

СОГЛАСОВАНО  
С директором образовательного учреждения  
11.03.2026 г

УТВЕРЖДЕНО  
Генеральным директором ООО "Резерв ШП"  
Е. В. Соболевский 11.03.2026 г

## М Е Н Ю

11.03.2026

Приятного аппетита!

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



ШКОЛА №

ДЕНЬ 2

Прием пищи	Раздел	№ рецепт	Наименование блюд	Выход	Цена	ЭЦ, ккал	Б	Ж	У
завтрак 1-4 кл	фрукты гор блюдо напиток хлеб	161	Яблоки	1 шт	25,88	70,50	0,00	0,00	17,64
		258/51	Запеканка творожная "Зебра" (4) , сгущенное молоко	140/20	81,35	308,13	13,10	16,50	32,20
		16	Кофейный напиток с молоком	200	8,81	108,70	4,10	3,30	18,60
		пром	Хлеб пшеничный (1)	32,3	2,96	103,50	2,37	0,24	15,60
			<b>ИТОГО:</b>		<b>542</b>	<b>119,00</b>	<b>590,83</b>	<b>19,57</b>	<b>20,04</b>
завтрак 5-11 кл	фрукты гор блюдо напиток хлеб	161	Яблоки	1 шт	25,88	70,50	0,00	0,00	17,64
		258/51	Запеканка творожная "Зебра" (4) , сгущенное молоко	170/20	97,34	329,20	14,85	19,70	33,60
		16	Кофейный напиток с молоком	200	8,81	108,70	4,10	3,30	18,60
		пром	Хлеб пшеничный (1)	54,2	4,97	172,50	3,95	0,40	26,00
			<b>ИТОГО:</b>		<b>594</b>	<b>137,00</b>	<b>680,90</b>	<b>22,90</b>	<b>23,40</b>
обед 1-4 кл	1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб хлеб	79/81	Борщ с капустой и картофелем, сметана (мдж15%)	200/10	27,51	176,90	7,90	8,63	20,30
		178/33	Котлета из филе белой рыбы/соус молочный с морковью	70/20	86,30	149,10	11,30	12,80	11,54
		187/233	Пюре картофельное /овощи припущенные (смесь овощей)	130/20	39,16	378,36	6,60	10,32	57,12
		5	Компот из свежих яблок	200	7,36	61,00	0,10	0,10	15,41
		пром	Хлеб ржаной (2)	30	2,86	91,40	3,68	0,60	17,28
		пром	Хлеб пшеничный (1)	30,7	2,81	103,50	2,37	0,24	15,60
	<b>ИТОГО:</b>		<b>711</b>	<b>166,00</b>	<b>960,26</b>	<b>31,95</b>	<b>32,69</b>	<b>137,25</b>	
обед 5-11 кл	1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб хлеб	79/81	Борщ с капустой и картофелем, сметана (мдж15%)	250/10	33,47	163,57	2,92	6,70	20,20
		178/33	Котлета из филе белой рыбы/соус молочный с морковью	70/30	87,88	169,10	14,80	15,27	11,54
		187/233	Пюре картофельное /овощи припущенные (смесь овощей)	160/45	58,06	323,80	7,60	9,44	45,30
		5	Компот из свежих яблок	200	7,36	102,00	0,20	0,10	25,00
		пром	Хлеб ржаной (2)	37,5	3,57	91,40	3,68	0,60	17,28
		пром	Хлеб пшеничный (1)	29	2,66	103,50	2,37	0,24	15,60
	<b>ИТОГО:</b>		<b>832</b>	<b>193,00</b>	<b>953,37</b>	<b>31,57</b>	<b>32,35</b>	<b>134,92</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 блюд используется йодированная соль.

4. В рецептуре блюда витаминизированное какао, обогащенное витаминами A; E; D3; C; B1; B2; B6; B12; K1

Старший повар \_\_\_\_\_