

СОГЛАСОВАНО
С директором образовательного учреждения
07.11.2025 г

УТВЕРЖДЕНО
Генеральным директором ООО "Резерв ШП"
Е. В. Константин
07.11.2025 г



МЕНЮ

07.11.2025

Приятного аппетита!

Меню разработано в соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и МР 2.4.0179-20

ШКОЛА №

ДЕНЬ 3

Прием пищи	Раздел	№ рецепт	Наименование блюд	Выход	Цена	ЭЦ, ккал	Б	Ж	У
завтрак 1-4 кл	доп блюдо гор блюдо гор блюдо напиток хлеб	89 612/32 249 10 пром	Сыр (порциями) Зразы из цыпл-бройл. с луком и яйцом /соус томатный/ Каша гречневая рассыпчатая с овощами (гречка, морковь, лук) Какао витаминизированное (какао "Витошка", молоко, сахар) Хлеб пшеничный (1)	10 70/40 160 210 45,9	13,99 54,30 17,56 18,44 3,71	30,00 104,20 210,60 105,00 138,00	2,60 7,30 3,80 3,90 3,16	2,70 7,21 6,60 3,10 0,32	0,00 14,20 33,70 15,20 20,80
			ИТОГО:	536	108,00	587,80	20,76	19,93	83,90
завтрак 5-11 кл	доп блюдо гор блюдо гор блюдо напиток хлеб	89 612/32 249 10 пром	Сыр (порциями) Зразы из цыпл-бройл. с луком и яйцом /соус томатный/ Каша гречневая рассыпчатая с овощами (гречка, морковь, лук) Какао витаминизированное (какао "Витошка", молоко, сахар) Хлеб пшеничный (1)	15 80/40 180 210 42,9	20,99 62,35 19,75 18,44 3,47	45,00 127,36 264,72 105,00 138,00	3,90 8,90 4,60 3,90 3,16	4,05 8,80 7,92 3,10 0,32	0,00 17,36 42,44 15,20 20,80
			ИТОГО:	568	125,00	680,08	24,46	24,19	95,80
обед 1-4 кл	1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб хлеб	95/77 318 214/233 5 пром	Суп-пюре из картофеля и кабачков , гренки Фрикасе из курицы (филе куриной грудки, морковь, лук) Рис отварной рассыпчатый /овощи припущеные (помидоры, болгарский перец, лук) Компот из свежих яблок Хлеб ржаной (2) Хлеб пшеничный(1)	200/20 90 140/30 200 30 21,4	40,35 68,97 29,85 7,46 2,64 1,73	159,14 143,50 321,50 61,00 68,55 69,00	4,06 11,88 6,60 0,10 2,76 1,58	8,50 11,30 7,20 0,10 0,45 0,16	17,40 17,60 43,70 15,41 13,00 10,40
			ИТОГО:	731	151,00	822,69	26,98	27,71	117,51
обед 5-11 кл	1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб хлеб	95/77 318 214/233 5 пром	Суп-пюре из картофеля и кабачков , гренки Фрикасе из курицы (филе куриной грудки, морковь, лук) Рис отварной рассыпчатый /овощи припущеные (помидоры, болгарский перец, лук) Компот из свежих яблок Хлеб ржаной (2) Хлеб пшеничный(1)	250/20 110 160/20 200 37,5 28	49,80 84,29 27,88 7,46 3,30 2,27	195,30 150,40 365,80 61,00 91,40 103,50	5,00 13,20 7,92 0,10 3,68 2,37	10,43 12,60 8,64 0,10 0,60 0,24	21,35 19,60 46,44 15,41 17,28 15,60
			ИТОГО:	826	175,00	967,40	32,27	32,61	135,68

1.Хлеб пшеничный - хлеб с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (В1; В2; В6; РР; фолиевая кислота, железо; кальций)

2.Хлеб ржаной - хлеб с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (В1; В2; В6; РР; фолиевая кислота, железо; кальций)

3.Для приготовления блюд используется йодированная соль.

4.Напиток промышленного производства, обогащенный витаминами А; Е; Д3; С; В1; В2; В6; В12; К1