	12,4	13,5	33,2	304	97,86
Напиток 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 витаминизированный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Итого		*43,1*	*36,5*	*138,2*	*1053,1*	*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	31,13
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Суп картофельный с рыбой	250/50	7,7	5,2	12,9	129	36,7
Плов из птицы	250	15,5	16,8	44,2	390	97,86
Напиток 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 витаминизированный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Итого		*50*	*44,9*	*149,8*	*1202,1*	*246,10*



УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ ОСОШ №1
"09 " ноября 2026г



МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Треугольники рыбные	100	13,5	12,7	10,7	211	63,35
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		*18,9*	*17,5*	*73,7*	*528,2*	*107,7*

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

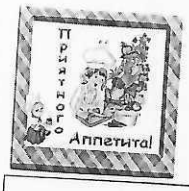
Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Треугольники рыбные	100	13,5	12,7	10,7	211	63,35
Пюре картофельное	180	3,9	5,9	26,7	176	28,79
Сок фруктовый	200	0,4	0	22	90	12,44
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
Хлеб пшеничный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Итого		*19,5*	*19*	*76,9*	*557,2*	*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
Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,3	0,1	67	15,20
Сыр (порциями)	10	4,5	2,7	0	42	26,25
Каша пшеничная жидкая	200	7,5	6,2	24,8	185	41,55
Чай "Витаминный"	200	0,7	0,1	19,8	82,9	8,08
Хлеб пшеничный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Фрукт(Яблоко)	110	0,1	0,2	6,5	29	15,06
Суп картофельный с клецками с мясом	250/15	5,5	6,5	12,8	132	30,70
Треугольники рыбные	100	13,5	12,7	10,7	211	63,35
Пюре картофельное	150	3,3	4,4	23,5	147	28,79
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	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Итого		*38,4*	*40,8*	*157,8*	*1153*	*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
Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,3	0,1	67	15,20
Сыр (порциями)	20	9	5,3	0	84	26,25
Каша пшеничная жидкая	250	9,4	7,8	31	232	41,55
Чай "Витаминный"	200	0,7	0,1	19,8	82,9	8,08
Хлеб пшеничный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Фрукт(Яблоко)	110	0,1	0,2	6,5	29	15,06
Суп картофельный с клецками с мясом	250/15	5,5	6,5	12,8	132	30,70
Треугольники рыбные	100	13,5	12,7	10,7	211	63,35
Пюре картофельное	180	3,9	5,9	26,7	176	28,79
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	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Итого		*45,4*	*46,5*	*167,2*	*1271*	*246,10*





УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ ОСОШ №1
"10" ноября 2026г

МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Люля-кебаб из птицы, с маслом	90/5	11,3	13,5	1,1	171,1	68,50
Рис припущенный	150	3,7	3,6	29,7	166	17,48
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	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
Люля-кебаб из птицы, с маслом	100/5	14,6	15,5	1,2	202,7	68,50
Рис припущенный	180	4,4	4,3	35	196,6	17,48
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	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
Бутерброд с сыром	30\15	6,3	4,1	14,9	122	27,81
Суп молочный с макаронными изделиями	250	8,1	7,4	22,5	189	31,19
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
Фрукт(Яблоко)	130	0,2	0,3	7,5	33	29,85
Щи из свежей капусты с картофелем с мясом со сметаной	250/15/5	6,1	7,2	7,8	120	42,83
Люля-кебаб из птицы, с маслом	90/5	11,3	13,5	1,1	171,1	68,50
Рис припущенный	150	3,7	3,6	29,7	166	17,48
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		*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
Бутерброд с сыром	30\20	7,1	4,7	14,9	130	27,81
Суп молочный с макаронными изделиями	250	8,1	7,4	22,5	189	31,19
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
Фрукт(Яблоко)	130	0,2	0,3	7,5	33	29,85
Щи из свежей капусты с картофелем с мясом со сметаной	250/15/5	6,1	7,2	7,8	120	42,83
Люля-кебаб из птицы, с маслом	100/5	14,6	15,5	1,2	202,7	68,50
Рис припущенный	180	4,4	4,3	35,0	196,6	17,48
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		*46,2*	*42,6*	*153,2*	*1179,7*	*246,10*



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ ОСОШ №1

_____ "11" ноября 2026 г

МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Каша пшенная жидкая	200	6,6	7,4	23,7	188	40,99
Манник с джемом	100/20	9,2	10,5	39,1	287,7	60,41
Чай с лимоном	200	0,1	0	12,5	50	4,74
Хлеб пшеничный	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
Каша пшенная жидкая	250	9,9	10,5	33,5	268	40,99
Манник с джемом	100/20	9,2	10,5	39,1	287,7	60,41
Чай с лимоном	200	0,1	0	12,5	50	4,74
Хлеб пшеничный	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
Каша пшенная жидкая	200	6,6	7,4	23,7	188	40,99
Манник с джемом	100/20	9,2	10,5	39,1	287,7	60,41
Чай с лимоном	200	0,1	0	12,5	50	4,74
Хлеб пшеничный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Борщ с капустой и картофелем, с мясом со сметаной	250/15/5	6,4	7,3	16,7	158	43,72
Жаркое по-домашнему	200	18,8	14,3	25,8	307	79,12
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	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
Каша пшенная жидкая	250	6,6	7,4	23,7	188	40,99
Манник с джемом	100/20	9,2	10,5	39,1	287,7	60,41
Чай с лимоном	200	0,1	0	12,5	50	4,74
Хлеб пшеничный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Борщ с капустой и картофелем, с мясом со сметаной	250/15/5	6,4	7,3	16,7	158	43,72
Жаркое по-домашнему	250	19,9	16,8	31	355	79,12
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	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Итого		*45,4*	*42,7*	*182,6*	*1295,8*	*246,10*



УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ ОСОШ №1
"12" ноября 2026 г

МАОУ ОСОШ №1

МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Паста "Карбанара" с птицей	230	14,2	15,8	42,2	368	92,3
Напиток 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	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Итого		*16,1*	*16,2*	*81,9*	*538*	*107,7*

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Паста "Карбанара" с птицей	270	16,8	18,2	42,2	400	92,3
Напиток 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	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Итого		*18,7*	*18,6*	*81,9*	*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
Кондитерское изделие промышленного производства (пряник)	40	3,5	4,2	20	132	12,80
Каша гречневая вязкая	200	8,4	10,3	36,9	274	36,91
Чай с молоком	200	2,8	2,5	15,1	94,1	15,18
Хлеб пшеничный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Фрукт(Яблоко)	125	0,2	0,3	7,5	33	28,43
Солянка с мясом со сметаной	250/10/5	4,2	5,3	17,5	135	43,52
Паста "Карбанара" с птицей	230	14,2	15,8	42,2	368	92,3
Напиток 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	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Итого		*36,2*	*39,1*	*187*	*1245*	*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	3,5	4,2	20	132	12,80
Каша гречневая вязкая	250	10,5	12,9	46,1	343	36,91
Чай с молоком	200	2,8	2,5	15,1	94,1	15,18
Хлеб пшеничный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Фрукт(Яблоко)	125	0,2	0,3	7,5	33	28,43
Солянка с мясом со сметаной	250/10/5	4,2	5,3	17,5	135	43,52
Паста "Карбанара" с птицей	270	16,8	18,2	42,2	400	92,3
Напиток 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	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Итого		*40,9*	*44,1*	*196,2*	*1346*	*246,10*





УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ ОСОШ №1
"13" ноября 2026 г

МЕНЮ для учащихся 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	77,28
Каша гречневая рассыпчатая	150	3,1	4,3	32	179,1	24,58
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		*17,6*	*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
Наггетсы из курицы запеченные	90	12,6	14,2	5,2	199	77,28
Каша гречневая рассыпчатая	180	3,7	5,5	50	264,3	24,58
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		*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
Бутерброд с сыром	30\15	6,3	4,1	14,9	122	22,34
Каша 5 злаков жидкая	200	7	7,3	27,8	205	48,96
Чай с сахаром	200	0,2	0	15	60,8	2,72
Хлеб пшеничный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Суп картофельный с птицей	250/15	5	5,5	16,8	137	48,93
Наггетсы из курицы запеченные	90	12,6	14,2	5,2	199	77,28
Каша гречневая рассыпчатая	150	3,1	4,3	32	179,1	24,58
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	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
Бутерброд с сыром	30\20	7,1	4,7	14,9	130	22,34
Каша 5 злаков жидкая	250	8,8	9,1	34,7	256	48,96
Чай с сахаром	200	0,2	0	15	60,8	2,72
Хлеб пшеничный	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Суп картофельный с птицей	250/15	5	5,5	16,8	137	48,93
Наггетсы из курицы запеченные	90	12,6	14,2	5,2	199	77,28
Каша гречневая рассыпчатая	180	3,7	5,5	50	264,3	24,58
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	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Итого		*40,3*	*39,9*	*178,4*	*1233,6*	*246,1*



УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ ОСОШ №1
"16" ноября 2026 г

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
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	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Итого		***39,1***	***39,8***	***167,4***	***1183,6***	***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
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	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Итого		***46,5***	***44***	***187,3***	***1330,9***	***246,1***



УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ ОСОШ №1
"17" ноября 2026 г

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
Наггетсы из курицы запеченные	90	12,6	14,2	5,2	199	77,28
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
Борщ с мелкошинкованными овощами с птицей и сметаной	250/15/5	5,2	5,9	12,2	123	32,56
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		*43,6*	*42,3*	*145,7*	*1138,4*	*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
Наггетсы из курицы запеченные	90	12,6	14,2	5,2	199	77,28
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
Борщ с мелкошинкованными овощами с птицей и сметаной	250/15/5	5,2	5,9	12,2	123	32,56
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		*44,9*	*44,4*	*169,2*	*1256,4*	*246,10*



УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ ОСОШ №1
"18" ноября 2026 г



МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Плов из мяса	200	12,5	13,7	36,5	319,3	92,30
Напиток 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	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Итого		*14,4*	*14,1*	*76,2*	*489,3*	*107,7*

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Плов из мяса	250	15,4	15,9	48,7	399,5	92,30
Напиток 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	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Итого		*17,3*	*16,3*	*88,4*	*569,5*	*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	37,56
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая	200	7,5	7,7	26	203	30,98
Какао с молоком	200	3,4	3,2	16,1	106,8	21,65
Суп из овощей с мясом со сметаной	250/15/5	7,7	6,3	12,5	138	32,85
Плов из мяса	200	12,5	13,7	36,5	319,3	92,30
Сок	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		*35,2*	*40,7*	*176,8*	*1215,3*	*246,10*

МЕНЮ для учащихся с ОВЗ с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы	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	37,56
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая	250	9,4	9,6	32,5	254	30,98
Какао с молоком	200	3,4	3,2	16,1	106,8	21,65
Суп из овощей с мясом со сметаной	250/15/5	7,7	6,3	12,5	138	32,85
Плов из мяса	250	15,4	15,9	48,7	399,5	92,30
Сок	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		*40*	*44,8*	*195,5*	*1346,5*	*246,10*





УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ ОСОШ №1
"19" ноября 2026 г

МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Котлета по-хлыновски	90	12,3	13,1	11,4	212,7	89,38
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		17,4	16,3	78,2	528,9	107,7

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Котлета по-хлыновски	100	14,1	14,5	12,7	237,7	89,38
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		19,8	18,3	86,3	588,9	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
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	89,38
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		37,4	36,6	173,4	1173,1	246,1

УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ

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
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	89,38
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		42,7	41	188,3	1292,1	246,10



УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ ОСОШ №1
"20" ноября 2026 г

МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Бедро куриное запеченное	90	13,3	13,6	0,6	178	59,85
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	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Итого		18,9	19,8	81,5	579,7	107,7

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Бедро куриное запеченное	100	15,5	15,1	0,7	200,7	59,85
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	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Итого		22,6	23,2	85,2	639,8	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 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	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
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	59,85
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	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Итого		44,2	47	151	1203,6	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	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
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	59,85
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	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Итого		50,1	51,4	155,9	1286,7	246,1