

СОГЛАСОВАНО
С директором образовательного учреждения
25.09.2025 г

УТВЕРЖДЕНО
Генеральным директором ООО "Резерв ШП"
Е. В. Косовский 25.09.2025 г

М Е Н Ю
25.09.2025
Приятного аппетита!

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



ШКОЛА №		ДЕНЬ 9							
Прием пищи	Раздел	№ рецепт	Наименование блюд	Выход	Цена	ЭЦ, ккал	Б	Ж	У
завтрак 1-4 кл	доп блюдо	262	Яйцо отварное	40	10,91	63,00	5,10	4,60	0,28
	гор блюдо	428	Жаркое по-домашнему (картофель, филе куриное, л	190	78,23	216,60	6,80	10,10	35,30
	напиток	16	Кофейный напиток с молоком (молоко 2,5%, кофейн	200/10	8,84	108,70	4,10	3,30	18,60
	кондитерско	пром	Вафли	25	6,69	62,00	1,46	1,91	9,80
	хлеб	53	Хлеб пшеничный (1)	40	3,33	138,00	3,16	0,32	20,80
ИТОГО:				505	108,00	588,30	20,62	20,23	84,78
завтрак 5-11 кл	доп блюдо	262	Яйцо отварное	40	10,91	63,00	5,10	4,60	0,28
	гор блюдо	428	Жаркое по-домашнему (картофель, филе куриное, л	230	93,87	277,20	8,23	12,80	41,60
	напиток	16	Кофейный напиток с молоком (молоко 2,5%, кофейн	200/10	8,84	108,70	4,10	3,30	18,60
	кондитерско	пром	Вафли	25	6,69	62,00	1,46	1,91	9,80
	хлеб	53	Хлеб пшеничный (1)	50	4,69	172,50	3,95	0,40	26,00
ИТОГО:				555	125,00	683,40	22,84	23,01	96,28
обед 1-4 кл	фрукты	161	Яблоки	1 шт	25,88	70,50	0,00	0,00	17,64
	1 блюдо	54/81	Борщ Сибирский, сметана	200/5	24,61	96,70	4,20	4,52	4,50
	2 блюдо	308/40	Тефтели (,свинина) соус соус сметанный с томатом	70/20	52,26	131,60	11,30	13,40	3,70
	гарнир	189/233	Каша рассыпчатая гречневая /овощи припущенные	130/20	24,01	286,50	6,20	9,20	35,20
	напиток	15	Кисель (4)	200	18,29	67,00	0,30	0,00	28,20
	хлеб	53	Хлеб ржаной (2)	30	3,12	68,55	2,76	0,45	13,00
	хлеб	57	Хлеб пшеничный (1)	30	2,83	103,50	2,37	0,24	15,60
	ИТОГО:			885	151,00	824,35	27,13	27,81	117,84
обед 5-11 кл	фрукты	161	Яблоки	1 шт	25,88	70,50	0,00	0,00	17,64
	1 блюдо	54/81	Борщ Сибирский, сметана	250/5	30,31	120,30	5,20	5,62	5,60
	2 блюдо	308/40	Тефтели (,свинина) соус соус сметанный с томатом	80/20	66,35	146,20	12,60	14,90	4,10
	гарнир	189/233	Каша рассыпчатая гречневая /овощи припущенные	150/30	28,20	355,84	7,44	11,04	46,24
	напиток	15	Кисель (4)	200	18,29	67,00	0,30	0,00	28,20
	хлеб	53	Хлеб ржаной (2)	40	3,52	91,40	3,68	0,60	17,28
	хлеб	57	Хлеб пшеничный (1)	30	2,45	103,50	2,37	0,24	15,60
	ИТОГО:			985	175,00	954,74	31,59	32,40	134,66

- 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.Напиток промышленного производства, обогащенный витаминами А; B1; B2; B5; C