

СОГЛАСОВАНО  
С директором образовательного учреждения  
06.10.2025 г

УТВЕРЖДЕНО  
Генеральным директором ООО "Резерв ШП"  
Е. В. Коваленко  
06.10.2025 г

## М Е Н Ю

06.10.2025

Меню разработано в соответствии с рекомендациями лечащего врача  
**Приятного аппетита!**



ШКОЛА №

ДЕНЬ 6

Прием пищи	Раздел	№ рецепт	Наименование блюд	Выход	Цена	ЭЦ, ккал	Б	Ж	У
завтрак 5-11 кл  без молока, кисломолочных пшеницы	фрукты гор блюдо гор блюдо напиток	161 282 249 пром	Яблоки	1 шт	24,38	70,50	0,00	0,00	17,64
			Тефтели "Домашние"	60	60,04	112,70	10,10	6,90	5,40
			Каша гречневая рассыпчатая с овощами (греча, мор	180	19,75	324,72	4,60	9,92	49,44
			Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	20,83	91,00	0,00	0,00	24,00
			<b>ИТОГО:</b>	<b>580</b>	<b>125,00</b>	<b>598,92</b>	<b>14,70</b>	<b>16,82</b>	<b>96,48</b>
обед 1-4 кл  Без молока, сдобы, кондитерских, макарон	1 блюдо 2 блюдо напиток хлеб	78 428/127 пром пром	Уха (горбуша консервированная,картофель, морков	200/20	32,81	123,90	5,80	5,44	7,80
			Плов ( свинина) / огурцы консервированные	230/30	93,37	416,80	15,80	18,80	52,30
			Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	20,83	91,00	0,00	0,00	24,00
			Хлеб ржаной (2)	45,3	3,99	68,55	2,76	0,45	13,00
			<b>ИТОГО:</b>	<b>725</b>	<b>151,00</b>	<b>700,25</b>	<b>24,36</b>	<b>24,69</b>	<b>97,10</b>
обед 5-11 кл  Без молока (казеин), пшеницы	1 блюдо 2 блюдо напиток	78 428/127 пром	Уха (горбуша консервированная,картофель, морков	250/25	41,01	154,87	7,25	6,80	9,75
			Плов ( свинина) / огурцы консервированные	260/50	113,16	479,32	18,17	21,62	60,15
			Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	20,83	91,00	0,00	0,00	24,00
			<b>ИТОГО:</b>	<b>785</b>	<b>175,00</b>	<b>725,19</b>	<b>25,42</b>	<b>28,42</b>	<b>93,90</b>

- 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.

Старший повар \_\_\_\_\_