

СОГЛАСОВАНО  
С директором образовательного учреждения  
23.01.2026 г

УТВЕРЖДЕНО  
Генеральным директором ООО "Резерв ШП"  
Е. В. Коваленко  
23.01.2026 г

## М Е Н Ю

23.01.2026

Меню разработано в соответствии с рекомендациями лечащего врача

Приятного аппетита!



ШКОЛА №

ДЕНЬ 10

Прием пищи	Раздел	№ рецепт	Наименование блюд	Выход	Цена	ЭЦ, ккал	Б	Ж	У
завтрак 5-11 кл  без молока, кисломолочных пшеницы	гор блюдо	612	Зразы из свинины с луком и яйцом	100	78,68	164,80	12,40	15,40	14,20
	гор блюдо	428	Картофель тушеный	160	44,01	281,00	5,50	7,60	43,60
	напиток	24	Напиток "Витошка" (4)	200	14,31	102,00	0,20	0,10	25,00
	<b>ИТОГО:</b>			<b>460</b>	<b>137,00</b>	<b>547,80</b>	<b>18,10</b>	<b>23,10</b>	<b>82,80</b>
обед 1-4 кл  Без молока, сдобы, кондитерских, макарон	1 блюдо	60/81	Щи из квашеной капусты / сметана	200/10	29,29	119,50	5,10	5,43	8,50
	2 блюдо	612/40	Зразы из свинины с луком и яйцом/ соус сметанн с т	80/30	70,44	148,30	11,20	13,90	11,90
	гарнир	428/245	Картофель тушеный /горошек зеленый	130/20	46,56	281,00	5,50	7,60	43,60
	напиток	24	Напиток "Витошка" (4)	200	14,31	102,00	0,20	0,10	25,00
	хлеб	пром	Хлеб ржаной (2)	28,8	2,74	68,55	2,76	0,45	13,00
	хлеб	пром	Хлеб пшеничный (1)	29,00	2,66	103,50	2,37	0,24	15,60
<b>ИТОГО:</b>			<b>728</b>	<b>166,00</b>	<b>822,85</b>	<b>27,13</b>	<b>27,72</b>	<b>117,60</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.

4.Напиток промышленного производства, обогащенный витаминами C; B1; B2; B6; B12; PP; A; E; D3; пантотеновой кислотой, фолиевой кислотой; K1.

Старший повар \_\_\_\_\_