

СОГЛАСОВАНО
С директором образовательного учреждения
21.07.2026 г. Л.В. Сметанина



УТВЕРЖДЕНО
Генеральным директором ООО "Резерв ШП"
Е. В. Ковальчук 21.07.2026 г.



М Е Н Ю

21.07.2026

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

Приятного аппетита!

ШКОЛА №

ДЕНЬ 7

Прием пищи	Раздел	№ рецепт	Наименование блюд	Выход	Цена	ЭЦ,ккал	Б	Ж	У
завтрак 7-11 лет	фрукты	161	Яблоки	1 шт	25,88	70,50	0,00	0,00	17,64
	доп блюдо	89	Сыр (порциями)	15	22,18	45,00	3,90	4,05	0,00
	гор блюдо	270/51	Запеканка из творога с морковью , сгущенное молоко	150/20	75,97	320,10	11,20	14,50	40,80
	напиток	16	Кофейный напиток с молоком (молоко 2,5%, кофей	200	8,96	108,70	4,10	3,30	18,60
	хлеб	пром	Хлеб пшеничный (1)	30	2,89	103,50	2,37	0,24	15,60
			ИТОГО:	565	135,88	647,80	21,57	22,09	92,64
обед 7-11 лет	закуска	113	Салат из свежих помидоров с растительным масло	60	24,03	37,00	0,60	5,50	2,10
	1 блюдо	79/81	Борщ с капустой и картофелем, сметана (мдж15%)	200/10	28,06	131,50	6,80	6,40	12,25
	2 блюдо	310/33	Крокеты из кур. филе и цв. капусты/соус мол. с мор	90/20	74,79	120,87	11,80	5,10	8,50
	гарнир	188	Отварные макаронные изделия	150	16,83	251,80	3,90	6,80	40,20
	напиток	24	Напиток "Витошка" (4)	200	14,31	102,00	0,20	0,10	25,00
	доп блюдо	пром	Печенье	30	5,14	89,63	1,38	6,10	12,42
	хлеб	пром	Хлеб ржаной (2)	37,1	3,71	68,55	2,76	0,45	13,00
	хлеб	пром	Хлеб пшеничный (1)	30	2,89	103,50	2,37	0,24	15,60
			ИТОГО:	827	169,76	904,85	29,81	30,69	129,07
			ИТОГО ЗА ДЕНЬ :	1392,00	305,64	1552,65	51,38	52,78	221,71
завтрак 12 лет и старше	фрукты	161	Яблоки	1 шт	25,88	70,50	0,00	0,00	17,64
	доп блюдо	89	Сыр (порциями)	20	22,18	60,00	5,20	5,40	0,00
	гор блюдо	270/51	Запеканка из творога с морковью (творог 9%, морк	180/20	75,97	406,80	14,30	16,40	53,80
	напиток	16	Кофейный напиток с молоком (молоко 2,5%, кофей	200	8,96	108,70	4,10	3,30	18,60
	хлеб	пром	Хлеб пшеничный (1)	30	2,89	103,50	2,37	0,24	15,60
			ИТОГО:	630	135,88	749,50	25,97	25,34	105,64
обед 12 лет и старше	закуска	113	Салат из свежих помидоров с растительным масло	100	24,03	61,70	1,00	6,20	3,50
	1 блюдо	79/81	Борщ с капустой и картофелем, сметана (мдж15%)	250/5	28,06	163,60	8,50	8,00	15,24
	2 блюдо	310/33	Крокеты из кур. филе и цв. капусты/соус мол. с мор	80/20	74,79	134,30	14,67	6,30	10,40
	гарнир	188	Отварные макаронные изделия	180	16,83	302,20	4,70	8,20	48,20
	напиток	24	Напиток "Витошка" (4)	200	14,31	102,00	0,20	0,10	25,00
	доп блюдо	пром	Печенье	50	5,14	89,63	1,38	6,10	12,42
	хлеб	пром	Хлеб ржаной (2)	40	3,71	91,40	3,68	0,60	17,28
	хлеб	пром	Хлеб пшеничный (1)	30	2,89	103,50	2,37	0,24	15,60
			ИТОГО:	955	169,76	1048,33	36,50	35,74	147,64
			ИТОГО ЗА ДЕНЬ :	1585,00	305,64	1797,83	62,47	61,08	253,28

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. Напиток промышленного производства, обогащенный витаминами C; B1; B2; B6; B12; PP; A; E; D3; пантотеновой кислотой, фолиевой кислотой; K1.

Старший повар _____