

СОГЛАСОВАНО:
Директор ГБОУ СОШ (ООШ)



« 20 » 26 г.

СОГЛАСОВАНО:
Представитель родительской
общественности:

Мохова А.А.
Алиса

« 12 » 01 2026 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор

ООО «Детское питание»
Трапезникова Т.Е.



« » г.

Примерное циклическое меню для организации питания

в ГБОУ С(О)ОШ с. пос. Приморский

Ставропольского района
на 2025/2026 уч.год.

(аллергия на молочный белок)

зимний,
весенний периоды

Цикличное меню на 2025/2026 уч.год (аллергия на молочный белок)

Наименование блюда			№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
					Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Понедельник		1-я неделя		Завтрак												
Каша пшенная с подсолнечным маслом	1-4 классы	4.02.	230	10,00	8,80	58,00	339,00	0,31		0,03	4,99	36,46	185,44	0,19	3,58	
	5-11 классы	4.02.	260	11,30	9,90	66,00	383,00	0,50		0,06	6,70	40,20	195,00	0,21	4,20	
Кондитерские изделия в инд. уп. (в ассортименте)	1-4 классы	29 Сб.1997г.	50	1,60	15,10	30,14	263,00									
	5-11 классы	29 Сб.1997г.	50	1,60	15,10	30,14	263,00									
Чай с сахаром	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0,20	0,05	15,01	57,27		0,00			0,35			0,05	
	5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0,20	0,05	15,01	57,27		0,00			0,35			0,05	
Батон пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 31805-2018	20	1,90	0,25	13,00	59,00	0,04			0,60	6,25	20,50	7,25	0,37	
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2018	40	3,16	0,40	20,76	79,00	0,06			1,00	10,00	32,80	13,20	0,60	
Понедельник		1-я неделя		Обед												
Суп картофельный с крупой и рыбными консервами	1-4 классы	101 сб.2015 г.	210	3,50	2,70	16,20	200,00	0,09	8,25	0,00		26,70		22,78	1,34	
	5-11 классы	101 сб.2015 г.	210	3,50	2,70	16,20	200,00	0,09	8,25	0,00		26,70		22,78	1,34	
Гречка по - купечески с мясом (филе куриное)	1-4 классы	193 Сб.2008г.	240	7,30	12,00	8,00	348,00	0,02	0,72	0,00	1,80	3,00	6,00	3,00	38,00	
	5-11 классы	193 Сб.2008г.	240	7,30	12,00	8,00	348,00	0,02	0,72	0,00	1,80	3,00	6,00	3,00	38,00	
Чай с шиповником	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0,20	0,05	15,01	57,27		0,00			0,35			0,05	
	5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0,20	0,05	15,01	57,27		0,00			0,35			0,05	
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	20	1,52	0,18	9,94	45,20	0,02			0,28	4,00	13,00	2,80	0,18	
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	40	3,00	0,36	19,80	90,40	0,04			0,56	8,00	26,00	5,60	0,36	
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	20	1,10	0,20	6,42	38,00	0,02			0,28	4,20	17,40	3,80	0,40	
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	20	1,10	0,20	6,42	38,00	0,02			0,28	4,20	17,40	3,80	0,40	
Десерт фруктовый (яблоко свежее)	1-4 классы	24.01.	60	0,32	0,00	10,00	19,00	0,00	0,00	0,30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	5-11 классы	24.01.	100	0,40	0,00	12,80	38,00	0,00	0,00	0,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
ИТОГО:	Завтрак	1-4 классы	500	13,70	24,20	116,15	718,27	0,34	0,00	0,03	5,59	43,05	205,94	7,44	4,00	
		5-11 классы	550	16,26	25,45	131,91	782,27	0,56	0,00	0,06	7,70	50,55	227,80	13,41	4,85	
	Обед	1-4 классы	750	13,94	15,13	65,57	707,47	0,15	8,97	0,30	2,36	38,25	36,40	32,38	39,97	
		5-11 классы	810	15,50	15,31	78,23	771,67	0,17	8,97	0,70	2,64	42,25	49,40	35,18	40,15	

Цикличное меню на 2025/2026 уч.год (аллергия на молочный белок)

Наименование блюда		№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Вторник		1-я неделя		Завтрак											
Изделие кулинарное мясное с соусом	1-4 классы	29 Сб.1997г.	90	5,20	6,60	2,74	108,50					14,50	80,50	10,00	0,85
	5-11 классы	29 Сб.1997г.	100	5,72	7,26	3,02	117,05					15,95	88,55	11,00	0,94
Макаронные изделия отварные	1-4 классы	205 Сб. 2011 г.	180	6,10	5,89	43,92	254,95	0,01	0,01	0,01	0,48	9,92	8,26	1,92	0,07
	5-11 классы	205 Сб. 2011 г.	200	6,70	6,54	48,80	283,27	0,01	0,01	0,01	0,53	11,02	9,17	2,13	0,08
Чай с лимоном	1-4 классы	629 сб.1996г.	207	0,24	0,05	13,76	53,71	0,00	2,80			3,11	1,54	0,84	0,09
	5-11 классы	629 сб.1996г.	207	0,24	0,05	13,76	53,71	0,00	2,80			3,11	1,54	0,84	0,09
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	20	1,52	0,18	9,94	45,20	0,02			0,28	4,00	13,00	2,80	0,18
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	30	2,28	0,27	14,91	67,80	0,03			0,50	6,00	19,50	4,20	0,27
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	20	1,10	0,20	6,42	38,00	0,02			0,28	4,20	17,40	3,80	0,40

		5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	20	1,10	0,20	6,42	38,00	0,02			0,28	4,20	17,40	3,80	0,40
Вторник			1-я неделя	Обед												
Салат из свеклы с чесноком		1-4 классы	23 Сб.2008г.	60	0,97	7,00	6,16	109,33	0,01	5,70		1,34	21,09	24,51	24,51	
		5-11 классы	23 Сб.2008г.	100	1,62	9,00	10,26	145,55	0,02	9,50		2,23	35,15	40,85	40,85	
Щи из свежей капусты с картофелем		1-4 классы	120 Сб.1996г.	210	1,80	5,53	8,80	115,70	0,07	26,51	0,01	1,77	37,54	43,20	18,24	
		5-11 классы	120 Сб.1996г.	210	1,80	5,53	8,80	115,70	0,07	26,51	0,01	1,77	37,54	43,20	18,24	
Котлеты из мяса кур с соусом		1-4 классы	423 Сб.1996г.	90	8,94	10,03	9,97	133,17	0,02	1,16	0,00	1,31	5,79	14,49	4,56	36,97
		5-11 классы	423 Сб.1996г.	100	11,34	13,57	12,40	175,92	0,03	1,02	0,00	2,21	6,54	3,89	4,85	27,82
Рис припущенный с овощами		1-4 классы	423 Сб.1996г.	150	4,20	4,20	12,00	276,00		2,60	23,00		26,00		36,00	1,30
		5-11 классы	423 Сб.1996г.	180	5,30	5,10	18,00	310,00		3,00	29,00		31,00		42,00	2,60
Чай фруктовый		1-4 классы	629 сб.1996г.	200	0,60	0,40	10,40	67,60	0,00	2,80			3,11	1,54	0,84	0,09
		5-11 классы	629 сб.1996г.	200	0,60	0,40	10,40	67,60	0,00	2,80			3,11	1,54	0,84	0,09
Хлеб пшеничный		1-4 классы	ГОСТ 27844-88	20	1,52	0,18	9,94	45,20	0,02			0,28	4,00	13,00	2,80	0,18
		5-11 классы	ГОСТ 27844-88	20	1,52	0,18	9,94	45,20	0,02			0,28	4,00	13,00	2,80	0,18
Хлеб ржаной		1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	20	1,10	0,20	6,42	38,00	0,02			0,28	4,20	17,40	3,80	0,40
		5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	20	1,10	0,20	6,42	38,00	0,02			0,28	4,20	17,40	3,80	0,40
ИТОГО:	Завтрак		1-4 классы	517	14,17	12,92	76,78	500,36	0,05	2,81	0,01	1,04	35,73	120,70	19,36	1,59
			5-11 классы	557	16,05	14,32	86,90	559,83	0,07	2,81	0,01	1,31	40,28	136,16	21,97	1,78
	Обед		1-4 классы	750	19,14	27,54	63,69	785,00	0,14	38,77	23,01	4,98	101,73	114,15	90,75	38,94
			5-11 классы	830	23,28	33,97	76,22	897,97	0,15	42,83	29,01	6,78	121,54	119,89	113,38	31,09

Циклическое меню на 2025/2026 уч.год (аллергия на молочный белок)

Наименование блюда		№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Среда		1-я неделя		Завтрак											
Каша гречневая рассыпчатая	1-4 классы	463.01.Сб. 1996г.	180	8,72	6,46	32,56	278,97	0,31		0,03	4,99	36,46	185,44	0,19	3,58
	5-11 классы	463.01.Сб. 1996г.	200	11,70	8,60	43,40	371,80	0,31		0,03	4,99	36,46	185,44	0,19	3,58
Оладьи	1-4 классы	423 Сб.1996г.	60	5,00	4,45	27,00	185,00	0,05	0,50	0,05	2,05	90,00	89,00	15,00	8,50
	5-11 классы	423 Сб.1996г.	120	10,00	8,90	54,00	370,00	0,10	1,00	0,10	4,10	160,00	178,00	30,00	1,70
Чай без сахара	1-4 классы	629 сб.1996г.	200	0,20	0,00	0,60	2,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,35	0,00	0,00	0,05
	5-11 классы	629 сб.1996г.	200	0,20	0,00	0,60	2,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,35	0,00	0,00	0,05
Батон пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	20	1,90	0,25	13,00	59,00	0,04			0,60	6,25	20,50	7,25	0,37
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	20	1,90	0,25	13,00	59,00	0,04			0,60	6,25	20,50	7,25	0,37
Среда		1-я неделя		Обед											
Салат из моркови с чесноком и раст.маслом/ Салат из св. огурцов, помидоров*	1-4 классы	16 Сб.1996г.	60	0,90	3,64	6,71	64,79	0,80	2,00	0,00		14,24	14,10	6,70	0,40
	5-11 классы	16 Сб.1996г.	100	1,56	6,11	12,10	111,09	0,15	4,10	0,00		23,73	23,21	13,00	0,60
Суп картофельный с макаронными изделиями	1-4 классы	139 Сб.1996г.	200	2,27	2,14	19,16	100,42	0,09	13,20		1,07	14,00	50,80	19,24	0,71
	5-11 классы	139 Сб.1996г.	250	2,84	2,67	23,95	125,53	0,12	16,50		1,34	17,50	63,50	24,05	0,89
Азу с говядиной	1-4 классы	402 сб. 2015 г.	230	20,47	23,00	20,35	380,00	0,13	8,00	0,01	4,70	29,90	236,00	48,30	

	5-11 классы	402 сб. 2015 г.	230	20,47	23,00	20,35	380,00	0,13	8,00	0,01	4,70	29,90	236,00	48,30	
Напиток из шиповника	1-4 классы	289 Сб.2008г.	180	0,72		24,27	96,71	0,03	216,00		0,31	12,15	3,60	3,60	5,08
	5-11 классы	289 Сб.2008г.	180	0,72		24,27	96,71	0,03	216,00		0,31	12,15	3,60	3,60	5,08
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	20	1,52	0,18	9,94	45,20	0,02			0,28	4,00	13,00	2,80	0,18
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	30	2,28	0,27	14,91	67,80	0,03			0,50	6,00	19,50	4,20	0,27
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	20	1,10	0,20	6,42	38,00	0,02			0,28	4,20	17,40	3,80	0,40
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	20	1,10	0,20	6,42	38,00	0,02			0,28	4,20	17,40	3,80	0,40
ИТОГО:	Завтрак	1-4 классы	460	15,82	11,16	73,16	525,37	0,39	0,50	0,08	7,64	133,05	294,94	22,44	12,50
		5-11 классы	540	23,80	17,75	111,00	803,20	0,44	1,00	0,13	9,69	203,05	383,94	37,44	5,70
	Обед	1-4 классы	710	26,99	29,16	86,84	725,12	1,09	239,20	0,01	6,64	78,49	334,90	84,44	6,77
		5-11 классы	810	28,97	32,25	101,99	819,12	0,47	244,60	0,01	7,13	93,48	363,21	96,95	7,24

Циклическое меню на 2025/2026 учеб.год (аллергия на молочный белок)

Наименование блюда		№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Четверг		1-я неделя		Завтрак											
Огурцы солёные порционно	1-4 классы	24 Сб.1996г.	20	0,55		0,28	3,22					5,00	4,00		0,24
	5-11 классы	24 Сб.1996г.	20	0,55		0,27	3,22					5,00	4,00		0,24
Голубцы ленивые из мяса кур с соусом	1-4 классы	423 Сб.1996г.	90	8,94	10,03	9,97	163,17	0,02	1,16	0,00	1,31	5,79	14,49	4,56	36,97
	5-11 классы	423 Сб.1996г.	100	11,34	13,57	12,40	175,92	0,03	1,02	0,00	2,21	6,54	3,89	4,85	27,82
Картофель отварной	1-4 классы	472 Сб.1996г.	150	3,09	0,16	30,47	128,39	0,19	30,94			15,47	89,72	35,58	1,39
	5-11 классы	472 Сб.1996г.	180	3,71	0,19	36,57	154,07	0,22	37,13			18,56	107,67	42,70	1,67
Чай фруктовый	1-4 классы	629 сб.1996г.	200	0,60	0,40	10,40	67,60	0,00	2,80			3,11	1,54	0,84	0,09
	5-11 классы	629 сб.1996г.	200	0,60	0,40	10,40	67,60	0,00	2,80			3,11	1,54	0,84	0,09
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	20	1,52	0,18	9,94	45,20	0,02			0,28	4,00	13,00	2,80	0,18
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	30	2,28	0,27	14,91	67,80	0,03			0,50	6,00	19,50	4,20	0,27
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	20	1,10	0,20	6,42	38,00	0,02			0,28	4,20	17,40	3,80	0,40
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	20	1,10	0,20	6,42	38,00	0,02			0,28	4,20	17,40	3,80	0,40
Четверг		1-я неделя		Обед											
Салат картофельный с огурцами солеными и квашеной капустой	1-4 классы	37 Сб.2015г.	60	1,28	1,84	7,32	49,22	0,04	7,08		0,81	12,71	28,46	10,58	0,53
	5-11 классы	37 Сб.2015г.	100	2,13	3,06	12,20	82,03	0,07	11,80		1,35	21,18	47,43	17,64	0,89
Борщ Сибирский	1-4 классы	102 сб.2015 г.	210	5,10	3,60	14,80	168,00	0,13	9,30	0,17	0,24	40,00	111,20	30,40	1,52
	5-11 классы	102 сб.2015 г.	210	5,10	3,60	14,80	168,00	0,13	9,30	0,17	0,24	40,00	111,20	30,40	1,52
Стейк /Шницель из мяса кур с соусом	1-4 классы	520 Сб.1997г.	090	11,65	8,57	2,10	169,99	0,01	0,96	0,00	1,31	2,76	5,19	2,47	36,84
	5-11 классы	520 Сб.1997г.	100	12,90	9,19	5,09	207,50	0,00	0,72	0,00	1,80	2,07	3,89	1,85	27,63
Пюре из гороха	1-4 классы	270 Сб.1996г.	130	15,00	4,00	38,00	245,00	0,63		0,02		63,42	158,89	61,62	4,90
	5-11 классы	270 Сб.1996г.	150	16,13	4,92	40,25	260,29	0,63		0,02		63,42	158,89	61,62	4,90
Чай с сахаром	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0,20	0,05	15,01	57,27		0,00			0,35			0,05
	5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0,20	0,05	15,01	57,27		0,00			0,35			0,05
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	20	1,52	0,18	9,94	45,20	0,02			0,28	4,00	13,00	2,80	0,18
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	20	1,52	0,18	9,94	45,20	0,02			0,28	4,00	13,00	2,80	0,18

Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	20	1,10	0,20	6,42	38,00	0,02			0,28	4,20	17,40	3,80	0,40
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	20	1,10	0,20	6,42	38,00	0,02			0,28	4,20	17,40	3,80	0,40
ИТОГО:	Завтрак	1-4 классы	500	15,81	10,97	67,48	445,58	0,25	34,90	0,00	1,87	37,57	140,15	47,58	
		5-11 классы	550	19,59	14,62	80,97	506,61	0,30	40,95	0,00	2,99	43,41	154,00	56,38	30,49
	Обед	1-4 классы	730	35,85	18,43	93,58	772,68	0,85	17,34	0,19	2,92	127,44	334,14	111,67	44,42
		5-11 классы	800	39,07	21,20	103,70	858,29	0,87	21,82	0,19	3,95	135,21	351,81	118,11	35,57

Цикличное меню на 2025/2026 уч.год (аллергия на молочный белок)

Наименование блюда		№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Пятница		1-я неделя		Завтрак												
Рис припущенный		1-4 классы	270 С6.1996г.	180	4,40	7,70	46,60	264,00	0,05	0,90	0,00	0,00	11,56	0,00	1,10	
		5-11 классы	270 С6.1996г.	180	4,40	7,70	46,60	264,00	0,05	0,90	0,00	0,00	11,56	0,00	1,10	
Десерт фруктовый (яблоко свежее)		1-4 классы	24.01.	60	0,32	0,00	10,00	19,00	0,00	0,00	0,30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
		5-11 классы	24.01.	100	0,40	0,00	12,80	38,00	0,00	0,00	0,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Компот из сухофруктов		1-4 классы	283 С6.2008г.	200	0,88	0,01	32,14	126,10	0,01	0,55			30,74	21,14	16,47	4,16
		5-11 классы	283 С6.2008г.	200	0,88	0,01	32,14	126,10	0,01	0,55			30,74	21,14	16,47	4,16
Батон пшеничный		1-4 классы	ГОСТ 27844-88	40	3,80	0,50	26,00	118,00	0,08			1,20	12,50	41,00	14,50	0,74
		5-11 классы	ГОСТ 27844-88	50	4,75	0,62	32,50	147,50	0,10			1,50	15,62	51,25	18,00	0,92
Пятница		1-я неделя		Обед												
Винегрет овощной		1-4 классы	60 С6.1996г.	60	1,17	6,19	5,49	79,71	0,04	5,52		2,70	14,13	26,27	12,20	0,49
		5-11 классы	60 С6.1996г.	100	1,95	8,32	9,14	132,85	0,06	9,20		4,49	23,55	43,78	20,33	0,82
Рассольник ленинградский (крупа перловая)		1-4 классы	42 С6.2008г.	200	2,29	5,59	16,30	143,00	0,09	12,85	0,01	1,77	24,28	54,00	19,24	0,81
		5-11 классы	42 С6.2008г.	200	2,29	5,59	16,30	143,00	0,09	12,85	0,01	1,77	24,28	54,00	19,24	0,81
Изделие кулинарное мясное с соусом		1-4 классы	29 С6.1997г.	90	5,20	6,60	2,74	133,00					14,50	80,50	10,00	0,85
		5-11 классы	29 С6.1997г.	100	5,72	7,26	3,02	151,00					15,95	88,55	11,00	0,94
Макаронные изделия отварные		1-4 классы	205 С6. 2011 г.	150	5,00	4,90	36,60	212,45	0,01	0,01	0,01	0,48	8,00	7,00	1,00	0,04
		5-11 классы	205 С6. 2011 г.	180	6,10	5,89	43,92	254,95	0,01	0,01	0,01	0,48	9,92	8,26	1,92	0,07
Чай с лимоном		1-4 классы	629 с6.1996г.	187	0,24	0,05	13,76	53,71	0,00	2,80			3,11	1,54	0,84	0,09
		5-11 классы	629 с6.1996г.	187	0,24	0,05	13,76	53,71	0,00	2,80			3,11	1,54	0,84	0,09
Хлеб пшеничный		1-4 классы	ГОСТ 27844-88	20	1,52	0,18	9,94	45,20	0,02			0,28	4,00	13,00	2,80	0,18
		5-11 классы	ГОСТ 27844-88	25	1,90	0,25	12,43	56,50	0,03			0,42	5,00	16,25	3,50	0,23
Хлеб ржаной		1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	20	1,10	0,20	6,42	38,00	0,02			0,28	4,20	17,40	3,80	0,40
		5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	25	1,38	0,25	8,02	47,50	0,02			0,42	5,25	21,75	4,75	0,50
ИТОГО:	Завтрак		1-4 классы	480	9,40	8,21	114,74	527,10	0,14	1,45	0,30	1,20	54,80	62,14	32,07	4,90
			5-11 классы	530	10,43	8,33	124,04	575,60	0,16	1,45	0,70	1,50	57,92	72,39	35,57	5,08
	Обед		1-4 классы	727	16,52	23,71	91,24	705,07	0,17	21,18	0,02	5,51	72,22	199,71	49,88	2,86
			5-11 классы	817	18,85	25,25	140,17	839,51	0,21	24,86	0,02	7,59	87,06	234,13	61,58	3,45

Цикличное меню на 2025/2026 уч.год (аллергия на молочный белок)

Наименование блюда		№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо

<u>Понедельник</u>		<u>2-я неделя</u>	<u>Завтрак</u>												
Овощи консерв. (помидоры порционно.)/Овощи свежие (помидоры порционно.)*	1-4 классы	24 Сб.1996г.	40	0,44	0,08	1,52	8,00					20,00	16,00		9,80
	5-11 классы	24 Сб.1996г.	50	0,55	0,10	1,90	10,00					25,00	20,00		12,25
Стейк /Шницель из мяса кур с соусом	1-4 классы	520 Сб.1997г.	090	11,65	8,57	2,10	169,99	0,01	0,96	0,00	1,31	2,76	5,19	2,47	36,84
	5-11 классы	520 Сб.1997г.	100	12,90	9,19	5,09	207,50	0,00	0,72	0,00	1,80	2,07	3,89	1,85	27,63
Рис припущенный с овощами	1-4 классы	423 Сб.1996г.	150	4,20	4,20	12,00	276,00		2,60	23,00		26,00		36,00	1,30
	5-11 классы	423 Сб.1996г.	180	5,30	5,10	18,00	310,00		3,00	29,00		31,00		42,00	2,60
Чай с сахаром	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0,20	0,05	15,01	57,27		0,00			0,35			0,05
	5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0,20	0,05	15,01	57,27		0,00			0,35			0,05
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	20	1,52	0,18	9,94	45,20	0,02			0,28	4,00	13,00	2,80	0,18
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	20	1,52	0,18	9,94	45,20	0,02			0,28	4,00	13,00	2,80	0,18
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	20	1,10	0,20	6,42	38,00	0,02			0,28	4,20	17,40	3,80	0,40
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	20	1,10	0,20	6,42	38,00	0,02			0,28	4,20	17,40	3,80	0,40
<u>Понедельник</u>		<u>2-я неделя</u>	<u>Обед</u>												
Салат из б/к капусты / Десерт фруктовый (яблоко свежее) *	1-4 классы	62 Сб.1997г.	60	0,90	3,00	5,97	53,56	0,03	23,95		1,30	24,88	17,96	9,85	0,49
	5-11 классы	62 Сб.1997г.	100	1,34	5,01	9,95	89,29	0,05	39,95		2,16	41,49	29,96	16,42	0,82
Суп крестьянский с крупой	1-4 классы	132 Сб.1996г.	200	2,14	2,24	13,71	157,00	0,09	6,60		1,55	20,88	66,12	22,80	1,04
	5-11 классы	132 Сб.1996г.	200	2,14	2,24	13,71	157,00	0,09	6,60		1,55	20,88	66,12	22,80	1,04
Голубцы ленивые из мяса кур с соусом	1-4 классы	423 Сб.1996г.	90	8,94	10,03	9,97	133,17	0,02	1,16	0,00	1,31	5,79	14,49	4,56	36,97
	5-11 классы	423 Сб.1996г.	100	11,34	13,57	12,40	175,92	0,03	1,02	0,00	2,21	6,54	3,89	4,85	27,82
Каша гречневая рассыпчатая	1-4 классы	463.01.Сб. 1996г.	150	7,72	5,38	26,32	232,59	0,26		0,02	4,16	30,40	154,62	0,16	2,99
	5-11 классы	463.01.Сб. 1996г.	180	8,72	6,46	32,56	278,97	0,31		0,03	4,99	36,46	185,44	0,19	3,58
Чай с шиповником	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0,20	0,05	15,01	57,27		0,00			0,35			0,05
	5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0,20	0,05	15,01	57,27		0,00			0,35			0,05
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	20	1,52	0,18	9,94	45,20	0,02			0,28	4,00	13,00	2,80	0,18
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	20	1,52	0,18	9,94	45,20	0,02			0,28	4,00	13,00	2,80	0,18
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	20	1,10	0,20	6,42	38,00	0,02			0,28	4,20	17,40	3,80	0,40
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	20	1,10	0,20	6,42	38,00	0,02			0,28	4,20	17,40	3,80	0,40
ИТОГО:	Завтрак	1-4 классы	520	19,11	13,28	46,98	594,46	0,04	3,56	23,00	1,87	57,31	51,59	45,07	48,57
		5-11 классы	570	21,57	14,82	56,36	667,97	0,04	3,72	29,00	2,36	66,62	54,29	50,45	43,11
	Обед	1-4 классы	740	22,52	21,09	87,34	716,78	0,44	31,71	0,02	8,87	90,49	283,60	43,96	42,12
		5-11 классы	820	26,36	27,70	99,99	841,65	0,51	47,57	0,03	11,47	113,92	315,82	50,86	33,89

Цикличное меню на 2025/2026 уч.год (аллергия на молочный белок)

Наименование блюда		№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
<u>Вторник</u>		<u>2-я неделя</u>		<u>Завтрак</u>											
Бутерброд горячий с сыром	1-4 классы	24 Сб.1996г.	40	5,29	6,68	10,32	123,50	0,01	0,32	0,09	0,06	200,00	108,00	10,00	
	5-11 классы	24 Сб.1996г.	40	5,29	6,68	10,32	123,50	0,01	0,32	0,09	0,06	200,00	108,00	10,00	
Каша пшенная с подсолнечным маслом	1-4 классы	4.02.	230	10,00	8,80	58,00	339,00	0,31		0,03	4,99	36,46	185,44	0,19	3,58
	5-11 классы	4.02.	260	11,30	9,90	66,00	383,00	0,50		0,06	6,70	40,20	195,00	0,21	4,20
Чай с яблоком	1-4 классы	629 сб.1996г.	200	0,24	0,05	13,76	53,71	0,00	2,80			3,11	1,54	0,84	0,09

Батон пшеничный		5-11 классы	629 с6.1996г.	200	0,24	0,05	13,76	53,71	0,00	2,80			3,11	1,54	0,84	0,09
		1-4 классы	ГОСТ 31805-2018	30	3,00	0,20	19,00	87,00	0,03			1,00	10,00	32,80	13,20	0,60
		5-11 классы	ГОСТ 31805-2018	50	3,95	0,50	25,95	118,00	0,08			1,25	12,50	41,00	16,50	0,75
Вторник			2-я неделя		Обед											
Салат из свеклы		1-4 классы	23 С6.2008г.	60	0,97	7,00	6,16	109,33	0,01	5,70		1,34	21,09	24,51	24,51	
		5-11 классы	23 С6.2008г.	100	1,62	9,00	10,26	145,55	0,02	9,50		2,23	35,15	40,85	40,85	
Суп картофельный с рисом и томатом		1-4 классы	174 с6. 2015г.	200	1,47	4,22	12,74	108,50	0,07	26,51	0,01	1,77	37,54	43,20	18,24	
		5-11 классы	174 с6. 2015г.	250	2,60	5,30	17,60	144,00	0,08	33,13	0,01	2,21	44,68	52,46	22,55	
Вермишель (спагетти) с соусом Болоньезе		1-4 классы	205 С6. 2011 г.	200	5,66	12,00	35,00	347,00	0,01	3,80	0,00		18,00	16,00	7,60	0,30
		5-11 классы	205 С6. 2011 г.	220	6,23	13,24	38,59	360,00	0,02	3,98	0,00		18,26	16,31	7,94	0,35
Чай с сахаром		1-4 классы	628 С6.1996г.	200	0,20	0,05	15,01	57,27		0,00			0,35			0,05
		5-11 классы	628 С6.1996г.	200	0,20	0,05	15,01	57,27		0,00			0,35			0,05
Хлеб пшеничный		1-4 классы	ГОСТ 27844-88	20	1,52	0,18	9,94	45,20	0,02			0,28	4,00	13,00	2,80	0,18
		5-11 классы	ГОСТ 27844-88	20	1,52	0,18	9,94	45,20	0,02			0,28	4,00	13,00	2,80	0,18
Хлеб ржаной		1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	20	1,10	0,20	6,42	38,00	0,02			0,28	4,20	17,40	3,80	0,40
		5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	20	1,10	0,20	6,42	38,00	0,02			0,28	4,20	17,40	3,80	0,40
ИТОГО:	Завтрак		1-4 классы	500	18,53	15,73	101,08	603,21	0,35	3,12	0,12	6,05	249,57	327,78	24,23	4,27
			5-11 классы	550	20,78	17,13	116,03	678,21	0,59	3,12	0,15	8,01	255,81	345,54	27,55	5,04
	Обед		1-4 классы	700	10,92	23,65	85,26	705,30	0,13	36,01	0,01	3,67	85,18	114,11	56,95	0,93
			5-11 классы	810	13,27	27,97	97,82	790,02	0,16	46,61	0,01	5,01	106,63	140,02	77,94	0,98

Цикличное меню на 2025/2026 уч.год (аллергия на молочный белок)

Наименование блюда		№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Среда		2-я неделя		Завтрак											
Икра кабачковая(порционно)	1-4 классы	31 С6.1997г.	20	0,40	1,80	1,72	24,40	0,00	1,40			8,20	13,40	7,00	1,40
	5-11 классы	31 С6.1997г.	50	1,00	4,50	4,30	61,00	0,01	3,50			20,50	33,50	17,50	3,50
Гречка по - купечески с мясом (филе куриное)	1-4 классы	193 С6.2008г.	240	7,30	12,00	8,00	348,00	0,02	0,72	0,00	1,80	3,00	6,00	3,00	38,00
	5-11 классы	193 С6.2008г.	240	7,30	12,00	8,00	348,00	0,02	0,72	0,00	1,80	3,00	6,00	3,00	38,00
Компот из сухофруктов	1-4 классы	283 С6.2008г.	200	0,88		32,14	126,10	0,01	0,55			30,74	21,14	16,47	4,16
	5-11 классы	283 С6.2008г.	200	0,88		32,14	126,10	0,01	0,55			30,74	21,14	16,47	4,16
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	20	1,52	0,18	9,94	45,20	0,02			0,28	4,00	13,00	2,80	0,18
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	40	3,00	0,36	19,00	90,00	0,04			0,56	8,00	26,00	5,60	0,36
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	20	1,10	0,20	6,42	38,00	0,02			0,28	4,20	17,40	3,80	0,40
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	20	1,10	0,20	6,42	38,00	0,02			0,28	4,20	17,40	3,80	0,40
Среда		2-я неделя		Обед											
Салат " Витаминный/Салат из квашеной капусты с маслом	1-4 классы	23 С6.2008г.	60	1,28	5,44	7,27	93,14	0,01	5,70		1,34	21,09	24,51	24,51	
	5-11 классы	23 С6.2008г.	100	2,13	9,08	12,12	154,50	0,02	9,50		2,23	35,15	40,85	40,85	
Борщ с капустой	1-4 классы	110 С6.1996г.	210	3,83	5,52	11,71	168,00	0,05	16,83	0,01	1,82	37,90	45,97	27,12	56,04

Ворщ с капустой и картофелем		5-11 классы	110 С6.1996г.	210	3,83	5,52	11,71	168,00	0,05	16,83	0,01	1,82	37,90	45,97	27,12	56,04
Тефтели из мяса кур с соусом		1-4 классы	423 С6.1996г.	90	6,80	7,11	9,62	158,00	0,02	2,46		2,15	8,82	20,64	5,96	37,07
		5-11 классы	423 С6.1996г.	100	7,20	9,41	11,78	172,00	0,03	2,82		2,55	10,68	25,62	6,75	27,96
Картофель отварной		1-4 классы	472 С6.1996г.	150	3,09	0,16	30,47	128,39	0,19	30,94			15,47	89,72	35,58	1,39
		5-11 классы	472 С6.1996г.	180	3,71	0,19	36,57	154,07	0,22	37,13			18,56	107,67	42,70	1,67
Чай фруктовый		1-4 классы	629 с6.1996г.	200	0,60	0,40	10,40	67,60	0,00	2,80			3,11	1,54	0,84	0,09
		5-11 классы	629 с6.1996г.	200	0,60	0,40	10,40	67,60	0,00	2,80			3,11	1,54	0,84	0,09
Хлеб пшеничный		1-4 классы	ГОСТ 27844-88	20	1,52	0,18	9,94	45,20	0,02			0,28	4,00	13,00	2,80	0,18
		5-11 классы	ГОСТ 27844-88	30	2,28	0,27	14,91	67,80	0,03			0,50	6,00	19,50	4,20	0,27
Хлеб ржаной		1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	20	1,10	0,20	6,42	38,00	0,02			0,28	4,20	17,40	3,80	0,40
		5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	20	1,10	0,20	6,42	38,00	0,02			0,28	4,20	17,40	3,80	0,40
ИТОГО:	Завтрак		1-4 классы	500	11,20	14,18	58,22	581,70	0,07	2,67	0,00	2,36	50,14	70,94	33,07	44,14
			5-11 классы	550	13,28	17,06	69,86	663,10	0,09	4,77	0,00	2,64	66,44	104,04	46,37	46,42
	Обед		1-4 классы	750	18,23	19,01	85,83	698,33	0,31	58,73	0,01	5,87	94,59	212,78	100,61	95,18
			5-11 классы	840	20,86	25,07	103,91	821,97	0,37	69,08	0,01	7,39	115,60	258,54	126,25	86,43

Цикличное меню на 2025/2026 уч.год (аллергия на молочный белок)

Наименование блюда		№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Четверг		2-я неделя		Завтрак											
Рис припущенный	1-4 классы	270 С6.1996г.	150	3,60	6,60	38,48	237,00	0,04	0,60	0,00	0,00	8,60	0,00	0,90	
	5-11 классы	270 С6.1996г.	180	4,40	7,70	46,60	264,00	0,05	0,90	0,00	0,00	11,56	0,00	1,10	
Кондитерское изделие (пастила фруктовая)	1-4 классы	ПР	25	2,40	0,00	59,00	170,00								
	5-11 классы	ПР	25	2,40	0,00	59,00	170,00								
Чай с сахаром	1-4 классы	628 С6.1996г.	200	0,20	0,05	15,01	57,27		0,00			0,35			0,05
	5-11 классы	628 С6.1996г.	200	0,20	0,05	15,01	57,27		0,00			0,35			0,05
Батон пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 31805-2018	30	3,00	0,20	19,00	87,00	0,03			1,00	10,00	32,80	13,20	0,60
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2018	50	3,95	0,50	25,95	118,00	0,08			1,25	12,50	41,00	16,50	0,75
Четверг		2-я неделя		Обед											
Салат из моркови с чесноком и раст.маслом/ Салат из св. огурцов, помидоров*	1-4 классы	16 С6.1996г.	60	0,90	3,64	6,71	64,79	0,80	2,00	0,00		14,24	14,10	6,70	0,40
	5-11 классы	16 С6.1996г.	100	1,56	6,11	12,10	111,09	0,15	4,10	0,00		23,73	23,21	13,00	0,60
Суп с клецками	1-4 классы	107 с6. 2015 г.	210	3,80	3,34	11,40	110,00	0,05	3,68	102,00	0,00	10,40	36,00	12,80	0,54
	5-11 классы	107 с6. 2015 г.	210	3,80	3,34	11,40	110,00	0,05	3,68	102,00	0,00	10,40	36,00	12,80	0,54
Гуляш из птицы (филе куриное)	1-4 классы	428 С6.1996г.	90	4,78	4,24	1,42	163,00	0,10	1,94	0,03	3,88	29,96	200,97	34,01	2,08
	5-11 классы	428 С6.1996г.	100	4,78	4,24	1,42	163,00	0,10	1,94	0,03	3,88	29,96	200,97	34,01	2,08
Каша пшеничная рассыпчатая	1-4 классы	171 С6. 2015 г.	150	6,40	7,50	37,50	243,00	0,01	0,01	0,01	0,40	8,27	6,89	1,60	
	5-11 классы	171 С6. 2015 г.	150	6,40	7,50	37,50	243,00	0,01	0,01	0,01	0,40	8,27	6,89	1,60	

Чай с лимоном	1-4 классы	629 с6.1996г.	207	0,24	0,05	13,76	53,71	0,00	2,80			3,11	1,54	0,84	0,09
	5-11 классы	629 с6.1996г.	207	0,24	0,05	13,76	53,71	0,00	2,80			3,11	1,54	0,84	0,09
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	20	1,52	0,18	9,94	45,20	0,02			0,28	4,00	13,00	2,80	0,18
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	20	1,52	0,18	9,94	45,20	0,02			0,28	4,00	13,00	2,80	0,18
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	20	1,10	0,20	6,42	38,00	0,02			0,28	4,20	17,40	3,80	0,40
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	20	1,10	0,20	6,42	38,00	0,02			0,28	4,20	17,40	3,80	0,40
ИТОГО:	Завтрак	1-4 классы	405	9,20	6,85	131,49	551,27	0,07	0,60	0,00	1,00	18,95	32,80	14,10	0,65
		5-11 классы	455	10,95	8,25	146,56	609,27	0,13	0,90	0,00	1,25	24,41	41,00	17,60	0,80
	Обед	1-4 классы	757	18,75	19,14	87,14	717,70	1,00	10,43	102,04	4,84	74,19	289,90	62,55	3,69
		5-11 классы	807	19,40	21,62	92,54	764,00	0,35	12,53	102,04	4,84	83,68	299,01	68,85	3,89

Цикличное меню на 2025/2026 уч.год (аллергия на молочный белок)

Наименование блюда		№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Пятница		2-я неделя		Завтрак											
Макароны, запеченные с яйцом (без молока)	1-4 классы	428 С6.1996г.	150	7,70	6,90	23,03	262,00	0,10	1,94	0,03	3,88	29,96	200,97	34,01	2,08
	5-11 классы	428 С6.1996г.	200	10,20	9,20	31,00	326,00	0,13	2,58	0,05	5,00	40,00	268,00	45,00	2,70
Десерт фруктовый (яблоко свежее)	1-4 классы	ПР	100	0,40	0,00	12,80	38,00	0,00	0,00	0,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	5-11 классы	ПР	100	0,40	0,00	12,80	38,00	0,00	0,00	0,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Чай с шиповником	1-4 классы	628 С6.1996г.	200	0,20	0,05	15,01	57,27		0,00			0,35			0,05
	5-11 классы	628 С6.1996г.	200	0,20	0,05	15,01	57,27		0,00			0,35			0,05
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	25	1,90	0,25	12,43	56,50	0,03			0,42	5,00	16,25	3,50	0,23
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	25	1,90	0,25	12,43	56,50	0,03			0,42	5,00	16,25	3,50	0,23
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	25	1,65	0,30	9,62	57,00	0,02			0,50	6,30	26,10	5,70	0,60
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	25	1,65	0,30	9,62	57,00	0,02			0,50	6,30	26,10	5,70	0,60
Пятница		2-я неделя		Обед											
Винегрет овощной (с квашеной капустой)	1-4 классы	60 С6.1996г.	60	1,17	6,19	5,49	79,71	0,04	5,52		2,70	14,13	26,27	12,20	0,49
	5-11 классы	60 С6.1996г.	100	1,95	8,32	9,14	132,85	0,06	9,20		4,49	23,55	43,78	20,33	0,82
Суп картофельный с горохом	1-4 классы	138 С6.1996г.	200	5,93	5,38	23,22	159,48	0,25	11,63		4,02	32,28	86,88	35,25	1,95
	5-11 классы	138 С6.1996г.	250	5,93	5,38	23,22	159,48	0,25	11,63		4,02	32,28	86,88	35,25	1,95
Плов из птицы (филе куриное)	1-4 классы	893 С61998г.	210	19,00	16,00	47,00	402,00	0,10	1,94	0,03	3,88	29,96	200,97	34,01	2,08
	5-11 классы	893 С6.1998г.	210	19,00	16,00	47,00	402,00	0,10	1,94	0,03	3,88	29,96	200,97	34,01	2,08
Компот из свежих яблок	1-4 классы	702 С6.1997г.	200	0,08		33,55	137,76	0,00	0,72			0,48	2,40	4,00	0,15
	5-11 классы	702 С6.1997г.	200	0,08		33,55	137,76	0,00	0,72			0,48	2,40	4,00	0,15
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	20	1,52	0,18	9,94	45,20	0,02			0,28	4,00	13,00	2,80	0,18
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	40	3,00	0,36	19,00	90,40	0,04			0,56	8,00	26,00	5,60	0,36
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	20	1,10	0,20	6,42	38,00	0,02			0,28	4,20	17,40	3,80	0,40
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	20	1,10	0,20	6,42	38,00	0,02			0,28	4,20	17,40	3,80	0,40
ИТОГО:	Завтрак	1-4 классы	500	11,85	7,50	72,89	470,77	0,16	1,94	0,73	4,80	41,61	243,32	43,21	2,95
		5-11 классы	550	14,35	9,80	80,86	534,77	0,18	2,58	0,75	5,92	51,65	310,35	54,20	3,58
	Обед	1-4 классы	710	28,80	27,95	125,61	862,14	0,43	19,81	0,03	11,16	85,05	346,92	92,05	5,24
		5-11 классы	820	31,06	30,26	138,33	960,48	0,47	23,49	0,03	13,23	98,47	377,43	102,99	5,75