

СОГЛАСОВАНО
С директором образовательного учреждения
11.02.2026 г



УТВЕРЖДЕНО
Генеральным директором ООО "Резерв ШП"
Е. В. Копытский
11.02.2026 г



МЕНЮ

11.02.2026

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)	15	22,18	45,00	3,90	4,05	0,00
	гор блюдо	167/40	Тефтели из курицы /соус сметанный с томатом	75/20	55,62	104,20	7,30	8,21	9,70
	гор блюдо	214/271	Рис отварной рассыпчатый /кабачки тушеные (каба	130/20	25,02	231,50	3,60	7,20	33,70
	доп блюдо	пром	Конфеты (4)	3 шт/7,5	10,17	54,15	2,25	0,15	11,00
	напиток	1	Чай черный байховый с сахаром	210	2,81	53,00	0,20	0,00	13,70
	хлеб	пром	Хлеб пшеничный (1)	34,9	3,20	103,50	2,37	0,24	15,60
			ИТОГО:	513	119,00	591,35	19,62	19,85	83,70
завтрак 5-11 кл	доп блюдо	89	Сыр (порциями)	20	29,57	60,00	5,20	5,40	0,00
	гор блюдо	167/40	Тефтели из курицы /соус сметанный с томатом	80/40	62,14	115,80	8,10	9,10	10,80
	гор блюдо	214/271	Рис отварной рассыпчатый /кабачки тушеные (каба	160/20	28,60	277,80	4,32	8,64	40,44
	доп блюдо	пром	Конфеты (4)	3 шт/7,5	10,17	54,15	2,25	0,15	11,00
	напиток	1	Чай черный байховый с сахаром	210	2,81	53,00	0,20	0,00	13,70
	хлеб	пром	Хлеб пшеничный (1)	40,5	3,71	138,00	3,16	0,32	20,80
			ИТОГО:	579	137,00	698,75	23,23	23,61	96,74
обед 1-4 кл	1 блюдо	76/77	Суп-пюре из цветной капусты, гренки	200/20	33,49	169,04	5,10	5,43	19,50
	2 блюдо	603	Гуляш из курицы (филе куриной грудки, лук репчат	45/45	71,81	131,50	11,60	11,30	17,60
	гарнир	274/46	Булгур / тыква, припущенная в сливочном масле (ты	130/25	38,01	294,80	6,10	10,50	33,80
	напиток	15	Кисель витаминизированный (5)	200	18,29	90,00	0,00	0,00	23,00
	хлеб	пром	Хлеб ржаной (2)	27	2,57	68,55	2,76	0,45	13,00
	хлеб	пром	Хлеб пшеничный(1)	20	1,83	69,00	1,58	0,16	10,40
			ИТОГО:	712	166,00	822,89	27,14	27,84	117,30
обед 5-11 кл	1 блюдо	76/77	Суп-пюре из цветной капусты, гренки	250/20	41,14	211,30	6,38	6,80	24,40
	2 блюдо	603	Гуляш из курицы (филе куриной грудки, лук репчат	50/50	79,79	146,10	12,90	12,60	19,60
	гарнир	274/46	Булгур / тыква, припущенная в сливочном масле (ты	170/30	48,18	353,76	7,32	12,60	40,60
	напиток	15	Кисель витаминизированный (5)	200	18,29	90,00	0,00	0,00	23,00
	хлеб	пром	Хлеб ржаной (2)	39,6	3,77	91,40	3,68	0,60	17,28
	хлеб	пром	Хлеб пшеничный(1)	20	1,83	69,00	1,58	0,16	10,40
			ИТОГО:	830	193,00	961,56	31,86	32,76	135,28

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.Молочные конфеты "Ешь, как пьешь". 3 шт (7,5 г) = 100 г молока

5.Напиток промышленного производства, обогащенный витаминами А; В1; В2; В5; С

Старший повар _____

Вариант № 11
Общественное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 11»
И.А. Прохорова
Менеджер

ВЕРЖДЕНО
 еральным директором ОО
 В. Корбасюк

РЕЗЕРВ
 ШКОЛЬНОЕ
 ПИТАНИЕ

9-20

МФН 6085102805
 ОГРН 1156658089169

11.02.2026

Приятного аппетита!

ДЕНЬ 3

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 всех блюд используется йодированная соль.
4. Молочные конфеты "Ешь, как пьешь". 3 шт (7,5 г) = 100 г молока
5. Напиток промышленного производства, обогащенный витаминами А; B1; B2; B5; С

Старший повар