

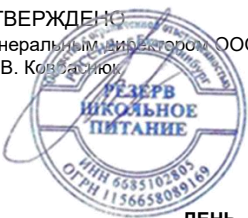
СОГЛАСОВАНО
С директором образовательного учреждения
03.10.2025 г

УТВЕРЖДЕНО
Генеральным директором ООО "Резерв ШП"
Е. В. Коваленко
03.10.2025 г

МЕНЮ

03.10.2025

Меню разработано в соответствии с рекомендациями лечащего врача
Приятного аппетита!



ШКОЛА №

ДЕНЬ 5

Прием пищи	Раздел	№ рецепт	Наименование блюд	Выход	Цена	ЭЦ, ккал	Б	Ж	У
завтрак 5-11 кл Без молока, пшеницы	гор блюдо	402	Рыба (филе минтая), тушеная с овощами	100	88,69	210,00	20,90	11,70	4,90
	гор блюдо	219	Картофель отварной	150	33,4	152,00	3,00	0,60	24,45
	напиток	1	Чай с сахаром	200	2,91	53,00	0,20	0,00	13,70
			ИТОГО:	450	125,00	415,00	24,10	12,30	43,05
обед 1-4 кл Без молока, сдобы, кондитерских, макарон	закуска	109	Салат из свежей капусты	60	7,64	57,60	0,48	5,34	1,56
	1 блюдо	63/81	Рассольник Ленинградский, сметана	200/5	29,38	121,30	5,55	5,70	13,10
	2 блюдо	429	Гуляш (свинина)	90	76,19	138,00	11,73	9,30	6,40
	гарнир	219	Картофель отварной	100	22,54	152,00	3,00	0,60	24,45
	напиток	28	Напиток из ягодной смеси	200	12,61	102,00	0,20	0,10	25,00
	хлеб	пром	Хлеб ржаной (2)	30,00	2,64	68,55	2,76	0,45	13,00
			ИТОГО:	685	151,00	639,45	23,72	21,49	83,51
обед 5-11 кл Без молока (казеин), пшеницы	закуска	109	Салат из свежей капусты	100,00	12,74	96,00	0,80	8,90	2,60
	1 блюдо	63/81	Рассольник Ленинградский, сметана	250/5	36,26	150,90	6,90	7,10	16,30
	2 блюдо	429	Гуляш (свинина)	100	84,66	153,30	13,03	10,30	7,10
	гарнир	219	Картофель отварной	130	28,73	152,00	3,00	0,60	24,45
	напиток	28	Напиток из ягодной смеси	200	12,61	102,00	0,20	0,10	25,00
			ИТОГО:	785	175,00	654,20	23,93	27,00	75,45

- 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.

Старший повар_____