

СОГЛАСОВАНО  
С директором образовательного учреждения  
23.10.2025 г

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

МЕНЮ

23.10.2025

Меню разработано в соответствии с рекомендациями лечащего врача  
Приятного аппетита!



ШКОЛА №

ДЕНЬ 9

| Прием пищи         | Раздел                                   | № рецепт | Наименование блюд                                | Выход  | Цена   | ЭЦ, ккал | Б     | Ж     | У      |
|--------------------|------------------------------------------|----------|--------------------------------------------------|--------|--------|----------|-------|-------|--------|
| 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  | 250    | 95,80  | 277,20   | 8,23  | 12,80 | 41,60  |
|                    | напиток                                  | 15       | Кисель (4)                                       | 200    | 18,29  | 67,00    | 0,30  | 0,00  | 28,20  |
|                    | Без молока, кисломолочных пшеницы        |          |                                                  |        |        |          |       |       |        |
|                    |                                          |          | ИТОГО:                                           | 490    | 125,00 | 407,20   | 13,63 | 17,40 | 70,08  |
| 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)                                       | 200,00 | 18,29  | 67,00    | 0,30  | 0,00  | 28,20  |
|                    | хлеб                                     | 53       | Хлеб ржаной (2)                                  | 35,40  | 3,12   | 68,55    | 2,76  | 0,45  | 13,00  |
|                    | хлеб                                     | 57       | Хлеб пшеничный (1)                               | 35,00  | 2,83   | 103,50   | 2,37  | 0,24  | 15,60  |
|                    | Без молока, сдобы, кондитерских, макарон |          |                                                  |        |        |          |       |       |        |
|                    |                                          |          | 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      | Тефтели (свинина) *                              | 100    | 72,32  | 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)                                       | 200,00 | 18,29  | 67,00    | 0,30  | 0,00  | 28,20  |
|                    | Без молока (казеин), пшеницы             |          |                                                  |        |        |          |       |       |        |
|                    |                                          |          | * Тефтели приготавливаются без пшеничного хлеба  |        |        |          |       |       |        |
|                    |                                          |          | ИТОГО:                                           | 885    | 175,00 | 759,84   | 25,54 | 31,56 | 101,78 |

- 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.