СОГЛАСОВАНО
С директором образовательного учреждения
07.10.2026 г

УТВЕРЖДЕНО
Генеральным директором ООО "Резерв ШП"
Е. В. Ковбасюк 07.10.2026 г




# М Е Н Ю

**07.10.2026**

Меню разработано в соответствии с рекомендациями лечащего врача

**Приятного аппетита!**

**ШКОЛА №** **ДЕНЬ 8**

| Прием пищи | Раздел | № рецепт | Наименование блюд | Выход | Цена | ЭЦ, ккал | Б | Ж | У |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | закуска | 161 | Яблоки | 1 шт | 27,30 | 39,20 | 0,00 | 0,00 | 9,80 |
| **обед** | 1 блюдо | 54/81 | Борщ Сибирский , сметана | 200/10 | 27,03 | 116,70 | 4,20 | 6,52 | 7,50 |
| **1-4 кл** | 2 блюдо | 414/40 | Тефтели рыбные (минтай)/ соус сметанный с томат | 80/30 | 66,74 | 140,70 | 10,60 | 12,60 | 10,30 |
| | гарнир | 214/233 | Рис отварной рассыпчатый /овощи припущенные (пе | 130/20 | 25,87 | 251,80 | 6,60 | 7,80 | 36,70 |
| | напиток | 28 | Напиток из ягодной смеси | 200 | 13,56 | 102,00 | 0,20 | 0,10 | 25,00 |
| | хлеб | пром | Хлеб ржаной (2) | 30 | 2,67 | 68,55 | 2,76 | 0,45 | 13,00 |
| | хлеб | пром | Хлеб пшеничный (1) | 30 | 2,83 | 103,50 | 2,37 | 0,24 | 15,60 |
| **Без репчатого лука, арахиса** | | | *** Все блюда приготавливаются без репчатого лука** | | | | | | |
| | | | **ИТОГО:** | **878** | **166,00** | **822,45** | **26,73** | **27,71** | **117,90** |
| | закуска | 161 | Яблоки | 1 шт | 27,30 | 39,20 | 0,00 | 0,00 | 9,80 |
| **обед** | 1 блюдо | 54 | Борщ Сибирский | 250 | 29,22 | 135,90 | 5,25 | 8,15 | 7,40 |
| **5-11 кл** | 2 блюдо | 414 | Тефтели рыбные (минтай)/ соус томатный | 100/30 | 82,29 | 146,30 | 11,80 | 14,00 | 10,44 |
| | гарнир | 214/233 | Рис отварной рассыпчатый /овощи припущенные (пе | 160/25 | 33,26 | 302,16 | 7,90 | 9,40 | 44,04 |
| **Без молока,** | напиток | 28 | Напиток из ягодной смеси | 200 | 13,56 | 102,00 | 0,20 | 0,10 | 25,00 |
| **кисломолочны** | хлеб | пром | Хлеб ржаной (2) | 40,00 | 3,56 | 91,40 | 3,68 | 0,60 | 17,28 |
| **кондитерских** | хлеб | пром | Хлеб пшеничный (1) | 40,4 | 3,81 | 138 | 3,16 | 0,32 | 20,8 |
| **сдобы** | | | | | | | | | |
| | | | **ИТОГО:** | **993** | **193,00** | **954,96** | **31,99** | **32,57** | **134,76** |

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 всех блюд используется йодированная соль.
4.Батончик-мюсли содержит в своем составе витамины B1; B2; B6; C; железо; пищевые волокна

Старший повар_____