



## МЕНЮ

03.02.2026

Приятного аппетита!

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

ШКОЛА №

ДЕНЬ 7

| Прием пищи      | Раздел  | № рецепт                                      | Наименование блюд  | Выход   | Цена   | ЭЦ, ккал  | Б   | Ж   | У  |
|-----------------|---|---|--|---|--|---|---|---|--|
| завтрак 1-4 кл  | фрукты<br>гор блюдо<br>напиток<br>хлеб                                | 161<br>276/51<br>16<br>пром                   | Яблоки<br>Запеканка творожная с тыквой, сгущенное молоко<br>Кофейный напиток с молоком<br>Хлеб пшеничный (1)   | 1 шт<br>140/20<br>200<br>31,4                       | 25,36<br>81,95<br>8,81<br>2,88                                     | 70,50<br>305,40<br>108,70<br>103,50                                     | 0,00<br>13,20<br>4,10<br>2,37                                 | 0,00<br>16,50<br>3,30<br>0,24                                   | 17,64<br>32,11<br>18,60<br>15,60                           |
|                 |   |   | <b>ИТОГО:</b>  | <b>538</b>  | <b>119,00</b>  | <b>588,10</b>   | <b>19,67</b>  | <b>20,04</b>  | <b>83,95</b>   |
| завтрак 5-11 кл | фрукты<br>гор блюдо<br>напиток<br>хлеб                                | 161<br>276/51<br>16<br>пром                   | Яблоки<br>Запеканка творожная с тыквой, сгущенное молоко<br>Кофейный напиток с молоком<br>Хлеб пшеничный (1)   | 1 шт<br>170/20<br>200<br>44,2                       | 25,36<br>98,78<br>8,81<br>4,05                                     | 70,50<br>366,48<br>108,70<br>138,00                                     | 0,00<br>15,74<br>4,10<br>3,16                                 | 0,00<br>19,80<br>3,30<br>0,32                                   | 17,64<br>38,73<br>18,60<br>20,80                           |
|                 |   |   | <b>ИТОГО:</b>  | <b>581</b>  | <b>137,00</b>  | <b>683,68</b>   | <b>23,00</b>  | <b>23,42</b>  | <b>95,77</b>   |
| обед 1-4 кл     | закуска<br>1 блюдо<br>2 блюдо<br>напиток<br>доп блюдо<br>хлеб<br>хлеб | 108<br>70<br>428<br>5<br>пром<br>пром<br>пром | Салат из свеклы "Бурячок" (свекла, огурцы консервы<br>Куриный суп с макаронами ( макаронные изделия,<br>Жаркое по-домашнему (картофель, свинина, лук реп<br>Компот из свежих яблок<br>Гематоген (4)<br>Хлеб ржаной (2)<br>Хлеб пшеничный (1) | 60<br>200<br>180<br>200<br>25<br>32,5<br>33         | 13,16<br>29,88<br>73,79<br>7,36<br>35,70<br>3,09<br>3,02           | 37,60<br>120,30<br>345,30<br>61,00<br>87,50<br>68,55<br>103,50          | 0,60<br>7,30<br>12,90<br>0,10<br>1,50<br>2,76<br>2,37         | 8,00<br>6,30<br>11,85<br>0,10<br>0,90<br>13,00<br>0,24          | 3,00<br>14,40<br>37,50<br>15,41<br>18,90<br>13,00<br>15,60 |
|                 |   |   | <b>ИТОГО:</b>  | <b>731</b>  | <b>166,00</b>  | <b>823,75</b>   | <b>27,53</b>  | <b>27,84</b>  | <b>117,81</b>  |
| обед 5-11 кл    | закуска<br>1 блюдо<br>2 блюдо<br>напиток<br>доп блюдо<br>хлеб<br>хлеб | 108<br>70<br>428<br>5<br>пром<br>пром<br>пром | Салат из свеклы "Бурячок" (свекла, огурцы консервы<br>Куриный суп с макаронами ( макаронные изделия,<br>Жаркое по-домашнему (картофель, свинина, лук реп<br>Компот из свежих яблок<br>Гематоген (4)<br>Хлеб ржаной (2)<br>Хлеб пшеничный (1) | 100<br>250<br>200<br>200<br>200<br>25<br>57<br>35,4 | 21,93<br>37,35<br>81,99<br>7,36<br>35,70<br>5,43<br>114,25<br>3,24 | 55,70<br>146,40<br>383,70<br>61,00<br>87,50<br>114,25<br>4,60<br>103,50 | 1,00<br>8,13<br>13,90<br>0,10<br>1,50<br>4,60<br>0,75<br>2,37 | 10,30<br>7,90<br>12,17<br>0,10<br>0,90<br>21,60<br>0,24<br>0,24 | 5,00<br>16,00<br>41,70<br>15,41<br>18,90<br>21,60<br>15,60 |
|                 |   |   | <b>ИТОГО:</b>  | <b>867</b>  | <b>193,00</b>  | <b>952,05</b>   | <b>31,60</b>  | <b>32,36</b>  | <b>134,21</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.Продукт промышленного производства, обогащенный Fe