

М Е Н Ю

23.04.2026

Приятного аппетита!

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



ШКОЛА №

ДЕНЬ

9

| Прием пищи | Раздел | № рецепт | Наименование блюд | Выход | Цена | ЭЦ, ккал | Б | Ж | У |
|--------------------|-----------|----------|---|------------|---------------|---------------|--------------|--------------|---------------|
| завтрак 1-4 кл | гор блюдо | 173/41 | Биточки куриные "Новые" /соус сметанный с овощам | 80/35 | 75,90 | 147,30 | 10,50 | 11,30 | 9,30 |
| | гор блюдо | 202/259 | Макаронные изделия с сыром / кукуруза консервиро | 130/20 | 29,52 | 221,97 | 5,12 | 6,40 | 35,40 |
| | напиток | 1 | Чай черный байховый с сахаром | 200/10 | 2,87 | 53,00 | 0,20 | 0,00 | 13,70 |
| | доп блюдо | пром | Вафли | 25 | 6,84 | 62,00 | 1,46 | 1,91 | 9,80 |
| | хлеб | пром | Хлеб пшеничный (1) | 42,2 | 3,87 | 103,50 | 2,37 | 0,24 | 15,60 |
| ИТОГО: | | | | 542 | 119,00 | 587,77 | 19,65 | 19,85 | 83,80 |
| завтрак 5-11 кл | гор блюдо | 173/41 | Биточки куриные "Новые" /соус сметанный с овощам | 90/40 | 85,53 | 163,70 | 11,67 | 13,50 | 9,30 |
| | гор блюдо | 202/259 | Макаронные изделия с сыром / кукуруза консервиро | 150/30 | 37,42 | 266,36 | 6,14 | 7,68 | 42,48 |
| | напиток | 1 | Чай черный байховый с сахаром | 200/10 | 2,87 | 53,00 | 0,20 | 0,00 | 13,70 |
| | доп блюдо | пром | Вафли | 25 | 6,84 | 62,00 | 1,46 | 1,91 | 9,80 |
| | хлеб | пром | Хлеб пшеничный (1) | 47,4 | 4,34 | 138,00 | 3,16 | 0,32 | 20,80 |
| ИТОГО: | | | | 592 | 137,00 | 683,06 | 22,63 | 23,41 | 96,08 |
| обед 1-4 кл | 1 блюдо | 95/77 | Суп-пюре из картофеля и кабачков , гренки | 200/20 | 34,29 | 139,14 | 4,06 | 8,50 | 13,40 |
| | 2 блюдо | 603 | Гуляш из курицы (филе куриной грудки, лук репчатый) | 45/45 | 71,84 | 131,50 | 11,60 | 11,30 | 17,60 |
| | гарнир | 189/233 | Каша рассыпчатая гречневая /овощи припущенные (| 130/20 | 27,26 | 287,50 | 5,60 | 7,20 | 32,20 |
| | доп блюдо | пром | Конфеты (4) | 2 шт/5 г | 6,78 | 36,10 | 1,50 | 0,10 | 7,30 |
| | напиток | пром | Сок фруктовый в потребительской упаковке | 200 | 21,42 | 91,00 | 0,00 | 0,00 | 24,00 |
| | хлеб | пром | Хлеб ржаной (2) | 27,1 | 2,58 | 68,55 | 2,76 | 0,45 | 13,00 |
| | хлеб | пром | Хлеб пшеничный (1) | 20 | 1,83 | 69,00 | 1,58 | 0,16 | 10,40 |
| ИТОГО: | | | | 712 | 166,00 | 822,79 | 27,10 | 27,71 | 117,90 |
| обед 5-11 кл | 1 блюдо | 95/77 | Суп-пюре из картофеля и кабачков , гренки | 250/20 | 42,14 | 173,90 | 5,20 | 10,63 | 16,90 |
| | 2 блюдо | 603 | Гуляш из курицы (филе куриной грудки, лук репчатый) | 50/50 | 79,82 | 146,10 | 12,90 | 12,60 | 19,60 |
| | гарнир | 189/233 | Каша рассыпчатая гречневая /овощи припущенные (| 160/30 | 36,93 | 345,00 | 6,70 | 8,64 | 38,64 |
| | доп блюдо | пром | Конфеты (4) | 2 шт/5 г | 6,78 | 36,10 | 1,50 | 0,10 | 7,30 |
| | напиток | пром | Сок фруктовый в потребительской упаковке | 200 | 21,42 | 91,00 | 0,00 | 0,00 | 24,00 |
| | хлеб | пром | Хлеб ржаной (2) | 42,9 | 4,08 | 91,40 | 3,68 | 0,60 | 17,28 |
| | хлеб | пром | Хлеб пшеничный (1) | 20 | 1,83 | 69,00 | 1,58 | 0,16 | 10,40 |
| ИТОГО: | | | | 828 | 193,00 | 952,50 | 31,56 | 32,73 | 134,12 |

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.Молочные конфеты "Ешь, как пьешь". 2 шт (5 г) = 70 г молока