

СОГЛАСОВАНО
С директором образовательного учреждения
19.01.2026 г

УТВЕРЖДЕНО
Генеральным директором ООО "Резерв ШП"
Е. В. Кобосюк
19.01.2026 г

М Е Н Ю

19.01.2026

Приятного аппетита!

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



ШКОЛА №

ДЕНЬ

6

Прием пищи	Раздел	№ рецепт	Наименование блюд	Выход	Цена	ЭЦ, ккал	Б	Ж	У
завтрак 1-4 кл	доп блюдо	89	Сыр (порциями)	10	14,79	30,00	2,60	2,70	0,00
	гор блюдо	282/32	Котлета "Домашняя" / соус томатный	70/20	77,30	112,70	10,10	7,30	6,40
	гор блюдо	249	Каша гречневая рассыпчатая с овощами (греча, мор	150	17,65	281,60	4,10	9,60	46,70
	напиток	2	Чай зеленый с лимоном	200/10/5	5,96	60,00	0,30	0,00	15,20
	хлеб	пром	Хлеб пшеничный (1)	36	3,30	103,50	2,37	0,24	15,60
ИТОГО:				501	119,00	587,80	19,47	19,84	83,90
завтрак 5-11 кл	доп блюдо	89	Сыр (порциями)	19	28,10	45,00	3,90	4,05	0,00
	гор блюдо	282/32	Котлета "Домашняя" / соус томатный	70/40	78,11	112,70	10,10	7,30	6,40
	гор блюдо	249	Каша гречневая рассыпчатая с овощами (греча, мор	180	21,18	327,90	5,20	11,52	54,04
	напиток	2	Чай зеленый с лимоном	200/10/5	5,96	60,00	0,30	0,00	15,20
	хлеб	пром	Хлеб пшеничный (1)	39,8	3,65	138,00	3,16	0,32	20,80
ИТОГО:				564	137,00	683,60	22,66	23,19	96,44
обед 1-4 кл	доп блюдо	127	Огурцы консервированные (на лимонном соке)	20	7,21	2,00	0,67	0,00	0,33
	1 блюдо	78	Суп картофельный с горбушей (горбуша филе, карто	200	39,64	153,90	5,80	8,44	13,80
	2 блюдо	602	Мясо тушеное (свинина, томатн паста, морковь, лук	90	75,73	145,90	10,73	11,80	7,40
	гарнир	188	Отварные макаронные изделия	160	18,47	235,80	3,90	6,80	40,20
	напиток	15	Кисель витаминизированный (4)	200	18,29	90,00	0,00	0,00	23,00
	хлеб	пром	Хлеб ржаной (2)	40	3,81	91,40	3,68	0,60	17,28
	хлеб	пром	Хлеб пшеничный (1)	31,1	2,85	103,50	2,37	0,24	15,60
	ИТОГО:				741	166,00	822,50	27,15	27,88
обед 5-11 кл	доп блюдо	127	Огурцы консервированные (на лимонном соке)	35	12,62	2,00	0,67	0,00	0,33
	1 блюдо	78	Суп картофельный с горбушей (горбуша филе, карто	250	49,55	192,40	7,25	10,55	17,25
	2 блюдо	602	Мясо тушеное (свинина, томатн паста, морковь, лук	100	84,14	166,90	11,90	13,10	8,20
	гарнир	188	Отварные макаронные изделия	180	20,78	282,96	4,68	8,16	48,24
	напиток	15	Кисель витаминизированный (4)	200	18,29	90,00	0,00	0,00	23,00
	хлеб	пром	Хлеб ржаной (2)	50	4,76	114,25	4,60	0,75	21,60
	хлеб	пром	Хлеб пшеничный (1)	31,2	2,86	103,50	2,37	0,24	15,60
	ИТОГО:				846	193,00	952,01	31,47	32,80

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. Напиток промышленного производства, обогащенный витаминами А; B1; B2; B5; С

Старший повар _____