

СОГЛАСОВАНО
С директором образовательного учреждения
09.07.2026 г

УТВЕРЖДЕНО
Генеральный директор ООО "Резерв ШП"
Е. В. Лебединский 09.07.2026 г

МЕНЮ

09.07.2026

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

Приятного аппетита!

ШКОЛА №			ДЕНЬ 9						
Прием пищи	Раздел	№ рецепт	Наименование блюд	Выход	Цена	ЭЦ,ккал	Б	Ж	У
завтрак 7-11 лет	доп блюдо	пром	Биойогурт с фруктово-ягодным наполнителем (4)	125	36,89	138,13	3,75	3,13	23,75
	доп блюдо	262	Яйцо отварное	40	8,75	63,00	5,10	4,60	0,28
	гор блюдо	177/49	Каша молочная "Пять злаков"/ масло сливочное	200/10	35,99	257,30	6,80	11,20	42,50
	напиток	10	Какао витаминизированное (какао "Витошка") (5)	200	17,92	85,00	3,90	3,10	10,20
	хлеб	пром	Хлеб пшеничный (1)	30	2,89	103,50	2,37	0,24	15,60
			ИТОГО:	605	102,44	646,93	21,92	22,27	92,33
обед 7-11 лет	закуска	112	Салат из свежих огурцов и помидоров	60	20,74	33,60	0,48	5,34	1,56
	1 блюдо	68	Куриный суп с рисом и картофелем	200	35,28	101,30	7,90	5,47	8,40
	2 блюдо	318	Мясо тушеное в сметане (свинина)	50/50	93,73	128,30	11,50	9,30	3,90
	гарнир	249/271	Каша гречневая рассыпчатая с овощами /кабачки ту	140/20	26,68	245,60	4,10	9,60	31,70
	напиток	5	Компот из свежих яблок	200	7,45	61,00	0,10	0,10	15,41
	доп блюдо	пром	Зефир	50	13,69	163,00	0,50	0,00	40,00
	хлеб	пром	Хлеб ржаной (2)	30	3,00	68,55	2,76	0,45	13,00
	хлеб	пром	Хлеб пшеничный (1)	27,3	2,63	103,50	2,37	0,24	15,60
			ИТОГО:	827	203,20	904,85	29,71	30,50	129,57
			ИТОГО ЗА ДЕНЬ :	1432,00	305,64	1551,78	51,63	52,77	221,90
завтрак 12 лет и старше	доп блюдо	пром	Биойогурт с фруктово-ягодным наполнителем (4)	125	36,89	138,13	3,75	3,13	23,75
	доп блюдо	262	Яйцо отварное	40	8,75	63,00	5,10	4,60	0,28
	гор блюдо	177/49	Каша молочная "Пять злаков"/ масло сливочное	250/5	35,99	314,10	8,90	14,20	56,90
	напиток	10	Какао витаминизированное (какао "Витошка") (5)	200	17,92	85,00	3,90	3,10	10,20
	хлеб	пром	Хлеб пшеничный (1)	40	2,89	148,00	3,16	0,32	14,80
			ИТОГО:	660	102,44	748,23	24,81	25,35	105,93
обед 12 лет и старше	закуска	112	Салат из свежих огурцов и помидоров	100	20,74	56,00	0,80	7,90	2,60
	1 блюдо	68	Куриный суп с рисом и картофелем	250	35,28	136,60	9,90	6,80	12,50
	2 блюдо	318	Мясо тушеное в сметане (свинина)	50/50	93,73	142,20	12,80	9,30	5,30
	гарнир	249/271	Каша гречневая рассыпчатая с овощами /кабачки ту	150/30	26,68	294,70	4,90	10,50	39,04
	напиток	5	Компот из свежих яблок	200	7,45	61,00	0,10	0,10	15,41
	доп блюдо	пром	Зефир	50	13,69	163,00	0,50	0,00	40,00
	хлеб	пром	Хлеб ржаной (2)	40	3,00	91,40	3,68	0,60	17,28
	хлеб	пром	Хлеб пшеничный (1)	30	2,63	103,50	2,37	0,24	15,60
			ИТОГО:	950	203,20	1048,40	35,05	35,44	147,73
			ИТОГО ЗА ДЕНЬ :	1610,00	305,64	1796,63	59,86	60,79	253,66

- 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, содержащий термофильный молочный стрептококк, болгарскую палочку, бифидобактерии.
- 5.Напиток промышленного производства, обогащенный витаминами А; Е; D3; С; B1; B2; B6; B12; K1

Старший повар_____