

СОГЛАСОВАНО
С директором образовательного учреждения
15.10.2025 г

УТВЕРЖДЕНО
Генеральным директором ООО "Резерв ШП"
Е. В. Копытняк
15.10.2025 г



М Е Н Ю
15.10.2025
Приятного аппетита!

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

ШКОЛА №		ДЕНЬ 3							
Прием пищи	Раздел	№ рецепт	Наименование блюд	Выход	Цена	ЭЦ, ккал	Б	Ж	У
завтрак 1-4 кл	доп блюдо	89	Сыр (порциями)	10	13,99	30,00	2,60	2,70	0,00
	гор блюдо	612/32	Зразы из цыпл-бройл. с луком и яйцом /соус томатн	70/40	54,30	104,20	7,30	7,21	14,20
	гор блюдо	249	Каша гречневая рассыпчатая с овощами (греча, мор	160	17,56	210,60	3,80	6,60	33,70
	напиток	10	Какао витаминизированное (какао "Витошка", молоко	210	18,44	105,00	3,90	3,10	15,20
	хлеб	пром	Хлеб пшеничный (1)	45,9	3,71	138,00	3,16	0,32	20,80
			ИТОГО:	536	108,00	587,80	20,76	19,93	83,90
завтрак 5-11 кл	доп блюдо	89	Сыр (порциями)	15	20,99	45,00	3,90	4,05	0,00
	гор блюдо	612/32	Зразы из цыпл-бройл. с луком и яйцом /соус томатн	80/40	62,35	127,36	8,90	8,80	17,36
	гор блюдо	249	Каша гречневая рассыпчатая с овощами (греча, мор	180	19,75	264,72	4,60	7,92	42,44
	напиток	10	Какао витаминизированное (какао "Витошка", молоко	210	18,44	105,00	3,90	3,10	15,20
	хлеб	пром	Хлеб пшеничный (1)	42,9	3,47	138,00	3,16	0,32	20,80
			ИТОГО:	568	125,00	680,08	24,46	24,19	95,80
обед 1-4 кл	1 блюдо	95/77	Суп-пюре из картофеля и кабачков , гренки	200/20	40,35	159,14	4,06	8,50	17,40
	2 блюдо	318	Фрикасе из курицы (филе куриной грудки, морковь, л	90	68,97	143,50	11,88	11,30	17,60
	гарнир	214/233	Рис отварной рассыпчатый /овощи припущенные (пе	140/30	29,85	321,50	6,60	7,20	43,70
	напиток	5	Компот из свежих яблок	200	7,46	61,00	0,10	0,10	15,41
	хлеб	пром	Хлеб ржаной (2)	30	2,64	68,55	2,76	0,45	13,00
	хлеб	пром	Хлеб пшеничный(1)	21,4	1,73	69,00	1,58	0,16	10,40
			ИТОГО:	731	151,00	822,69	26,98	27,71	117,51
обед 5-11 кл	1 блюдо	95/77	Суп-пюре из картофеля и кабачков , гренки	250/20	49,80	195,30	5,00	10,43	21,35
	2 блюдо	318	Фрикасе из курицы (филе куриной грудки, морковь, л	110	84,29	150,40	13,20	12,60	19,60
	гарнир	214/233	Рис отварной рассыпчатый /овощи припущенные (пе	160/20	27,88	365,80	7,92	8,64	46,44
	напиток	5	Компот из свежих яблок	200	7,46	61,00	0,10	0,10	15,41
	хлеб	пром	Хлеб ржаной (2)	37,5	3,30	91,40	3,68	0,60	17,28
	хлеб	пром	Хлеб пшеничный(1)	28	2,27	103,50	2,37	0,24	15,60
			ИТОГО:	826	175,00	967,40	32,27	32,61	135,68

- 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 А; Е; D3; С; B1; B2; B6; B12; K1

Старший повар_____