

СОГЛАСОВАНО  
С директором образовательного учреждения  
23.10.2025 г

УТВЕРЖДЕНО  
Генеральным директором ООО "Резерв ШП"  
Е. В. Кобоснюк 23.10.2025 г

МЕНЮ  
23.10.2025  
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<br>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  | 200    | 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)                               | 41,1   | 3,33   | 138,00   | 3,16  | 0,32  | 20,80  |
| ИТОГО:             |             |          |                                                  | 516    | 108,00 | 588,30   | 20,62 | 20,23 | 84,78  |
| завтрак<br>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  | 240    | 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)                               | 58     | 4,69   | 172,50   | 3,95  | 0,40  | 26,00  |
| ИТОГО:             |             |          |                                                  | 573    | 125,00 | 683,40   | 22,84 | 23,01 | 96,28  |
| обед<br>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    | 130/25 | 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)                                  | 35,4   | 3,12   | 68,55    | 2,76  | 0,45  | 13,00  |
|                    | хлеб        | 57       | Хлеб пшеничный (1)                               | 35     | 2,83   | 103,50   | 2,37  | 0,24  | 15,60  |
|                    | ИТОГО:      |          |                                                  | 870    | 151,00 | 824,35   | 27,13 | 27,81 | 117,84 |
| обед<br>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 | 90/20  | 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)                               | 30,3   | 2,45   | 103,50   | 2,37  | 0,24  | 15,60  |
|                    | ИТОГО:      |          |                                                  | 965    | 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

Старший повар\_\_\_\_\_