

М Е Н Ю

04.02.2026

Приятного аппетита!

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

ШКОЛА №

ДЕНЬ 8

Прием пищи	Раздел	№ рецепт	Наименование блюд	Выход	Цена	ЭЦ, ккал	Б	Ж	У
завтрак 1-4 кл	доп блюдо доп блюдо гор блюдо напиток хлеб	89 пром 263/49 10 пром	Сыр (порциями) Творожок в индивидуальн упаковке "Наша Маша" (4) Каша молочн "Пять злаков" с карамелизов. ябл/масл Какао витаминизированное (5) Хлеб пшеничный (1)	10 100 160/20/5 200 46,3	14,79 51,17 30,90 17,90 4,24	30,00 97,00 218,30 105,00 138,00	2,60 9,00 4,80 3,90 3,16	2,70 5,00 8,80 3,10 0,32	0,00 4,00 43,80 15,20 20,80
			ИТОГО:	541	119,00	588,30	23,46	19,92	83,80
завтрак 5-11 кл	доп блюдо доп блюдо гор блюдо напиток хлеб	89 пром 263/49 10 пром	Сыр (порциями) Творожок в индивидуальн упаковке "Наша Маша" (4) Каша молочн "Пять злаков" с карамелизов. ябл/масл Какао витаминизированное (5) Хлеб пшеничный (1)	15 100 200/40/5 200 35,9	22,18 51,17 42,46 17,90 3,29	45,00 97,00 300,17 105,00 138,00	3,90 9,00 6,04 3,90 3,16	4,05 5,00 10,90 3,10 0,32	0,00 4,00 56,24 15,20 20,80
			ИТОГО:	596	137,00	685,17	26,00	23,37	96,24
обед 1-4 кл	закуска 1 блюдо 2 блюдо гарнir напиток хлеб хлеб	161 54/81 411/40 214/233 28 пром пром	Яблоки Борщ Сибирский , сметана Биточки рыбн "Любительские" (горбуша)/ соус смета Рис отварной рассыпчатый /овощи припущеные (песк.) Напиток из ягодной смеси Хлеб ржаной (2) Хлеб пшеничный (1)	1 шт 200/10 70/30 130/25 200 30 29,9	25,88 26,21 65,92 28,90 13,49 2,86 2,74	70,50 96,70 140,40 241,50 102,00 68,55 103,50	0,00 4,20 11,10 6,60 0,20 2,76 2,37	0,00 6,52 12,70 7,80 0,10 0,45 0,24	17,64 4,50 8,30 33,70 25,00 13,00 15,60
			ИТОГО:	875	166,00	823,15	27,23	27,81	117,74
обед 5-11 кл	закуска 1 блюдо 2 блюдо гарнir напиток хлеб хлеб	161 54/81 411/40 214/233 28 пром пром	Яблоки Борщ Сибирский , сметана Биточки рыбн "Любительские" (горбуша)/ соус смета Рис отварной рассыпчатый /овощи припущеные (песк.) Напиток из ягодной смеси Хлеб ржаной (2) Хлеб пшеничный (1)	1 шт 250/10 80/30 150/40 200 44,3 45	25,88 31,85 74,70 38,74 13,49 4,22 4,12	70,50 120,90 148,00 281,80 102,00 91,40 138,00	0,00 5,25 12,33 7,92 0,20 3,68 3,16	0,00 8,15 14,10 9,36 0,10 0,60 0,32	17,64 5,63 9,20 40,44 25,00 17,28 20,80
			ИТОГО:	999	193,00	952,60	32,54	32,63	135,99

1.Хлеб пшеничный - хлеб с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (В1; В2; В6; РР; фолиевая кислота, железо; кальций)

2.Хлеб ржаной - хлеб с добавлением витаминно - минерального комплекса "Валетек-8" (В1; В2; В6; РР; фолиевая кислота, железо; кальций)

3.Для приготовления блюд используется йодированная соль.

4.Продукт промышленного производства, обогащенный кальцием.

5.Напиток промышленного производства, обогащенный витаминами А; Е; Д3; С; В1; В2; В6; В12; К1