

СОГЛАСОВАНО  
С директором образовательного учреждения  
26.12.2025 г

УТВЕРЖДЕНО  
Генеральным директором ООО "Резерв ШП"  
Е. В. Косовский 26.12.2025 г



**М Е Н Ю**  
26.12.2025  
Приятного аппетита!

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

ШКОЛА №		ДЕНЬ 10							
Прием пищи	Раздел	№ рецепт	Наименование блюд	Выход	Цена	ЭЦ, ккал	Б	Ж	У
завтрак 1-4 кл	гор блюдо	403/33	Котлеты рыбные (горбуша) /соус молоч с морк и шпинат	80/20	61,25	102,30	10,70	11,50	4,20
	гор блюдо	191/271	Рис припущенный с овощами /кабачки тушеные	130/25	26,88	209,40	4,50	7,80	33,60
	напиток	24	Напиток "Витошка" (4)	200	15,90	102,00	0,20	0,10	25,00
	хлеб	пром	Хлеб пшеничный (1)	49	3,97	172,50	3,95	0,40	26,00
			ИТОГО:	504	108,00	586,20	19,35	19,80	88,80
завтрак 5-11 кл	гор блюдо	403/33	Котлеты рыбные (горбуша) /соус молоч с морк и шпинат	90/25	69,28	138,76	12,84	13,80	5,04
	гор блюдо	191/271	Рис припущенный с овощами /кабачки тушеные	150/40	35,78	271,28	5,40	9,40	40,32
	напиток	24	Напиток "Витошка" (4)	200	15,90	102,00	0,20	0,10	25,00
	хлеб	пром	Хлеб пшеничный (1)	49,9	4,04	172,50	3,95	0,40	26,00
			ИТОГО:	555	125,00	684,54	22,39	23,70	96,36
обед 1-4 кл	1 блюдо	76/77	Суп-пюре из цветной капусты, гренки	200/20	31,95	169,04	5,10	5,43	19,50
	2 блюдо	285/40	Голубцы ленивые/соус соус сметанный с томатом	70/30	70,36	148,30	11,20	14,30	11,90
	гарнир	187/259	Пюре картофельное /кукуруза консервированная	140/20	40,73	281,00	5,50	7,60	43,60
	напиток	1	Чай черный байховый с сахаром	200	2,81	53,00	0,20	0,00	13,70
	хлеб	пром	Хлеб ржаной (2)	30	2,64	68,55	2,76	0,45	13,00
	хлеб	пром	Хлеб пшеничный (1)	31	2,51	103,50	2,37	0,24	15,60
			ИТОГО:	741	151,00	823,39	27,13	28,02	117,30
обед 5-11 кл	1 блюдо	76/77	Суп-пюре из цветной капусты, гренки	250/20	39,30	207,50	6,30	6,70	24,00
	2 блюдо	285/40	Голубцы ленивые/соус соус сметанный с томатом	70/40	71,83	164,80	12,40	16,00	13,20
	гарнир	187/259	Пюре картофельное /кукуруза консервированная	170/35	54,42	337,20	6,60	9,12	52,30
	напиток	1	Чай черный байховый с сахаром	200	2,81	53,00	0,20	0,00	13,70
	хлеб	пром	Хлеб ржаной (2)	45	3,96	91,40	3,68	0,60	17,28
	хлеб	пром	Хлеб пшеничный (1)	33,1	2,68	103,50	2,37	0,24	15,60
			ИТОГО:	863	175,00	957,40	31,55	32,66	136,08

- 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 C; B1; B2; B6; B12; PP; A; E; D3; пантотеновой кислотой, фолиевой кислотой; K1.