



УТВЕРЖДАЮ

Директор школы В.П. Коробова

18.10.23

МЕНЮ для учащихся с 1 по 4 класс

Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Нарезка из свежих помидоров с маслом растительным</i>	60	0,70	3,10	2,30	41,00	7,16
<i>Гуляш из рыбы</i>	100	13,40	12,00	5,60	185,00	45,29
<i>Рис припущенный</i>	150	3,40	4,30	38,00	188,00	9,58
<i>Яблоко</i>	130	0,52	0,52	12,74	61,10	20,87
<i>Сок плодовый</i>	200	0,50	0,00	34,00	138,00	14,60
<i>Хлеб пшеничный</i>	30	2,30	0,30	14,60	70,00	2,42
<i>Хлеб ржаной</i>	10	0,40	0,12	4,00	20,00	0,86
Итого		21,22	20,34	111,24	703,10	100,78

МЕНЮ для учащихся с 5 по 11 класс

Наименование блюда	выход (гр)	Белки (гр)	Жиры (гр)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Нарезка из свежих помидоров с маслом растительным</i>	60	0,70	3,10	2,30	41,00	7,16
<i>Гуляш из рыбы</i>	100	13,40	12,00	5,60	185,00	45,29
<i>Рис припущенный</i>	180	4,30	5,20	45,70	229,00	11,43
<i>Яблоко</i>	130	0,52	0,52	12,74	61,10	20,87
<i>Сок плодовый</i>	200	0,50	0,00	34,00	138,00	14,60
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	3,16	0,40	19,40	95,00	3,22
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,90	0,24	7,80	40,00	1,72
Итого		23,48	21,46	127,54	789,10	104,29

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 повидлом</i>	30//10	2,4	0,31	21,00	96	3,68
<i>Пудинг из творога со сгущенным молоком</i>	210//10	22,6	20	44	408	97,07
<i>Йогурт молочный 2,5% жирности</i>	270	8,80	5,40	13,80	232,00	54,60
<i>Чай с лимоном</i>	200//5	0,01	0,00	11,10	45,00	2,79
<i>Нарезка из свежих помидоров с маслом растительным</i>	60	0,70	3,10	2,30	41,00	7,16
<i>Суп из овощей с мясом</i>	200//15	5,70	7,50	15,40	123,00	35,77
<i>Гуляш из рыбы</i>	100	13,40	12,00	5,60	185,00	45,29
<i>Рис припущенный</i>	150	3,40	4,30	38,00	188,00	9,58
<i>Яблоко</i>	230	0,92	0,92	22,54	108,10	36,92
<i>Сок плодовый</i>	200	0,50	0,00	34,00	138,00	14,60
<i>Хлеб пшеничный</i>	30	2,30	0,30	14,60	70,00	2,42
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,90	0,24	7,80	40,00	1,72
Итого		61,63	54,07	230,14	1674,1	311,60

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 повидлом</i>	30//10	2,4	0,31	21	96	3,68
<i>Пудинг из творога со сгущенным молоком</i>	210//20	23,4	0	11,1	441	100,47
<i>Йогурт молочный 2,5% жирности</i>	270	8,8	5,4	13,8	232	54,60
<i>Чай с лимоном</i>	200//5	0,01	0	11,1	45	2,79
<i>Нарезка из свежих помидоров с маслом растительным</i>	100	1,80	5,10	4,30	69,00	11,89
<i>Суп из овощей с мясом</i>	250//20	4,60	7,30	19,30	159,00	40,23
<i>Гуляш из рыбы</i>	100	13,40	12,00	5,60	185,00	45,29
<i>Рис припущенный</i>	180	4,30	5,20	45,70	229,00	11,43
<i>Яблоко</i>	130	0,52	0,52	12,74	61,10	20,87
<i>Сок плодовый</i>	200	0,50	0,00	34,00	138,00	14,60
<i>Хлеб пшеничный</i>	40	3,16	0,40	19,40	95,00	3,22
<i>Хлеб ржаной</i>	40	1,80	0,48	15,60	80,00	3,44
Итого		64,69	36,71	213,64	1830,10	312,51