



М Е Н Ю
08.07.2026
Меню разработано в соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и МР 2.4.0179-20
Приятного аппетита!

ШКОЛА №		ДЕНЬ							8
Прием пищи	Раздел	№ рецепт	Наименование блюд	Выход	Цена	ЭЦ,ккал	Б	Ж	
завтрак 7-11 лет	гор блюдо	614	Суфле из горбуши с овощами и рисом	80	77,71	140,50	12,30	9,10	
	гор блюдо	187	Пюре картофельное	150	35,04	245,30	4,50	6,60	
	напиток	1	Чай черный байховый с сахаром	200/10	2,87	59,60	0,30	0,10	
	доп блюдо	пром	Пряник с фруктовой начинкой	50	20,40	100,00	1,80	6,00	
	хлеб	пром	Хлеб пшеничный (1)	30	2,89	103,50	2,37	0,24	
ИТОГО:				520	138,91	648,90	21,27	22,04	
обед 7-11 лет	закуска	111	Салат из пекинской капусты со свежими огурцами	60	17,28	57,60	0,60	2,76	
	1 блюдо	76/77	Суп-пюре из цветной капусты, гренки	200/20	33,97	169,04	8,60	9,43	
	2 блюдо	602	Курица, тушеная с овощами (филе цыпленка-бройл	45/45	67,91	132,60	11,70	10,30	
	гарнир	214/233	Рис отварной рассыпчатый /овощи припущенные (п	130/25	27,84	271,50	3,60	7,20	
	напиток	28	Напиток из ягодной смеси	200	13,51	102,00	0,20	0,10	
	хлеб	пром	Хлеб ржаной (2)	33,3	3,33	68,55	2,76	0,45	
	хлеб	пром	Хлеб пшеничный (1)	30	2,89	103,50	2,37	0,24	
ИТОГО:				788	166,73	904,79	29,83	30,48	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ :				1308,00	305,64	1553,69	51,10	52,52	
завтрак 12 лет и старше	гор блюдо	614	Суфле из горбуши с овощами и рисом (филе горбу	100	77,71	156,10	13,70	10,10	
	гор блюдо	187	Пюре картофельное	180	35,04	284,30	5,40	8,00	
	напиток	1	Чай чернЫй байховый с сахаром	200/10	2,87	59,60	0,30	0,10	
	доп блюдо	пром	Пряник с фруктовой начинкой	50	20,40	100,00	1,80	6,00	
	хлеб	пром	Хлеб пшеничный (1)	40	2,89	148,00	3,16	0,32	
ИТОГО:				580	138,91	748,00	24,36	24,52	
обед 12 лет и старше	закуска	111	Салат из пекинской капусты со свежими огурцами	100	17,28	96,00	1,00	4,60	
	1 блюдо	76/77	Суп-пюре из цветной капусты, гренки	250/20	33,97	204,50	10,60	11,57	
	2 блюдо	602	Курица, тушеная с овощами (филе цыпленка-бройл	50/50	67,91	147,30	13,50	10,40	
	гарнир	214/233	Рис отварной рассыпчатый /овощи припущенные (п	180	27,84	325,80	4,30	8,60	
	напиток	28	Напиток из ягодной смеси	200	13,51	102,00	0,20	0,10	
	хлеб	пром	Хлеб ржаной (2)	30	3,33	68,55	2,76	0,45	
	хлеб	пром	Хлеб пшеничный (1)	30	2,89	103,50	2,37	0,24	
ИТОГО:				910	166,73	1047,65	34,73	35,96	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ :				1490,00	305,64	1795,65	59,09	60,48	

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.