

СОГЛАСОВАНО
С директором образовательного учреждения
19.12.2025 г

УТВЕРЖДЕНО
Генеральным директором ООО "Резерв ШП"
Е. В. Ковалевой
19.12.2025 г



МЕНЮ

19.12.2025

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 гор блюдо напиток	402 219 1	Рыба (филе минтая), тушеная с овощами Картофель отварной Чай с сахаром	100 160 200	88,59 33,6 2,81	210,00 152,00 53,00	20,90 3,00 0,20	11,70 0,60 0,00	4,90 24,45 13,70
Без молока, пшеницы									
			ИТОГО:	460	125,00	415,00	24,10	12,30	43,05
обед 1-4 кл	закуска 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток	109 63/81 429 219 28	Салат из свежей капусты Рассольник Ленинградский, сметана Гуляш (свинина) Картофель отварной Напиток из ягодной смеси	60 200/5 90 100 200	7,71 28,42 76,49 20,68 12,52	57,60 121,30 138,00 152,00 102,00	0,48 5,55 11,73 3,00 0,20	5,34 5,70 9,30 0,60 0,10	1,56 13,10 6,40 24,45 25,00
Без молока, сдобы, кондитерских, макарон	хлеб хлеб	пром пром	Хлеб ржаной (2) Хлеб пшеничный (1)	31,20 30	2,75 2,43	68,55 103,5	2,76 2,37	0,45 0,24	13,00 15,6
			ИТОГО:	715	151,00	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.