

СОГЛАСОВАНО  
С директором образовательного учреждения  
07.07.2026 г

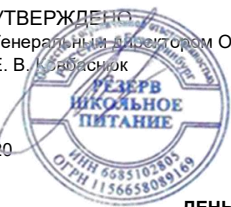
УТВЕРЖДЕНО  
Генеральным директором ООО "Резерв ШП"  
Е. В. Лебединский 07.07.2026 г

М Е Н Ю

07.07.2026

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

Приятного аппетита!



| ШКОЛА №                              |           |          | ДЕНЬ 7                                              |                |               |                |              |              |               |
|--------------------------------------|-----------|----------|-----------------------------------------------------|----------------|---------------|----------------|--------------|--------------|---------------|
| Прием пищи                           | Раздел    | № рецепт | Наименование блюд                                   | Выход          | Цена          | ЭЦ,ккал        | Б            | Ж            | У             |
| <b>завтрак</b><br>7-11 лет           | фрукты    | 161      | Яблоки                                              | 1 шт           | 25,88         | 70,50          | 0,00         | 0,00         | 17,64         |
|                                      | доп блюдо | 89       | Сыр (порциями)                                      | 15             | 22,18         | 45,00          | 3,90         | 4,05         | 0,00          |
|                                      | гор блюдо | 270/51   | Запеканка из творога с морковью , сгущенное молоко  | 150/20         | 75,97         | 320,10         | 11,20        | 14,50        | 40,80         |
|                                      | напиток   | 16       | Кофейный напиток с молоком (молоко 2,5%, кофейн     | 200            | 8,96          | 108,70         | 4,10         | 3,30         | 18,60         |
|                                      | хлеб      | пром     | Хлеб пшеничный (1)                                  | 30             | 2,89          | 103,50         | 2,37         | 0,24         | 15,60         |
|                                      |           |          | <b>ИТОГО:</b>                                       | <b>565</b>     | <b>135,88</b> | <b>647,80</b>  | <b>21,57</b> | <b>22,09</b> | <b>92,64</b>  |
| <b>обед</b><br>7-11 лет              | закуска   | 113      | Салат из свежих помидоров с растительным маслом     | 60             | 24,03         | 37,00          | 0,60         | 5,50         | 2,10          |
|                                      | 1 блюдо   | 79/81    | Борщ с капустой и картофелем, сметана (мдж15%)      | 200/10         | 28,06         | 131,50         | 6,80         | 6,40         | 12,25         |
|                                      | 2 блюдо   | 310/33   | Крокеты из кур. филе и цв. капусты/соус мол. с морк | 90/20          | 74,79         | 120,87         | 11,80        | 5,10         | 8,50          |
|                                      | гарнир    | 188      | Отварные макаронные изделия                         | 150            | 16,83         | 251,80         | 3,90         | 6,80         | 40,20         |
|                                      | напиток   | 24       | Напиток "Витошка" (4)                               | 200            | 14,31         | 102,00         | 0,20         | 0,10         | 25,00         |
|                                      | доп блюдо | пром     | Печенье                                             | 30             | 5,14          | 89,63          | 1,38         | 6,10         | 12,42         |
|                                      | хлеб      | пром     | Хлеб ржаной (2)                                     | 37,1           | 3,71          | 68,55          | 2,76         | 0,45         | 13,00         |
|                                      | хлеб      | пром     | Хлеб пшеничный (1)                                  | 30             | 2,89          | 103,50         | 2,37         | 0,24         | 15,60         |
|                                      |           |          | <b>ИТОГО:</b>                                       | <b>827</b>     | <b>169,76</b> | <b>904,85</b>  | <b>29,81</b> | <b>30,69</b> | <b>129,07</b> |
|                                      |           |          | <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ :</b>                              | <b>1392,00</b> | <b>305,64</b> | <b>1552,65</b> | <b>51,38</b> | <b>52,78</b> | <b>221,71</b> |
| <b>завтрак</b><br>12 лет<br>и старше | фрукты    | 161      | Яблоки                                              | 1 шт           | 25,88         | 70,50          | 0,00         | 0,00         | 17,64         |
|                                      | доп блюдо | 89       | Сыр (порциями)                                      | 20             | 22,18         | 60,00          | 5,20         | 5,40         | 0,00          |
|                                      | гор блюдо | 270/51   | Запеканка из творога с морковью ( творог 9%, морко  | 180/20         | 75,97         | 406,80         | 14,30        | 16,40        | 53,80         |
|                                      | напиток   | 16       | Кофейный напиток с молоком (молоко 2,5%, кофейн     | 200            | 8,96          | 108,70         | 4,10         | 3,30         | 18,60         |
|                                      | хлеб      | пром     | Хлеб пшеничный (1)                                  | 30             | 2,89          | 103,50         | 2,37         | 0,24         | 15,60         |
|                                      |           |          | <b>ИТОГО:</b>                                       | <b>630</b>     | <b>135,88</b> | <b>749,50</b>  | <b>25,97</b> | <b>25,34</b> | <b>105,64</b> |
| <b>обед</b><br>12 лет<br>и старше    | закуска   | 113      | Салат из свежих помидоров с растительным маслом     | 100            | 24,03         | 61,70          | 1,00         | 6,20         | 3,50          |
|                                      | 1 блюдо   | 79/81    | Борщ с капустой и картофелем, сметана (мдж15%)      | 250/5          | 28,06         | 163,60         | 8,50         | 8,00         | 15,24         |
|                                      | 2 блюдо   | 310/33   | Крокеты из кур. филе и цв. капусты/соус мол. с морк | 80/20          | 74,79         | 134,30         | 14,67        | 6,30         | 10,40         |
|                                      | гарнир    | 188      | Отварные макаронные изделия                         | 180            | 16,83         | 302,20         | 4,70         | 8,20         | 48,20         |
|                                      | напиток   | 24       | Напиток "Витошка" (4)                               | 200            | 14,31         | 102,00         | 0,20         | 0,10         | 25,00         |
|                                      | доп блюдо | пром     | Печенье                                             | 50             | 5,14          | 89,63          | 1,38         | 6,10         | 12,42         |
|                                      | хлеб      | пром     | Хлеб ржаной (2)                                     | 40             | 3,71          | 91,40          | 3,68         | 0,60         | 17,28         |
|                                      | хлеб      | пром     | Хлеб пшеничный (1)                                  | 30             | 2,89          | 103,50         | 2,37         | 0,24         | 15,60         |
|                                      |           |          | <b>ИТОГО:</b>                                       | <b>955</b>     | <b>169,76</b> | <b>1048,33</b> | <b>36,50</b> | <b>35,74</b> | <b>147,64</b> |
|                                      |           |          | <b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ :</b>                              | <b>1585,00</b> | <b>305,64</b> | <b>1797,83</b> | <b>62,47</b> | <b>61,08</b> | <b>253,28</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 блюд используется йодированная соль.
- 4. Напиток промышленного производства, обогащенный витаминами C; B1; B2; B6; B12; PP; A; E; D3; пантотеновой кислотой, фолиевой кислотой; K1.

Старший повар\_\_\_\_\_