

СОГЛАСОВАНО
С директором образовательного учреждения
28.11.2025 г

УТВЕРЖДЕНО
Генеральным директором ООО "Резерв ШП"
Е. В. Ковалевой
28.11.2025 г

МЕНЮ

28.11.2025

Меню разработано в соответствии с рекомендациями лечащего врача
Приятного аппетита!



ДЕНЬ

10

ШКОЛА №

Прием пищи	Раздел	№ рецепт	Наименование блюд	Выход	Цена	ЭЦ, ккал	Б	Ж	У
завтрак 5-11 кл без молока, кисломолочных пшеницы	гор блюдо гор блюдо напиток	403/49 191/271 24	Котлеты рыбные (горбуша) /масло сливочное Рис припущеный с овощами /кабачки тушеные Напиток "Витошка" (4)	90/5 150/40 200	75,06 34,04 15,90	138,76 271,28 102,00	12,84 5,40 0,20	13,80 9,40 0,10	5,04 40,32 25,00
			ИТОГО:	485	125,00	512,04	18,44	23,30	70,36
обед 1-4 кл Без молока, сдобы, кондитерских, макарон	1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб пром	76/77 285/40 187/259 1 хлеб пром	Суп-пюре из цветной капусты*, гренки Голубцы ленивые/соус сметанный с томатом Пюре картофельное */кукуруза консервированная Чай черный байховый с сахаром Хлеб ржаной (2) Хлеб пшеничный (1)	200/20 70/30 150/20 200 34,9 35,00	29,28 70,36 42,65 2,81 3,07 2,83	169,04 148,30 281,00 53,00 68,55 103,50	5,10 11,20 5,50 0,20 2,76 2,37	5,43 14,30 7,60 0,00 0,45 0,24	19,50 11,90 43,60 13,70 13,00 15,60
			ИТОГО:	760	151,00	823,39	27,13	28,02	117,30

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.