

## М Е Н Ю

30.01.2026

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

Приятного аппетита!



ШКОЛА №

ДЕНЬ 5

Прием пищи	Раздел	№ рецепт	Наименование блюд	Выход	Цена	ЭЦ, ккал	Б	Ж	У
дети ОВЗ завтрак 1-4 кл	гор блюдо напиток доп блюдо хлеб	617/18 2 пром пром	Котлета рыбная "Морское чудо" (минтай филе) /						
			Пюре картофельное /масло сливочное	70/160/5	98,55	300,54	14,70	13,10	36,30
			Чай с ягодами (чай черный байховый, свежемороженый)	200/10	8,65	59,60	0,30	0,10	14,30
			Печенье	50,00	8,03	89,63	1,38	6,33	12,42
			Хлеб пшеничный (1)	41,10	3,77	138,00	3,16	0,32	20,80
<b>ИТОГО:</b>				<b>536,00</b>	<b>119,00</b>	<b>587,77</b>	<b>19,54</b>	<b>19,85</b>	<b>83,82</b>
дети ОВЗ обед 1-4 кл	закуска 1 блюдо 2 блюдо напиток хлеб хлеб	142 63/81 428 пром пром пром	Салат из отварной моркови с яблоком и растительным маслом	60,00	11,05	48,00	0,60	3,00	5,10
			Рассольник Ленинградский, сметана ( мдж 15%)	200/10	30,94	121,30	4,40	4,70	13,10
			Плов (рис, свинина, морковь, лук репчатый, растительное масло)	200,00	73,31	336,80	11,20	13,80	52,30
			Коктейль молочный (4)	200,00	45,22	146,40	5,80	5,60	18,20
			Хлеб ржаной (2)	30,00	2,86	68,55	2,76	0,45	13,00
Хлеб пшеничный (1)	28,60	2,62	103,50	2,37	0,24	15,60			
<b>ИТОГО:</b>				<b>729,00</b>	<b>166,00</b>	<b>824,55</b>	<b>27,13</b>	<b>27,79</b>	<b>117,30</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ для детей ОВЗ 7-11 лет:</b>				<b>1265,00</b>	<b>285,00</b>	<b>1412,32</b>	<b>46,67</b>	<b>47,64</b>	<b>201,12</b>
дети ОВЗ завтрак 5-11 кл	гор блюдо напиток доп блюдо хлеб	7/187/ 2 пром пром	Котлета рыбная "Морское чудо" (минтай филе) /						
			Пюре картофельное /масло сливочное	90/170/5	115,64	359,18	16,90	16,50	43,10
			Чай с ягодами (чай черный байховый, свежемороженый)	200/10	8,65	59,60	0,30	0,10	14,30
			Печенье	50,00	8,03	89,63	1,38	6,33	12,42
			Хлеб пшеничный (1)	51,10	4,68	172,50	3,95	0,40	26,00
<b>ИТОГО:</b>				<b>576,00</b>	<b>137,00</b>	<b>680,91</b>	<b>22,53</b>	<b>23,33</b>	<b>95,82</b>
дети ОВЗ обед 5-11 кл	закуска 1 блюдо 2 блюдо напиток хлеб хлеб	142 63/81 428 пром пром пром	Салат из отварной моркови с яблоком и растительным маслом	100,00	18,42	80,00	1,00	5,00	8,50
			Рассольник Ленинградский, сметана ( мдж 15%)	250/10	37,75	141,60	5,50	5,90	14,38
			Плов (рис, свинина, морковь, лук репчатый, растительное масло)	230,00	84,31	370,20	12,40	15,30	56,10
			Коктейль молочный (4)	200,00	45,22	146,40	5,80	5,60	18,20
			Хлеб ржаной (2)	47,80	4,55	114,25	4,60	0,75	21,60
Хлеб пшеничный (1)	30,00	2,75	103,50	2,37	0,24	15,60			
<b>ИТОГО:</b>				<b>868,00</b>	<b>193,00</b>	<b>955,95</b>	<b>31,67</b>	<b>32,79</b>	<b>134,38</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ для детей ОВЗ 12 лет и старше:</b>				<b>1444,00</b>	<b>330,00</b>	<b>1636,86</b>	<b>54,20</b>	<b>56,12</b>	<b>230,20</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 всех блюд используется йодированная соль.