

СОГЛАСОВАНО  
С директором образовательного учреждения  
19.01.2026 г

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

## МЕНЮ

19.01.2026

Меню разработано в соответствии с рекомендациями лечащего врача  
**Приятного аппетита!**



ШКОЛА №

ДЕНЬ

6

Прием пищи	Раздел	№ рецепт	Наименование блюд	Выход	Цена	ЭЦ, ккал	Б	Ж	У
<b>завтрак</b> <b>5-11 кл</b>  без молока, кисломолочных пшеницы	гор блюдо	282/49	Котлета "Домашняя" / масло сливочное	70/5	86,84	112,70	10,10	7,30	6,40
	гор блюдо	249/233	Каша гречневая с овощами/ овощи припущ (смесь с	150/50	41,99	281,60	4,10	9,60	46,70
	напиток	2	Чай зеленый с лимоном	200/10/10	8,17	60,00	0,30	0,00	15,20
	<b>ИТОГО:</b>			<b>495</b>	<b>137,00</b>	<b>454,30</b>	<b>14,50</b>	<b>16,90</b>	<b>68,30</b>
<b>обед</b> <b>1-4 кл</b>  Без молока, сдобы, кондитерских, макарон	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	249	Каша гречневая рассыпчатая с овощами (греча, мор	160	18,82	281,60	4,10	9,60	46,70
	напиток	15	Кисель витаминизированный (4)	200	18,29	90,00	0,00	0,00	23,00
	хлеб	пром	Хлеб ржаной (2)	37,40	3,56	91,40	3,68	0,60	17,28
	хлеб	пром	Хлеб пшеничный (1)	30	2,75	103,5	2,37	0,24	15,6
<b>ИТОГО:</b>			<b>737</b>	<b>166,00</b>	<b>868,30</b>	<b>27,35</b>	<b>30,68</b>	<b>124,11</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 А; B1; B2; B5; С

Старший повар \_\_\_\_\_