СОГЛАСОВАНО
С директором образовательного учреждения
23.10.20266 г

УТВЕРЖДЕНО
Генеральным директором ООО "Резерв ШП"
Е. В. К[illegible]ок 23.10.2026 г

М Е Н Ю

23.10.2026

Приятного аппетита!

Меню разработано в соответствии с СанПиН 2.3/2.4.4282-26

ШКОЛА № **ДЕНЬ** **10**

Прием пищи	Раздел	№ рецепт	Наименование блюд	Выход	Цена	ЭЦ, ккал	Б	Ж	У
завтрак 1-4 кл	гор блюдо	199/271	Омлет с рыбой запеченный (минтай) /кабачки тушен	140/50	94,80	197,30	14,70	18,90	4,20
	напиток	2	Чай с лимоном (чай черный байховый, сахар, лимон	200/10/5	5,39	60,00	0,30	0,00	15,20
	доп блюдо	пром	Зефир	50	13,69	163,00	0,50	0,00	40,00
	хлеб	пром	Хлеб пшеничный (1)	54,3	5,12	172,50	3,95	0,40	26,00
			ИТОГО:	**509**	**119,00**	**592,80**	**19,45**	**19,30**	**85,40**
завтрак 5-11 кл	гор блюдо	199/271	Омлет с рыбой запеченный (минтай) /кабачки тушен	170/50	111,04	238,50	17,00	21,90	5,20
	напиток	2	Чай с лимоном (чай черный байховый, сахар, лимон	200/10/5	5,39	60,00	0,30	0,00	15,20
	доп блюдо	пром	Зефир	50	13,69	163,00	0,50	0,00	40,00
	хлеб	пром	Хлеб пшеничный (1)	73	6,88	228,60	5,53	0,56	35,40
			ИТОГО:	**558**	**137,00**	**690,10**	**23,33**	**22,46**	**95,80**
обед 1-4 кл	1 блюдо	66/81	Суп из овощей / сметана	200/10	28,19	119,50	5,10	5,43	8,50
	2 блюдо	612/40	Зразы из свинины с луком и яйцом/ соус сметанн с т	80/20	68,40	143,30	11,20	13,90	11,90
	гарнир	428/245	Картофель тушеный /тыква по-гречески	130/20	48,68	281,00	5,50	7,60	43,60
	напиток	24	Напиток "Витошка" (4)	200	14,31	102,00	0,20	0,10	25,00
	хлеб	пром	Хлеб ржаной (2)	35,1	3,12	68,55	2,76	0,45	13,00
	хлеб	пром	Хлеб пшеничный (1)	35	3,30	103,50	2,37	0,24	15,60
			ИТОГО:	**730**	**166,00**	**817,85**	**27,13**	**27,72**	**117,60**
обед 5-11 кл	1 блюдо	66/81	Суп из овощей / сметана	250/10	34,33	149,40	6,40	6,80	10,60
	2 блюдо	612/40	Зразы из свинины с луком и яйцом/ соус сметанн с т	90/40	79,59	159,20	12,40	15,40	13,20
	гарнир	428/245	Картофель тушеный /тыква по-гречески	160/20	57,08	337,20	6,60	9,10	52,30
	напиток	24	Напиток "Витошка" (4)	200	14,31	102,00	0,20	0,10	25,00
	хлеб	пром	Хлеб ржаной (2)	45	4,01	91,40	3,68	0,60	17,28
	хлеб	пром	Хлеб пшеничный (1)	39	3,68	103,50	2,37	0,24	15,60
			ИТОГО:	**854**	**193,00**	**942,70**	**31,65**	**32,24**	**133,98**

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.
4.Напиток промышленного производства, обогащенный витаминами C; B1; B2; B6; B12; PP; A; E; D3; пантотеновой кислотой, фолиевой кислотой; K1.

Старший повар_____