

СОГЛАСОВАНО
С директором образовательного учреждения
06.02.2026 г

УТВЕРЖДЕНО
Генеральным директором ООО "Резерв ШП"
Е. В. Гавасник
06.02.2026 г



МЕНЮ

06.02.2026

Приятного аппетита!

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

ШКОЛА №

ДЕНЬ 10

Прием пищи	Раздел	№ рецепт	Наименование блюд	Выход	Цена	ЭЦ, ккал	Б	Ж	У
завтрак 1-4 кл	гор блюдо напиток доп блюдо хлеб	199/271 2 пром пром	Омлет с рыбой запеченный (минтай) /кабачки тушен Чай с лимоном (чай черный байховый, сахар, лимон Печенье Хлеб пшеничный (1)	150/50 200/10/5 50 46,8	101,66 5,02 8,03 4,29	206,30 60,00 149,38 172,50	13,70 0,30 2,30 3,95	8,90 0,00 10,55 0,40	22,20 15,20 20,70 26,00
			ИТОГО:	512	119,00	588,18	20,25	19,85	84,10
завтрак 5-11 кл	гор блюдо напиток доп блюдо хлеб	199/271 2 пром пром	Омлет с рыбой запеченный (минтай) /кабачки тушен Чай с лимоном (чай черный байховый, сахар, лимон Печенье Хлеб пшеничный (1)	180/50 200/10/7 50 63,5	117,24 5,91 8,03 5,82	238,90 60,00 149,38 207,00	15,90 0,30 2,30 4,74	12,30 0,00 10,55 0,48	28,70 15,20 20,70 31,21
			ИТОГО:	561	137,00	655,28	23,24	23,33	95,81
обед 1-4 кл	1 блюдо 2 блюдо гарнir напиток хлеб хлеб	60/81 612/40 428/245 24 пром пром	Щи из квашеной капусты / сметана Зразы из свинины с луком и яйцом/ соус сметанный Картофель тушеный /горошек зеленый Напиток "Витошка" (4) Хлеб ржаной (2) Хлеб пшеничный (1)	200/10 80/30 130/20 200 28,8 29	29,29 70,44 46,56 14,31 2,74 2,66	119,50 148,30 281,00 102,00 68,55 103,50	5,10 11,20 5,50 0,20 2,76 2,37	5,43 13,90 7,60 0,10 0,45 0,24	8,50 11,90 43,60 25,00 13,00 15,60
			ИТОГО:	728	166,00	822,85	27,13	27,72	117,60
обед 5-11 кл	1 блюдо 2 блюдо гарнir напиток хлеб хлеб	60/81 612/40 428/245 24 пром пром	Щи из квашеной капусты / сметана Зразы из свинины с луком и яйцом/ соус сметанный Картофель тушеный /горошек зеленый Напиток "Витошка" (4) Хлеб ржаной (2) Хлеб пшеничный (1)	250/10 90/30 170/20 200 40 33,1	35,69 78,68 57,48 14,31 3,81 3,03	149,40 164,80 341,20 102,00 91,40 103,50	6,40 12,40 6,60 0,20 3,68 2,37	6,80 15,40 9,10 0,10 0,60 0,24	10,60 14,20 52,30 25,00 17,28 15,60
			ИТОГО:	843	193,00	952,30	31,65	32,24	134,98

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 блюд используется йодированная соль.

4.Напиток промышленного производства, обогащенный витаминами С; В1; В2; В6; В12; РР; А; Е; D3; пантотеновой кислотой, фолиевой кислотой; К1.