

СОГЛАСОВАНО
С директором образовательного учреждения
22.06.2026 г.



УТВЕРЖДЕНО
Генеральным директором ООО "Резерв ШП"
Е. В. Коваленко
22.06.2026 г.



МЕНЮ

22.06.2026

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

Приятного аппетита!

ШКОЛА №

ДЕНЬ

6

Прием пищи	Раздел	№ рецепт	Наименование блюд	Выход	Цена	ЭЦ, ккал	Б	Ж	У
завтрак 7-11 лет	доп блюдо	пром	Батончик злаковый (4)	30	19,04	141,00	1,80	6,30	18,90
	гор блюдо	282/32	Тефтели "Домашние"/ соус томатный	60/30	64,91	112,70	10,70	6,90	5,40
	гор блюдо	189	Каша рассыпчатая гречневая	150	16,96	229,50	6,20	9,20	37,20
	напиток	2	Чай зеленый с лимоном	200/5	5,98	60,00	0,30	0,00	15,20
	хлеб	пром	Хлеб пшеничный (1)	30	2,75	103,50	2,37	0,24	15,60
			ИТОГО:	505	109,64	646,70	21,37	22,64	92,30
			ИТОГО ЗА ДЕНЬ :	1360,00	305,64	1551,87	51,12	53,52	221,32
завтрак 12 лет и старше	доп блюдо	пром	Батончик злаковый (4)	30	19,04	141,00	1,80	6,30	18,90
	гор блюдо	282/32	Тефтели "Домашние"/ соус томатный	60/40	64,91	125,20	11,90	7,70	6,00
	гор блюдо	189	Каша рассыпчатая гречневая	180	16,96	285,40	7,60	11,04	44,60
	напиток	2	Чай зеленый с лимоном	200/5	5,98	60,00	0,30	0,00	15,20
	хлеб	пром	Хлеб пшеничный (1)	40	2,75	138,00	3,16	0,32	20,80
			ИТОГО:	555	109,64	749,60	24,76	25,36	105,50
			ИТОГО ЗА ДЕНЬ :	1510,00	305,64	1796,90	60,24	60,90	253,42
обед 7-11 лет	фрукты	161	Яблоки	1 шт	25,88	70,50	0,00	0,00	17,64
	1 блюдо	78	Суп картофельный с горбушей	200	40,92	146,90	5,80	11,44	10,80
	2 блюдо	399	Азу (картофель, свинина, огурцы консервированные)	220	93,59	385,87	16,90	18,60	40,70
	напиток	пром	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	21,42	91,00	0,00	0,00	24,00
	доп блюдо	пром	Конфеты (5)	5/2 шт	6,78	16,00	1,00	0,00	3,00
	хлеб	пром	Хлеб ржаной (2)	45	4,28	91,40	3,68	0,60	17,28
	хлеб	пром	Хлеб пшеничный (1)	34,2	3,13	103,50	2,37	0,24	15,60
обед 12 лет и старше	фрукты	161	Яблоки	1 шт	25,88	70,50	0,00	0,00	17,64
	1 блюдо	78	Суп картофельный с горбушей	250	40,92	183,60	7,30	14,30	13,50
	2 блюдо	399	Азу (картофель, свинина, огурцы консервированные)	250	93,59	491,30	21,13	20,40	56,90
	напиток	пром	Сок фруктовый в потребительской упаковке	200	21,42	91,00	0,00	0,00	24,00
	доп блюдо	пром	Конфеты (5)	5/2 шт	6,78	16,00	1,00	0,00	3,00
	хлеб	пром	Хлеб ржаной (2)	40	4,28	91,40	3,68	0,60	17,28
	хлеб	пром	Хлеб пшеничный (1)	30	3,13	103,50	2,37	0,24	15,60
			ИТОГО:	955	196,00	1047,30	35,48	35,54	147,92
			ИТОГО ЗА ДЕНЬ :	1510,00	305,64	1796,90	60,24	60,90	253,42

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. Батончик-мюсли содержит в своем составе витамины B1; B2; B6; C; железо; пищевые волокна
5. Молочные конфеты "Ешь, как пьешь". 2 шт (5 г) = 70 г молока

Старший повар _____