

СОГЛАСОВАНО  
С директором образовательного учреждения  
01.10.2025 г

УТВЕРЖДЕНО  
Генеральным директором ООО "Резерв ШП"  
Е. В. Козловский  
01.10.2025 г

МЕНЮ  
01.10.2025  
Приятного аппетита!

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



| ШКОЛА №            |           | ДЕНЬ 3   |                                                    |        |        |          |       |       |        |
|--------------------|-----------|----------|----------------------------------------------------|--------|--------|----------|-------|-------|--------|
| Прием пищи         | Раздел    | № рецепт | Наименование блюд                                  | Выход  | Цена   | ЭЦ, ккал | Б     | Ж     | У      |
| завтрак<br>1-4 кл  | доп блюдо | 89       | Сыр (порциями)                                     | 10     | 13,99  | 30,00    | 2,60  | 2,70  | 0,00   |
|                    | гор блюдо | 612/32   | Зразы из цыпл-бройл. с луком и яйцом /соус томатн  | 70/40  | 54,30  | 104,20   | 7,30  | 7,21  | 14,20  |
|                    | гор блюдо | 249      | Каша гречневая рассыпчатая с овощами (греча, мор   | 160    | 17,56  | 210,60   | 3,80  | 6,60  | 33,70  |
|                    | напиток   | 10       | Какао витаминизированное (какао "Витошка", молоко  | 210    | 18,44  | 105,00   | 3,90  | 3,10  | 15,20  |
|                    | хлеб      | пром     | Хлеб пшеничный (1)                                 | 45,9   | 3,71   | 138,00   | 3,16  | 0,32  | 20,80  |
|                    |           |          | ИТОГО:                                             | 536    | 108,00 | 587,80   | 20,76 | 19,93 | 83,90  |
| завтрак<br>5-11 кл | доп блюдо | 89       | Сыр (порциями)                                     | 15     | 20,99  | 45,00    | 3,90  | 4,05  | 0,00   |
|                    | гор блюдо | 612/32   | Зразы из цыпл-бройл. с луком и яйцом /соус томатн  | 80/40  | 62,35  | 127,36   | 8,90  | 8,80  | 17,36  |
|                    | гор блюдо | 249      | Каша гречневая рассыпчатая с овощами (греча, мор   | 180    | 19,75  | 264,72   | 4,60  | 7,92  | 42,44  |
|                    | напиток   | 10       | Какао витаминизированное (какао "Витошка", молоко  | 210    | 18,44  | 105,00   | 3,90  | 3,10  | 15,20  |
|                    | хлеб      | пром     | Хлеб пшеничный (1)                                 | 42,9   | 3,47   | 138,00   | 3,16  | 0,32  | 20,80  |
|                    |           |          | ИТОГО:                                             | 568    | 125,00 | 680,08   | 24,46 | 24,19 | 95,80  |
| обед<br>1-4 кл     | 1 блюдо   | 95/77    | Суп-пюре из картофеля и кабачков , гренки          | 200/20 | 40,35  | 159,14   | 4,06  | 8,50  | 17,40  |
|                    | 2 блюдо   | 318      | Фрикасе из курицы (филе куриной грудки, морковь, л | 90     | 68,97  | 143,50   | 11,88 | 11,30 | 17,60  |
|                    | гарнир    | 214/233  | Рис отварной рассыпчатый /овощи припущенные (пе    | 140/30 | 29,85  | 321,50   | 6,60  | 7,20  | 43,70  |
|                    | напиток   | 5        | Компот из свежих яблок                             | 200    | 7,46   | 61,00    | 0,10  | 0,10  | 15,41  |
|                    | хлеб      | пром     | Хлеб ржаной (2)                                    | 30     | 2,64   | 68,55    | 2,76  | 0,45  | 13,00  |
|                    | хлеб      | пром     | Хлеб пшеничный(1)                                  | 21,4   | 1,73   | 69,00    | 1,58  | 0,16  | 10,40  |
|                    |           |          | ИТОГО:                                             | 731    | 151,00 | 822,69   | 26,98 | 27,71 | 117,51 |
|                    |           |          |                                                    |        |        |          |       |       |        |
| обед<br>5-11 кл    | 1 блюдо   | 95/77    | Суп-пюре из картофеля и кабачков , гренки          | 250/20 | 49,80  | 195,30   | 5,00  | 10,43 | 21,35  |
|                    | 2 блюдо   | 318      | Фрикасе из курицы (филе куриной грудки, морковь, л | 110    | 84,29  | 150,40   | 13,20 | 12,60 | 19,60  |
|                    | гарнир    | 214/233  | Рис отварной рассыпчатый /овощи припущенные (пе    | 160/20 | 27,88  | 365,80   | 7,92  | 8,64  | 46,44  |
|                    | напиток   | 5        | Компот из свежих яблок                             | 200    | 7,46   | 61,00    | 0,10  | 0,10  | 15,41  |
|                    | хлеб      | пром     | Хлеб ржаной (2)                                    | 37,5   | 3,30   | 91,40    | 3,68  | 0,60  | 17,28  |
|                    | хлеб      | пром     | Хлеб пшеничный(1)                                  | 28     | 2,27   | 103,50   | 2,37  | 0,24  | 15,60  |
|                    |           |          | ИТОГО:                                             | 826    | 175,00 | 967,40   | 32,27 | 32,61 | 135,68 |
|                    |           |          |                                                    |        |        |          |       |       |        |

- 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; Е; D3; С; B1; B2; B6; B12; K1