

СОГЛАСОВАНО
С директором образовательного учреждения
16.01.2026 г

УТВЕРЖДЕНО
Генеральным директором ООО "Резерв ШП"
Е. В. Коваленко
16.01.2026 г

М Е Н Ю

16.01.2026

Меню разработано в соответствии с рекомендациями лечащего врача
Приятного аппетита!



ШКОЛА №

ДЕНЬ 5

Прием пищи	Раздел	№ рецепт	Наименование блюд	Выход	Цена	ЭЦ, ккал	Б	Ж	У
завтрак 5-11 кл	гор блюдо	402	Рыба (филе минтая), тушеная с овощами	100	92,96	210,00	20,90	11,70	4,90
	гор блюдо	219/49	Картофель отварной/масло сливочное	150/5	41,23	152,00	3,00	0,60	24,45
	напиток	1	Чай с сахаром	200	2,81	53,00	0,20	0,00	13,70
	ИТОГО:			455	137,00	415,00	24,10	12,30	43,05
обед 1-4 кл	закуска	109	Салат из свежей капусты	60	5,08	57,60	0,48	5,34	1,56
	1 блюдо	63/81	Рассольник Ленинградский, сметана	250/5	35,92	121,30	5,55	5,70	13,10
	2 блюдо	429	Гуляш (свинина)	90	80,02	138,00	11,73	9,30	6,40
	гарнир	219	Картофель отварной	120	24,81	152,00	3,00	0,60	24,45
	напиток	28	Напиток из ягодной смеси	200	13,49	102,00	0,20	0,10	25,00
	хлеб	пром	Хлеб ржаной (2)	35,00	3,33	68,55	2,76	0,45	13,00
	хлеб	пром	Хлеб пшеничный (1)	37	3,35	103,5	2,37	0,24	15,6
ИТОГО:			797	166,00	742,95	26,09	21,73	99,11	

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.

Старший повар _____