

## М Е Н Ю

03.03.2026

Приятного аппетита!

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



ШКОЛА №

ДЕНЬ

7

Прием пищи	Раздел	№ рецепт	Наименование блюд	Выход	Цена	ЭЦ, ккал	Б	Ж	У
завтрак 1-4 кл	фрукты	161	Яблоки	1 шт	25,36	70,50	0,00	0,00	17,64
	гор блюдо	276/51	Запеканка творожная с тыквой, сгущенное молоко	140/20	81,95	305,40	13,20	16,50	32,11
	напиток	16	Кофейный напиток с молоком	200	8,81	108,70	4,10	3,30	18,60
	хлеб	пром	Хлеб пшеничный (1)	31,4	2,88	103,50	2,37	0,24	15,60
	<b>ИТОГО:</b>			<b>538</b>	<b>119,00</b>	<b>588,10</b>	<b>19,67</b>	<b>20,04</b>	<b>83,95</b>
завтрак 5-11 кл	фрукты	161	Яблоки	1 шт	25,36	70,50	0,00	0,00	17,64
	гор блюдо	276/51	Запеканка творожная с тыквой, сгущенное молоко	170/20	98,78	366,48	15,74	19,80	38,73
	напиток	16	Кофейный напиток с молоком	200	8,81	108,70	4,10	3,30	18,60
	хлеб	пром	Хлеб пшеничный (1)	44,2	4,05	138,00	3,16	0,32	20,80
	<b>ИТОГО:</b>			<b>581</b>	<b>137,00</b>	<b>683,68</b>	<b>23,00</b>	<b>23,42</b>	<b>95,77</b>
обед 1-4 кл	закуска	108	Салат из свеклы "Бурячок" (свекла, огурцы консервированные)	60	13,16	37,60	0,60	8,00	3,00
	1 блюдо	70	Куриный суп с макаронами (макаронные изделия, курица)	200	29,88	120,30	7,30	6,30	14,40
	2 блюдо	428	Жаркое по-домашнему (картофель, свинина, лук репчатый)	180	73,79	345,30	12,90	11,85	37,50
	напиток	5	Компот из свежих яблок	200	7,36	61,00	0,10	0,10	15,41
	доп блюдо	пром	Гематоген (4)	25	35,70	87,50	1,50	0,90	18,90
	хлеб	пром	Хлеб ржаной (2)	32,5	3,09	68,55	2,76	0,45	13,00
	хлеб	пром	Хлеб пшеничный (1)	33	3,02	103,50	2,37	0,24	15,60
	<b>ИТОГО:</b>			<b>731</b>	<b>166,00</b>	<b>823,75</b>	<b>27,53</b>	<b>27,84</b>	<b>117,81</b>
обед 5-11 кл	закуска	108	Салат из свеклы "Бурячок" (свекла, огурцы консервированные)	100	21,93	55,70	1,00	10,30	5,00
	1 блюдо	70	Куриный суп с макаронами (макаронные изделия, курица)	250	37,35	146,40	8,13	7,90	16,00
	2 блюдо	428	Жаркое по-домашнему (картофель, свинина, лук репчатый)	200	81,99	383,70	13,90	12,17	41,70
	напиток	5	Компот из свежих яблок	200	7,36	61,00	0,10	0,10	15,41
	доп блюдо	пром	Гематоген (4)	25	35,70	87,50	1,50	0,90	18,90
	хлеб	пром	Хлеб ржаной (2)	57	5,43	114,25	4,60	0,75	21,60
	хлеб	пром	Хлеб пшеничный (1)	35,4	3,24	103,50	2,37	0,24	15,60
	<b>ИТОГО:</b>			<b>867</b>	<b>193,00</b>	<b>952,05</b>	<b>31,60</b>	<b>32,36</b>	<b>134,21</b>

1. Хлеб пшеничный - хлеб с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (B1; B2; B6; PP; фолиевая кислота, железо; кальций)

2. Хлеб ржаной - хлеб с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (B1; B2; B6; PP; фолиевая кислота, железо; кальций)

3. Для приготовления блюд используется йодированная соль.

4. Продукт промышленного производства, обогащенный Fe