

## М Е Н Ю

09.04.2026

Приятного аппетита!

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



ШКОЛА №

ДЕНЬ

9

Прием пищи	Раздел	№ рецепт	Наименование блюд	Выход	Цена	ЭЦ, ккал	Б	Ж	У
завтрак 1-4 кл	гор блюдо	173/41	Биточки куриные "Новые" /соус сметанный с овощам	80/35	75,90	147,30	10,50	11,30	9,30
	гор блюдо	202/259	Макаронные изделия с сыром / кукуруза консервиро	130/20	29,52	221,97	5,12	6,40	35,40
	напиток	1	Чай черный байховый с сахаром	200/10	2,87	53,00	0,20	0,00	13,70
	доп блюдо	пром	Вафли	25	6,84	62,00	1,46	1,91	9,80
	хлеб	пром	Хлеб пшеничный (1)	42,2	3,87	103,50	2,37	0,24	15,60
<b>ИТОГО:</b>				<b>542</b>	<b>119,00</b>	<b>587,77</b>	<b>19,65</b>	<b>19,85</b>	<b>83,80</b>
завтрак 5-11 кл	гор блюдо	173/41	Биточки куриные "Новые" /соус сметанный с овощам	90/40	85,53	163,70	11,67	13,50	9,30
	гор блюдо	202/259	Макаронные изделия с сыром / кукуруза консервиро	150/30	37,42	266,36	6,14	7,68	42,48
	напиток	1	Чай черный байховый с сахаром	200/10	2,87	53,00	0,20	0,00	13,70
	доп блюдо	пром	Вафли	25	6,84	62,00	1,46	1,91	9,80
	хлеб	пром	Хлеб пшеничный (1)	47,4	4,34	138,00	3,16	0,32	20,80
<b>ИТОГО:</b>				<b>592</b>	<b>137,00</b>	<b>683,06</b>	<b>22,63</b>	<b>23,41</b>	<b>96,08</b>
обед 1-4 кл	1 блюдо	95/77	Суп-пюре из картофеля и кабачков , гренки	200/20	34,29	139,14	4,06	8,50	13,40
	2 блюдо	603	Гуляш из курицы (филе куриной грудки, лук репчатый)	45/45	71,84	131,50	11,60	11,30	17,60
	гарнир	189/233	Каша рассыпчатая гречневая /овощи припущенные (	130/20	27,26	287,50	5,60	7,20	32,20
	доп блюдо	пром	Конфеты (4)	2 шт/5 г	6,78	36,10	1,50	0,10	7,30
	напиток	пром	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	21,42	91,00	0,00	0,00	24,00
	хлеб	пром	Хлеб ржаной (2)	27,1	2,58	68,55	2,76	0,45	13,00
	хлеб	пром	Хлеб пшеничный (1)	20	1,83	69,00	1,58	0,16	10,40
<b>ИТОГО:</b>				<b>712</b>	<b>166,00</b>	<b>822,79</b>	<b>27,10</b>	<b>27,71</b>	<b>117,90</b>
обед 5-11 кл	1 блюдо	95/77	Суп-пюре из картофеля и кабачков , гренки	250/20	42,14	173,90	5,20	10,63	16,90
	2 блюдо	603	Гуляш из курицы (филе куриной грудки, лук репчатый)	50/50	79,82	146,10	12,90	12,60	19,60
	гарнир	189/233	Каша рассыпчатая гречневая /овощи припущенные (	160/30	36,93	345,00	6,70	8,64	38,64
	доп блюдо	пром	Конфеты (4)	2 шт/5 г	6,78	36,10	1,50	0,10	7,30
	напиток	пром	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	21,42	91,00	0,00	0,00	24,00
	хлеб	пром	Хлеб ржаной (2)	42,9	4,08	91,40	3,68	0,60	17,28
	хлеб	пром	Хлеб пшеничный (1)	20	1,83	69,00	1,58	0,16	10,40
<b>ИТОГО:</b>				<b>828</b>	<b>193,00</b>	<b>952,50</b>	<b>31,56</b>	<b>32,73</b>	<b>134,12</b>

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.Молочные конфеты "Ешь, как пьешь". 2 шт (5 г) = 70 г молока