

СОГЛАСОВАНО
С директором образовательного учреждения
27.01.2026 г

УТВЕРЖДЕНО
Генеральным директором ООО "Резерв ШП"
Е. В. Соболевский 27.01.2026 г

М Е Н Ю

27.01.2026

Приятного аппетита!

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



ШКОЛА №

ДЕНЬ 2

Прием пищи	Раздел	№ рецепт	Наименование блюд	Выход	Цена	ЭЦ, ккал	Б	Ж	У
завтрак 1-4 кл	фрукты гор блюдо напиток хлеб	161	Яблоки	1 шт	25,88	70,50	0,00	0,00	17,64
		258/51	Запеканка творожная "Зебра" (4) , сгущенное молоко	140/20	81,35	308,13	13,10	16,50	32,20
		16	Кофейный напиток с молоком	200	8,81	108,70	4,10	3,30	18,60
		пром	Хлеб пшеничный (1)	32,3	2,96	103,50	2,37	0,24	15,60
			ИТОГО:		542	119,00	590,83	19,57	20,04
завтрак 5-11 кл	фрукты гор блюдо напиток хлеб	161	Яблоки	1 шт	25,88	70,50	0,00	0,00	17,64
		258/51	Запеканка творожная "Зебра" (4) , сгущенное молоко	170/20	97,34	329,20	14,85	19,70	33,60
		16	Кофейный напиток с молоком	200	8,81	108,70	4,10	3,30	18,60
		пром	Хлеб пшеничный (1)	54,2	4,97	172,50	3,95	0,40	26,00
			ИТОГО:		594	137,00	680,90	22,90	23,40
обед 1-4 кл	1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб хлеб	79/81	Борщ с капустой и картофелем, сметана (мдж15%)	200/10	27,51	176,90	7,90	8,63	20,30
		178/33	Котлета из филе белой рыбы/соус молочный с морковью	70/20	86,30	149,10	11,30	12,80	11,54
		187/233	Пюре картофельное /овощи припущенные (смесь овощей)	130/20	39,16	378,36	6,60	10,32	57,12
		5	Компот из свежих яблок	200	7,36	61,00	0,10	0,10	15,41
		пром	Хлеб ржаной (2)	30	2,86	91,40	3,68	0,60	17,28
		пром	Хлеб пшеничный (1)	30,7	2,81	103,50	2,37	0,24	15,60
	ИТОГО:		711	166,00	960,26	31,95	32,69	137,25	
обед 5-11 кл	1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб хлеб	79/81	Борщ с капустой и картофелем, сметана (мдж15%)	250/10	33,47	163,57	2,92	6,70	20,20
		178/33	Котлета из филе белой рыбы/соус молочный с морковью	70/30	87,88	169,10	14,80	15,27	11,54
		187/233	Пюре картофельное /овощи припущенные (смесь овощей)	160/45	58,06	323,80	7,60	9,44	45,30
		5	Компот из свежих яблок	200	7,36	102,00	0,20	0,10	25,00
		пром	Хлеб ржаной (2)	37,5	3,57	91,40	3,68	0,60	17,28
		пром	Хлеб пшеничный (1)	29	2,66	103,50	2,37	0,24	15,60
	ИТОГО:		832	193,00	953,37	31,57	32,35	134,92	

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. В рецептуре блюда витаминизированное какао, обогащенное витаминами А; Е; Д3; С; В1; В2; В6; В12; К1