

СОГЛАСОВАНО  
С директором образовательного учреждения  
21.01.2026 г

УТВЕРЖДЕНО  
Генеральным директором ООО "Резерв ШП"  
Е. В. Ковалюк  
21.01.2026 г

## М Е Н Ю

21.01.2026

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



ШКОЛА №

ДЕНЬ

8

Прием пищи	Раздел	№ рецепт	Наименование блюд	Выход	Цена	ЭЦ, ккал	Б	Ж	У
<b>завтрак</b> <b>5-11 кл</b> Без молока, кисломолочных пшеницы	фрукты доп блюдо гор блюдо напиток	161	Яблоки	1 шт	25,88	70,50	0,00	0,00	17,64
		пром	Гематоген (5)	25	35,70	87,50	1,50	0,90	18,90
		263/49	Каша "Пять злаков" с карамелизов. ябл*/масло слив	250/40/10	54,59	218,30	4,80	8,80	43,80
		пром	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	20,83	91,00	0,00	0,00	24,00
			* Каша приготавливается без молока						
			<b>ИТОГО:</b>	<b>675</b>	<b>137,00</b>	<b>467,30</b>	<b>6,30</b>	<b>9,70</b>	<b>104,34</b>
<b>обед</b> <b>1-4 кл</b> Без молока, сдобы, кондитерских, макарон	закуска 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб хлеб	161	Яблоки	1 шт	25,88	70,50	0,00	0,00	17,64
		54/81	Борщ Сибирский , сметана	250/10	31,85	120,90	5,25	8,15	5,63
		411/40	Биточки рыбн "Любительские" (горбуша)/ соус сметан	80/30	74,7	148,00	12,33	14,10	9,20
		214/233	Рис отварной рассыпчатый /овощи припущенные (пе	150/40	38,74	281,80	7,92	9,36	40,44
		28	Напиток из ягодной смеси	200,00	13,49	102,00	0,20	0,10	25,00
		пром	Хлеб ржаной (2)	44,30	4,22	91,40	3,68	0,60	17,28
пром	Хлеб пшеничный (1)	45,00	4,12	138,00	3,16	0,32	20,80		
			<b>ИТОГО:</b>	<b>999</b>	<b>193,00</b>	<b>952,60</b>	<b>32,54</b>	<b>32,63</b>	<b>135,99</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.

5.Продукт промышленного производства, обогащенный Fe

Старший повар \_\_\_\_\_