

СОГЛАСОВАНО
С директором образовательного учреждения
20.10.2025 г

УТВЕРЖДЕНО
Генеральным директором ООО "Резерв ШП"
Е. В. Косовский 20.10.2025 г

МЕНЮ
20.10.2025
Приятного аппетита!

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



ШКОЛА №		ДЕНЬ 6							
Прием пищи	Раздел	№ рецепт	Наименование блюд	Выход	Цена	ЭЦ, ккал	Б	Ж	У
завтрак 1-4 кл	доп блюдо	89	Сыр (порциями)	15	20,99	30,00	2,60	2,70	0,00
	гор блюдо	282/32	Тефтели "Домашние" / соус томатный	60/50	60,78	112,70	10,10	6,90	5,40
	гор блюдо	249	Каша гречневая рассыпчатая с овощами (греча, мор	160	17,56	281,60	4,10	9,60	46,70
	напиток	2	Чай с лимоном (чай черный байховый, сахар, лимон	200/10/7	6,00	60,00	0,30	0,00	15,20
	хлеб	пром	Хлеб пшеничный (1)	33	2,67	103,50	2,37	0,24	15,60
			ИТОГО:	535	108,00	587,80	19,47	19,44	82,90
завтрак 5-11 кл	доп блюдо	89	Сыр (порциями)	25	34,98	45,00	3,90	4,05	0,00
	гор блюдо	282/32	Тефтели "Домашние" / соус томатный	60/50	60,78	112,70	10,10	6,90	5,40
	гор блюдо	249	Каша гречневая рассыпчатая с овощами (греча, мор	180	19,75	324,72	4,60	9,92	49,44
	напиток	2	Чай с лимоном (чай черный байховый, сахар, лимон	200/10/7	6,00	60,00	0,30	0,00	15,20
	хлеб	пром	Хлеб пшеничный (1)	43,1	3,49	138,00	3,16	0,32	25,80
			ИТОГО:	575	125,00	680,42	22,06	21,19	95,84
обед 1-4 кл	1 блюдо	78	Уха (горбуша консервированная,картофель, морков	200/20	36,37	123,90	5,80	5,44	7,80
	2 блюдо	428/127	Плов (свинина) / огурцы консервированные	200/20	78,92	416,80	15,80	18,80	52,30
	кондитерско	пром	Конфета	25	9,67	19,30	0,30	2,80	5,60
	напиток	пром	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	20,83	91,00	0,00	0,00	24,00
	хлеб	пром	Хлеб ржаной (2)	31,7	2,57	68,55	2,76	0,45	13,00
	хлеб	пром	Хлеб пшеничный (1)	30	2,64	103,50	2,37	0,24	15,60
			ИТОГО:	727	151,00	823,05	27,03	27,73	118,30
обед 5-11 кл	1 блюдо	78	Уха (горбуша консервированная,картофель, морков	250/25	45,47	154,87	7,25	6,80	9,75
	2 блюдо	428/127	Плов (свинина) / огурцы консервированные	230/25	91,51	479,32	18,17	21,62	60,15
	кондитерско	пром	Конфета	25	9,67	19,30	0,30	2,80	5,60
	напиток	пром	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	20,83	91,00	0,00	0,00	24,00
	хлеб	пром	Хлеб ржаной (2)	48,6	4,28	102,83	4,14	0,70	19,44
	хлеб	пром	Хлеб пшеничный (1)	40	3,24	103,50	2,37	0,24	15,60
			ИТОГО:	844	175,00	950,82	32,23	32,16	134,54

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.