

МЕНЮ

04.06.2026

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

Приятного аппетита!

ШКОЛА №			ДЕНЬ 4						
Прием пищи	Раздел	№ рецепт	Наименование блюд	Выход	Цена	ЭЦ,ккал	Б	Ж	У
завтрак 7-11 лет	доп. блюдо	пром	Биойогурт с фруктово-ягодным наполнителем (4)	125	36,89	138,13	3,75	3,13	23,75
	доп. блюдо	172	Горячий бутерброд с сыром и шпинатом	45	27,12	127,00	8,40	8,20	22,60
	гор. блюдо	201/49	Каша молочная рисовая/ масло сливочное	200/5	24,51	228,10	3,70	7,30	28,10
	напиток	10	Какао витаминизированное (какао "Витошка", молоко	200	17,92	85,00	3,90	3,10	10,20
	хлеб	пром	Хлеб пшеничный (1)	20	1,83	69,00	1,58	0,16	10,40
			ИТОГО:	595	108,27	647,23	21,33	21,89	95,05
обед 7-11 лет	закуска	111	Салат "Здоровье"(капуста белокочанная, огурец све	60	11,70	34,30	0,48	4,50	3,30
	1 блюдо	95/77	Суп-пюре из картофеля и кабачков , гренки	200/20	34,29	139,14	6,20	9,50	13,40
	2 блюдо	429	Гуляш (свинина, томатн паста, лук репч, масло слив	50/50	88,94	148,00	11,20	9,30	10,40
	гарнир	188/233	Отварные макаронные изделия /овощи припущенны	130/30	32,11	262,50	4,60	6,30	39,30
	напиток	24	Напиток "Витошка" (6)	200	14,31	102,00	0,20	0,10	25,00
	доп. блюдо	пром	Конфеты (7)	7,5/3 шт	10,17	24,00	1,00	0,00	5,00
	хлеб	пром	Хлеб ржаной (2)	36,4	3,47	91,40	3,68	0,60	17,28
	хлеб	пром	Хлеб пшеничный (1)	26	2,38	103,50	2,37	0,24	15,60
			ИТОГО:	810	197,37	904,84	29,73	30,54	129,28
			ИТОГО ЗА ДЕНЬ :	1405,00	305,64	1552,07	51,06	52,43	224,33
завтрак 12 лет и старше	доп. блюдо	пром	Биойогурт с фруктово-ягодным наполнителем (4)	125	36,89	138,13	3,75	3,13	23,75
	доп. блюдо	172	Горячий бутерброд с сыром и шпинатом	45	27,12	127,00	8,40	8,20	22,60
	гор. блюдо	201/49	Каша молочная рисовая/ масло сливочное	250/5	24,51	295,13	6,60	10,70	35,13
	напиток	10	Какао витаминизированное (какао "Витошка", молоко	200	17,92	85,00	3,90	3,10	10,20
	хлеб	пром	Хлеб пшеничный (1)	30	1,83	103,50	2,37	0,24	15,60
			ИТОГО:	655	108,27	748,76	25,02	25,37	107,28
обед 12 лет и старше	закуска	111	Салат "Здоровье"(капуста белокочанная, огурец све	100	11,70	57,17	0,80	7,50	5,50
	1 блюдо	95/77	Суп-пюре из картофеля и кабачков , гренки	250/20	34,29	165,80	7,60	11,70	16,45
	2 блюдо	429	Гуляш (свинина, томатн паста, лук репч, масло слив	50/50	88,94	154,40	12,80	10,30	11,60
	гарнир	188/233	Отварные макаронные изделия /овощи припущенны	150/30	32,11	315,00	5,50	7,56	47,20
	напиток	24	Напиток "Витошка" (6)	200	14,31	102,00	0,20	0,10	25,00
	доп. блюдо	пром	Конфеты (7)	7,5	10,17	24,00	1,00	0,00	5,00
	хлеб	пром	Хлеб ржаной (2)	40	3,47	91,40	3,68	0,60	17,28
	хлеб	пром	Хлеб пшеничный (1)	40	2,38	138,00	3,16	0,32	20,80
			ИТОГО:	938	197,37	1047,77	34,74	38,08	148,83
			ИТОГО ЗА ДЕНЬ :	1593,00	305,64	1796,53	59,76	63,45	256,11

- 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, содержащий термофильный молочный стрептококк, болгарскую палочку, бифидобактерии.
- 5.Напиток промышленного производства, обогащенный витаминами А; Е; D3; С; B1; B2; B6; B12; K1
- 6.Напиток промышленного производства, обогащенный витаминами С; B1; B2; B6; B12; PP; А; Е; D3; пантотеновой кислотой, фолиевой кислотой; K1.
- 7.Молочные конфеты "Ешь, как пьешь". 3 шт (7,5 г) = 100 г молока