СОГЛАСОВАНО
С директором образовательного учреждения
02.10.2026 г

УТВЕРЖДЕНО
Генеральным директором ООО "Резерв ШП"
Е. В. Кобзарчук 02.10.2026 г

М Е Н Ю

02.10.2026

Приятного аппетита!

Меню разработано в соответствии с СанПиН 2.3/2.4.4282-26

ШКОЛА № **ДЕНЬ 5**

Прием пищи	Раздел	№ рецепт	Наименование блюд	Выход	Цена	ЭЦ, ккал	Б	Ж	У
завтрак 1-4 кл	гор блюдо	617/187/49	Котлета рыбная "Морское чудо" (минтай филе) / Пюре картофельное	75/160	98,22	300,54	14,70	13,10	36,30
	напиток	2	Чай с ягодами (чай черный байховый, свежезаморож	200/10	8,76	59,60	0,30	0,10	14,30
	доп блюдо	пром	Печенье	50	8,57	89,63	1,38	6,33	12,42
	хлеб	пром	Хлеб пшеничный (1)	36,6	3,45	138,00	3,16	0,32	20,80
			ИТОГО:	**532**	**119,00**	**587,77**	**19,54**	**19,85**	**83,82**
завтрак 5-11 кл	гор блюдо	617/187/49	Котлета рыбная "Морское чудо" (минтай филе) / Пюре картофельное	90/180	115,07	358,80	17,04	16,08	43,20
	напиток	2	Чай с ягодами (чай черный байховый, свежезаморож	200/10	8,76	59,60	0,30	0,10	14,30
	доп блюдо	пром	Печенье	50	8,57	89,63	1,38	6,33	12,42
	хлеб	пром	Хлеб пшеничный (1)	48,8	4,60	172,50	3,95	0,40	26,00
			ИТОГО:	**579**	**137,00**	**680,53**	**22,67**	**22,91**	**95,92**
обед 1-4 кл	закуска	142	Салат из отварной моркови с яблоком и растительны	60	11,45	48,00	0,60	3,00	3,10
	1 блюдо	63/81	Рассольник Ленинградский, сметана (мдж 15%)	200/10	31,73	121,30	4,40	6,70	7,10
	2 блюдо	428	Плов (рис, свинина, морковь, лук репчатый, растител	220	81,69	343,80	17,20	17,30	42,30
	напиток	пром	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	21,42	91,00	0,00	0,00	24,00
	доп блюдо	пром	Зефир	50	13,69	81,50	0,25	0,00	20,00
	хлеб	пром	Хлеб ржаной (2)	30	2,67	68,55	2,76	0,45	13,00
	хлеб	пром	Хлеб пшеничный (1)	35,5	3,35	69,00	1,58	0,16	10,40
			ИТОГО:	**806**	**166,00**	**823,15**	**26,79**	**27,61**	**119,90**
обед 5-11 кл	закуска	142	Салат из отварной моркови с яблоком и растительны	110	20,99	80,00	1,00	5,00	5,20
	1 блюдо	63/81	Рассольник Ленинградский, сметана (мдж 15%)	250/10	38,75	151,60	5,50	8,40	8,90
	2 блюдо	428	Плов (рис, свинина, морковь, лук репчатый, растител	250	92,83	410,20	21,00	18,30	51,70
	напиток	пром	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	21,42	91,00	0,00	0,00	24,00
	доп блюдо	пром	Зефир	50	13,69	81,50	0,25	0,00	20,00
	хлеб	пром	Хлеб ржаной (2)	30	2,67	68,55	2,76	0,45	13,00
	хлеб	пром	Хлеб пшеничный (1)	28,1	2,65	69,00	1,58	0,16	10,40
			ИТОГО:	**928**	**193,00**	**951,85**	**32,09**	**32,31**	**133,20**

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_____