

СОГЛАСОВАНО  
С директором образовательного учреждения  
19.12.2025 г

УТВЕРЖДЕНО  
Генеральным директором ООО "Резерв ШП"  
Е. В. Гавасюк  
19.12.2025 г

## МЕНЮ

19.12.2025

Приятного аппетита!

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



ШКОЛА №

ДЕНЬ 5

Прием пищи	Раздел	№ рецепт	Наименование блюд	Выход	Цена	ЭЦ, ккал	Б	Ж	У
завтрак 1-4 кл	гор блюдо напиток кондитерско хлеб	273/187/ 233 16 пром пром	Котлета из рыбы "Нежная" (минтай)/ Пюре картофельное /овоши припущеные (смесь ов) Кофеинный напиток с молоком Вафли Хлеб пшеничный (1)	80/130/20 200/10 25 46,5	88,74 8,81 6,69 3,76	280,54 108,70 62,00 138,00	10,70 4,10 1,46 3,16	14,30 3,30 1,91 0,32	34,80 18,60 9,80 20,80
			<b>ИТОГО:</b>	<b>512</b>	<b>108,00</b>	<b>589,24</b>	<b>19,42</b>	<b>19,83</b>	<b>84,00</b>
завтрак 5-11 кл	гор блюдо напиток кондитерско хлеб	273/187/ 233 16 пром пром	Котлета из рыбы "Нежная" (минтай)/ Пюре картофельное /овоши припущеные (смесь ов) Кофеинный напиток с молоком Вафли Хлеб пшеничный (1)	95/160/20 200/10 25 55,5	105,01 8,81 6,69 4,49	329,33 108,70 62,00 172,50	12,60 4,10 1,46 3,95	16,80 3,30 1,91 0,40	40,85 18,60 9,80 26,00
			<b>ИТОГО:</b>	<b>566</b>	<b>125,00</b>	<b>672,53</b>	<b>22,11</b>	<b>22,41</b>	<b>95,25</b>
обед 1-4 кл	закуска 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб хлеб	109 63/81 429 188 28 пром пром	Салат из свежей капусты Рассольник Ленинградский, сметана Гуляш (свинина) Отварные макаронные изделия Напиток из ягодной смеси Хлеб ржаной (2) Хлеб пшеничный (1)	80 200/5 90 160 200 31,9 36	10,28 28,42 76,49 17,57 12,52 2,81 2,91	57,60 121,30 138,00 235,80 102,00 68,55 103,50	0,48 5,55 11,73 3,90 0,20 2,76 2,37	5,34 5,70 9,30 6,80 0,10 0,45 0,24	1,56 13,10 6,40 43,20 25,00 13,00 15,60
			<b>ИТОГО:</b>	<b>803</b>	<b>151,00</b>	<b>826,75</b>	<b>26,99</b>	<b>27,93</b>	<b>117,86</b>
обед 5-11 кл	закуска 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб хлеб	109 63/81 429 188 28 пром пром	Салат из свежей капусты Рассольник Ленинградский, сметана Гуляш (свинина) Отварные макаронные изделия Напиток из ягодной смеси Хлеб ржаной (2) Хлеб пшеничный (1)	120 250/5 100 180 200 48 37,1	15,42 35,07 84,99 19,77 12,52 4,23 3,00	96,00 150,90 153,30 263,00 102,00 91,40 103,50	0,80 6,90 13,03 4,70 0,20 3,68 2,37	8,90 7,10 10,30 8,16 0,10 0,60 0,24	2,60 16,30 7,10 51,84 25,00 17,28 15,60
			<b>ИТОГО:</b>	<b>940</b>	<b>175,00</b>	<b>960,10</b>	<b>31,68</b>	<b>35,40</b>	<b>135,72</b>

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.