СОГЛАСОВАНО
С директором образовательного учреждения
05.10.2026 г

УТВЕРЖДЕНО
Генеральным директором ООО "Резерв ШП"
Е. В. Кобасник 05.10.2026 г



М Е Н Ю

05.10.2026

Приятного аппетита!

Меню разработано в соответствии с СанПиН 2.3/2.4.4282-26

ШКОЛА № **ДЕНЬ 6**

Прием пищи	Раздел	№ рецепт	Наименование блюд	Выход	Цена	ЭЦ, ккал	Б	Ж	У
завтрак 1-4 кл	гор блюдо	282/32	Котлета "Домашняя" / соус томатный	70/20	77,34	108,70	11,80	9,30	3,40
	гор блюдо	249	Каша гречневая рассыпчатая с овощами (греча, мор	150	20,17	265,60	4,10	7,60	31,90
	напиток	2	Чай зеленый с лимоном	200/10/10	8,59	60,00	0,30	0,00	15,20
	доп блюдо	пром	Пряник с фруктовой начинкой	25	10,20	50,00	0,90	3,00	17,50
	хлеб	пром	Хлеб пшеничный (1)	28,7	2,70	103,50	2,37	0,24	15,60
			ИТОГО:	**514**	**119,00**	**587,80**	**19,47**	**20,14**	**83,60**
завтрак 5-11 кл	гор блюдо	282/32	Котлета "Домашняя" / соус томатный	70/50	78,58	108,70	11,80	10,30	3,40
	гор блюдо	249	Каша гречневая рассыпчатая с овощами (греча, мор	190	25,54	318,70	4,90	9,10	42,30
	напиток	2	Чай зеленый с лимоном	200/10/10	8,59	60,00	0,30	0,00	15,20
	доп блюдо	пром	Пряник с фруктовой начинкой	50	20,40	50,00	0,90	3,00	17,50
	хлеб	пром	Хлеб пшеничный (1)	41,3	3,89	138,00	3,16	0,32	20,80
			ИТОГО:	**621**	**137,00**	**675,40**	**21,06**	**22,72**	**99,20**
обед 1-4 кл	доп блюдо	127	Огурцы консервированные (на лимонном соке)	30	11,59	2,00	0,67	0,00	0,33
	1 блюдо	78	Суп картофельный с минтаем(минтай филе,картофе	200	35,78	153,90	5,80	8,44	13,80
	2 блюдо	602	Мясо тушеное (свинина, томатн паста, морковь, лук	45/45	76,11	145,90	10,73	11,80	7,40
	гарнир	188	Отварные макаронные изделия	150	16,83	235,80	3,90	6,80	40,20
	напиток	15	Кисель витаминизированный (4)	200	18,29	90,00	0,00	0,00	23,00
	хлеб	пром	Хлеб ржаной (2)	46,1	4,10	91,40	3,68	0,60	17,28
	хлеб	пром	Хлеб пшеничный (1)	35	3,30	103,50	2,37	0,24	15,60
			ИТОГО:	**751**	**166,00**	**822,50**	**27,15**	**27,88**	**117,61**
обед 5-11 кл	доп блюдо	127	Огурцы консервированные (на лимонном соке)	25	9,66	3,00	1,00	0,00	0,50
	1 блюдо	78	Суп картофельный с минтаем(минтай филе,картофе	250	44,73	192,40	9,30	10,60	17,30
	2 блюдо	602	Мясо тушеное (свинина, томатн паста, морковь, лук	55/55	93,02	162,10	11,90	13,10	8,20
	гарнир	188	Отварные макаронные изделия	180	20,20	314,40	4,70	8,20	48,20
	напиток	15	Кисель витаминизированный (4)	200	18,29	90,00	0,00	0,00	23,00
	хлеб	пром	Хлеб ржаной (2)	42,7	3,80	91,40	3,68	0,60	17,28
	хлеб	пром	Хлеб пшеничный (1)	35	3,30	103,50	2,37	0,24	15,60
			ИТОГО:	**843**	**193,00**	**956,80**	**32,95**	**32,74**	**130,08**

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.Напиток промышленного производства, обогащенный витаминами A; B1; B2; B5; C

Старший повар_____