

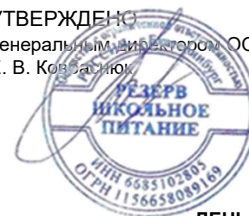
СОГЛАСОВАНО
С директором образовательного учреждения
12.03.2026 г

УТВЕРЖДЕНО
Генеральным директором ООО "Резерв ШП"
Е. В. Коваленко
12.03.2026 г

М Е Н Ю

12.03.2026

Меню разработано в соответствии с рекомендациями лечащего врача
Приятного аппетита!



ШКОЛА №

ДЕНЬ 3

| Прием пищи | Раздел | № рецепт | Наименование блюд | Выход | Цена | ЭЦ, ккал | Б | Ж | У |
|---|---------------|----------|---|---------------|---------------|---------------|--------------|---------------|--------------|
| завтрак 5-11 кл без молока кисломолочных пшеницы | гор блюдо | 603 | Гуляш из курицы (филе куриной грудки, лук репчатый) | 60/60 | 95,75 | 146,10 | 12,90 | 12,60 | 19,60 |
| | гор блюдо | 214/271 | Рис отварной рассыпчатый /кабачки тушеные (кабачки) | 160/40 | 38,44 | 277,80 | 4,32 | 8,64 | 40,44 |
| | напиток | 1 | Чай черный байховый с сахаром | 210 | 2,81 | 53,00 | 0,20 | 0,00 | 13,70 |
| | ИТОГО: | | | 530 | 137,00 | 476,90 | 17,42 | 21,24 | 73,74 |
| обед 1-4 кл Без молока, сдобы, кондитерских, макарон | 1 блюдо | 76/77 | Суп-пюре из цветной капусты*, гренки | 200/20 | 31,43 | 169,04 | 5,10 | 5,43 | 19,50 |
| | 2 блюдо | 603 | Гуляш из курицы (филе куриной грудки, лук репчатый) | 45/45 | 71,81 | 131,50 | 11,60 | 11,30 | 17,60 |
| | гарнир | 274/46 | Булгур / тыква, припущенная в сливочном масле (тыква) | 130/25 | 38,01 | 294,80 | 6,10 | 10,50 | 33,80 |
| | напиток | 15 | Кисель витаминизированный (5) | 200 | 18,29 | 90,00 | 0,00 | 0,00 | 23,00 |
| | хлеб | пром | Хлеб ржаной (2) | 47 | 4,63 | 68,55 | 2,76 | 0,45 | 13,00 |
| | хлеб | пром | Хлеб пшеничный(1) | 20,00 | 1,83 | 69,00 | 1,58 | 0,16 | 10,40 |
| * Суп приготавливается без молока | | | | | | | | | |
| ИТОГО: | | | 829 | 166,00 | 822,89 | 27,14 | 27,84 | 117,30 | |

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.

5.Напиток промышленного производства, обогащенный витаминами А; В1; В2; В5; С

Старший повар _____