СОГЛАСОВАНО
С директором образовательного учреждения
16.10.2026 г

УТВЕРЖДЕНО
Генеральным директором ООО "Резерв ШП"
Е. В. Ковбасюк 16.10.2026 г



М Е Н Ю

16.10.2026

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
	закуска	142	Салат из отварной моркови с яблоком и растительны	60	11,63	48,00	0,60	3,00	3,10
обед	1 блюдо	63/81	Рассольник Ленинградский, сметана (мдж 15%)	200/10	31,73	121,30	4,40	6,70	7,10
1-4 кл	2 блюдо	428	Плов (рис, свинина, морковь, растительное масло)	220	81,69	343,80	17,20	17,30	42,30
	напиток	пром	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	21,42	91,00	0,00	0,00	24,00
	доп блюдо	пром	Зефир	50	13,69	81,50	0,25	0,00	20,00
Без репчатого	хлеб	пром	Хлеб ржаной (2)	30,00	2,67	68,55	2,76	0,45	13,00
лука,	хлеб	пром	Хлеб пшеничный (1)	33,6	3,17	69	1,58	0,16	10,4
арахиса									
			*** Все блюда приготавливаются без репчатого лука**						
			ИТОГО:	**804**	**166,00**	**823,15**	**26,79**	**27,61**	**119,90**
	фрукты	161	Яблоки	1 шт	24,78	39,20	0,00	0,00	9,80
обед	закуска	142	Салат из отварной моркови с яблоком и растительны	110	21,33	80,00	1,00	5,00	5,20
5-11 кл	1 блюдо	63	Рассольник Ленинградский	250	35,09	151,60	5,50	8,40	8,90
	2 блюдо	428	Плов (рис, свинина, морковь, лук репчатый, растите	230	85,40	343,80	17,20	17,30	42,30
Без молока,	напиток	пром	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	21,42	91,00	0,00	0,00	24,00
кисломолочны	хлеб	пром	Хлеб ржаной (2)	30	2,67	68,55	2,76	0,45	13,00
кондитерских	хлеб	пром	Хлеб пшеничный (1)	24,5	2,31	69,00	1,58	0,16	10,40
сдобы									
			ИТОГО:	**975**	**193,00**	**843,15**	**28,04**	**31,31**	**113,60**

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.

Старший повар_____