

СОГЛАСОВАНО
С директором образовательного учреждения
12.09.2025 г

УТВЕРЖДЕНО
Генеральным директором ООО "Резерв ШП"
Е. В. Коваленок
12.09.2025 г

М Е Н Ю

12.09.2025

Меню разработано в соответствии с рекомендациями лечащего врача
Приятного аппетита!



ШКОЛА №

ДЕНЬ 10

Прием пищи	Раздел	№ рецепт	Наименование блюд	Выход	Цена	ЭЦ, ккал	Б	Ж	У
завтрак 5-11 кл Без молока, кисломолочных пшеницы	гор блюдо	403	Котлеты рыбные (горбуша) *	90	73,69	138,76	12,84	13,80	5,04
	гор блюдо	191/271	Рис припущенный с овощами /кабачки тушеные	150/40	36,36	271,28	5,40	9,40	40,32
	напиток	24	Напиток "Витошка" (4)	200	14,95	102,00	0,20	0,10	25,00
				* Блюдо приготавливается без панировки и пшеничного хлеба					
			ИТОГО:	480	125,00	512,04	18,44	23,30	70,36
обед 1-4 кл Без молока, сдобы, кондитерских, макарон	1 блюдо	76/77	Суп-пюре из цветной капусты*, гренки	200/20	29,28	169,04	5,10	5,43	19,50
	2 блюдо	285/40	Голубцы ленивые/соус соус сметанный с томатом	70/30	70,36	148,30	11,20	14,30	11,90
	гарнир	187/259	Пюре картофельное */кукуруза консервированная	150/20	42,55	281,00	5,50	7,60	43,60
	напиток	1	Чай черный байховый с сахаром	200	2,91	53,00	0,20	0,00	13,70
	хлеб	пром	Хлеб ржаной (2)	34,9	3,07	68,55	2,76	0,45	13,00
	хлеб	пром	Хлеб пшеничный (1)	35,00	2,83	103,50	2,37	0,24	15,60
			* Блюда готовятся без молока						
			ИТОГО:	760	151,00	823,39	27,13	28,02	117,30
обед 5-11 кл Без молока (казеин), пшеницы	1 блюдо	76	Суп-пюре из цветной капусты*	250,00	32,59	207,50	6,30	6,70	24,00
	2 блюдо	285/259	Голубцы ленивые/кукуруза консервированная	140/30	139,50	164,80	12,40	16,00	13,20
	напиток	1	Чай черный байховый с сахаром	200	2,91	53,00	0,20	0,00	13,70
			* Блюда готовятся без молока						
			ИТОГО:	620	175,00	425,30	18,90	22,70	50,90

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 всех блюд используется йодированная соль.

4.Напиток промышленного производства, обогащенный витаминами С; B1; B2; B6; B12; PP; А; Е; D3; пантотеновой кислотой, фолиевой кислотой; K1.

Старший повар _____