

СОГЛАСОВАНО
С директором образовательного учреждения
30.01.2026 г

УТВЕРЖДЕНО
Генеральным директором ООО "Резерв ШП"
Е. В. Коваленко
30.01.2026 г

М Е Н Ю

30.01.2026

Меню разработано в соответствии с рекомендациями лечащего врача
Приятного аппетита!



ШКОЛА №

ДЕНЬ 5

Прием пищи	Раздел	№ рецепт	Наименование блюд	Выход	Цена	ЭЦ, ккал	Б	Ж	У
завтрак 5-11 кл	гор блюдо	17/187/4	Котлета рыбная "Морское чудо" (минтай филе) /	90/170/7	128,35	300,54	14,70	13,10	36,30
	напиток	2	Пюре картофельное /масло сливочное Чай с ягодами (чай черный байховый, свежемороженый) * Пюре картофельное готовят без молока	200/10	8,65	59,60	0,30	0,10	14,30
Без молока, пшеницы			ИТОГО:	477	137,00	360,14	15,00	13,20	50,60
обед 1-4 кл	закуска	142	Салат из отварной моркови с яблоком и растительным маслом	90	16,58	80,00	1,00	5,00	8,50
	1 блюдо	63/81	Рассольник Ленинградский, сметана (мдж 15%)	250/10	37,75	141,60	5,50	5,90	14,38
	2 блюдо	428	Плов (рис, свинина, морковь, лук репчатый, растительное масло)	230	84,31	370,20	12,40	15,30	56,10
	напиток	пром	Сок в потребительской упаковке	200	20,83	91,00	0,00	0,00	24,00
	хлеб	пром	Хлеб ржаной (2)	34,9	3,32	114,25	4,60	0,75	21,60
Без молока, сдобы, кондитерских, макарон	хлеб	пром	Хлеб пшеничный (1)	35,00	3,21	103,50	2,37	0,24	15,60
			ИТОГО:	850	166,00	900,55	25,87	27,19	140,18

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.

Старший повар _____