

СОГЛАСОВАНО
С директором образовательного учреждения
19.12.2025 г

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

Старший повар_____