

СОГЛАСОВАНО
С директором образовательного учреждения
16.01.2026 г

УТВЕРЖДЕНО
Генеральный директор ООО "Резерв ШП"
Е. В. Лебедевский 16.01.2026 г

М Е Н Ю

16.01.2026

Приятного аппетита!

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



ШКОЛА №

ДЕНЬ

5

Прием пищи	Раздел	№ рецепт	Наименование блюд	Выход	Цена	ЭЦ, ккал	Б	Ж	У
завтрак 1-4 кл	гор блюдо	273/187/233	Котлета из рыбы "Нежная" (минтай)/масло сливочное	80/4/130/20	100,36	280,54	10,70	14,30	34,80
	напиток	16	Пюре картофельное /овощи припущенные (смесь ов)	200/10	8,81	108,70	4,10	3,30	18,60
	кондитерско	пром	Кофейный напиток с молоком	25	6,69	62,00	1,46	1,91	9,80
	хлеб	пром	Вафли	34,3	3,14	138,00	3,16	0,32	20,80
				Хлеб пшеничный (1)					
			ИТОГО:	498	119,00	589,24	19,42	19,83	84,00
завтрак 5-11 кл	гор блюдо	273/187/233	Котлета из рыбы "Нежная" (минтай)/масло сливочное	90/5/160/20	115,86	329,33	12,60	16,80	40,85
	напиток	16	Пюре картофельное /овощи припущенные (смесь ов)	200/10	8,81	108,70	4,10	3,30	18,60
	кондитерско	пром	Кофейный напиток с молоком	25	6,69	62,00	1,46	1,91	9,80
	хлеб	пром	Вафли	55,5	5,64	172,50	3,95	0,40	26,00
				Хлеб пшеничный (1)					
			ИТОГО:	541	137,00	672,53	22,11	22,41	95,25
обед 1-4 кл	закуска	109	Салат из свежей капусты	60	5,08	57,60	0,48	5,34	1,56
	1 блюдо	63/81	Рассольник Ленинградский, сметана	250/5	35,92	121,30	5,55	5,70	13,10
	2 блюдо	429	Гуляш (свинина)	100	88,91	138,00	11,73	9,30	6,40
	гарнир	188	Отварные макаронные изделия	150	17,32	235,80	3,90	6,80	43,20
	напиток	28	Напиток из ягодной смеси	200	13,49	102,00	0,20	0,10	25,00
	хлеб	пром	Хлеб ржаной (2)	31,4	2,99	68,55	2,76	0,45	13,00
	хлеб	пром	Хлеб пшеничный (1)	25	2,29	103,50	2,37	0,24	15,60
				ИТОГО:	821	166,00	826,75	26,99	27,93
обед 5-11 кл	закуска	109	Салат из свежей капусты	100	8,47	96,00	0,80	8,90	2,60
	1 блюдо	63/81	Рассольник Ленинградский, сметана	250/5	35,92	150,90	6,90	7,10	16,30
	2 блюдо	429	Гуляш (свинина)	120	106,70	153,30	13,03	10,30	7,10
	гарнир	188	Отварные макаронные изделия	180	20,78	263,00	4,70	8,16	51,84
	напиток	28	Напиток из ягодной смеси	200	13,49	102,00	0,20	0,10	25,00
	хлеб	пром	Хлеб ржаной (2)	46,5	4,43	91,40	3,68	0,60	17,28
	хлеб	пром	Хлеб пшеничный (1)	35	3,21	103,50	2,37	0,24	15,60
				ИТОГО:	937	193,00	960,10	31,68	35,40

1. Хлеб пшеничный - хлеб с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (В1; В2; В6; РР; фолиевая кислота, железо; кальций)

2. Хлеб ржаной - хлеб с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (В1; В2; В6; РР; фолиевая кислота, железо; кальций)

3. Для приготовления блюд используется йодированная соль.

Старший повар _____