

СОГЛАСОВАНО:
Директор ГБОУ СОШ (ООШ)



В. В. Кочетков

20 16 г.

СОГЛАСОВАНО:
Представитель родительской
общественности:

Таммушева Мария
Гуреева *И*

« 01 » 09 2026 г.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор

ООО «Детское питание»
Григоренкова Т.Е.



« » 20 г.

Примерное циклическое меню для организации питания

в ГБОУ С(О)ОШ с. п. Приморский

Ставропольского района
на 2026/2027 уч.год.

(обучающихся с сахарным диабетом)

Цикличное меню на 2026/2027 уч.год (сахарный диабет)

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 молочная жидкая Дружба с маслом		1-4 классы	327 сб.1998 г.	245	7,32	6,58		239,76	0,09		0,04	0,75	10,32	46,90	14,56	1,11
		5-11 классы	327 сб.1998 г.	265	7,93	7,32		258,97	0,09		0,05	0,81	12,00	50,80	17,41	1,32
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.	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
Чай с сахарозаменителем		1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0,20	0,05	0,58	2,00		0,00			0,35			0,05
		5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0,20	0,05	0,58	2,00		0,00			0,35			0,05
Хлеб ржаной		1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	40	2,20	0,40	12,83	76,00	0,03			0,56	8,40	34,80	7,60	0,80
		5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	40	2,20	0,40	12,83	76,00	0,03			0,56	8,40	34,80	7,60	0,80
Понедельник			1-я неделя		Обед											
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.	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
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
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 ржаной		1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	40	2,20	0,40	12,83	76,00	0,03			0,56	8,40	34,80	7,60	0,80
		5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	40	2,20	0,40	12,83	76,00	0,03			0,56	8,40	34,80	7,60	0,80
ИТОГО:	Завтрак		1-4 классы	545	10,04	7,04	23,41	336,76	0,12	0,00	0,34	1,31	19,07	81,70	22,16	1,96
			5-11 классы	565	10,65	7,78	23,41	355,97	0,12	0,00	0,35	1,37	20,75	85,60	25,01	2,17
	Обед		1-4 классы													
			5-11 классы													

Цикличное меню на 2026/2027 уч.год (сахарный диабет)

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	

Каша гречневая вязкая		1-4 классы		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		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 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
		5-11 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
Хлеб ржаной		1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	40	2,20	0,40	12,83	76,00	0,03			0,56	8,40	34,80	7,60	0,80
		5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	60	2,76	0,50	16,04	95,00	0,04			0,84	10,50	43,50	9,50	1,00
Вторник			1-я неделя		Обед											
Салат из моркови с чесноком		1-4 классы	16 Сб.1996г.	60	0,90	3,00	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	5,11	10,10	111,09	0,15	4,10	0,00		23,73	23,21	13,00	0,60
Щи из свежей капусты с картофелем,со сметаной		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	
Гуляш из птицы (филе куриное)		1-4 классы	428 Сб.1996г.	90	12,78	11,24	24,00	163,00	0,10	1,94	0,03	3,88	29,96	200,97	34,01	2,08
		5-11 классы	428 Сб.1996г.	100	13,00	11,24	24,00	167,00	0,10	1,94	0,03	3,88	29,96	200,97	34,01	2,08
Каша пшеничная рассыпчатая		1-4 классы	171 Сб. 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 Сб. 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 с сахарозаменителем		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 ржаной		1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	40	2,20	0,40	12,83	76,00	0,03			0,56	8,40	34,80	7,60	0,80
		5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	40	2,20	0,40	12,83	76,00	0,03			0,56	8,40	34,80	7,60	0,80
ИТОГО:	Завтрак		1-4 классы	480	15	12	56	471	0	3	0	5	56	271	19	5
			5-11 классы	540	17	14	65	545	0	3	0	6	66	319	22	6
	Обед		1-4 классы	757	24,33	27,72	103,60	716,20	1,01	33,26	0,04	6,61	101,53	301,51	68,99	3,37
			5-11 классы	807	25,21	29,83	106,99	766,50	0,36	35,36	0,04	6,61	111,02	310,62	75,29	3,57

Цикличное меню на 2026/2027 уч.год (сахарный диабет)

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 геркулесовая молочная жидкая с маслом	1-4 классы	31 Сб.1997г.	220	9,50	13,60	33,65	230,00	0,08	0,96	0,00	0,00	9,20	1,20	15,00	0,08
	5-11 классы	31 Сб.1997г.	250	10,80	15,45	38,20	261,00	0,09	1,10	0,00	0,00	10,45	1,36	17,00	0,09
Сырник	1-4 классы	ПР	45	7,70	6,24	12,00	180,20								
	5-11 классы	ПР	45	7,70	6,24	12,00	180,20								
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
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	40	2,20	0,40	12,83	76,00	0,03			0,56	8,40	34,80	7,60	0,80

Хлеб ржаной		5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	40	2,20	0,40	12,83	76,00	0,03			0,56	8,40	34,80	7,60	0,80
Среда			1-я неделя	Обед												
Салат из б/к капусты		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 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 чайный каркадэ		1-4 классы	630 сб.1996г.	200	2,00	1,28	22,62	98,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,35	0,00	0,00	0,05
		5-11 классы	630 сб.1996г.	200	2,00	1,28	22,62	98,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,35	0,00	0,00	0,05
Хлеб ржаной		1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	40	2,20	0,40	12,83	76,00	0,03			0,56	8,40	34,80	7,60	0,80
		5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	60	2,76	0,50	16,04	95,00	0,04			0,84	10,50	43,50	9,50	1,00
ИТОГО:	Завтрак		1-4 классы	505	19,60	20,24	59,08	488,60	0,11	0,96	0,00	0,56	17,95	36,00	22,60	0,94
			5-11 классы	535	20,90	22,09	63,63	519,60	0,12	1,10	0,00	0,56	19,20	36,16	24,60	0,94
	Обед		1-4 классы	730	27,85	29,82	80,93	707,98	0,29	45,15	0,01	7,63	77,52	339,56	84,99	2,05
			5-11 классы	840	29,41	32,46	92,91	787,82	0,34	64,45	0,01	9,05	99,74	372,96	98,27	2,76

Цикличное меню на 2026/2027 уч.год (сахарный диабет)

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											
Овощи свежие (морковь порционно)	1-4 классы	таб.	30	0,27	0,06	2,88	12,30								
	5-11 классы	таб.	30	0,27	0,06	2,88	12,30								
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
Картофельное пюре/ Картофель в молоке	1-4 классы	472 Сб.1996г.	150	3,26	4,50	26,37	154,20	0,16	25,88	0,03	0,14	41,31	95,91	32,81	1,39
	5-11 классы	472 Сб.1996г.	180	3,92	5,40	31,64	185,04	0,19	31,05	0,03	0,17	49,57	115,09	39,37	1,67
Компот из сухофруктов с сахарозаменителем	1-4 классы	283 Сб.2008г.	200	0,878	0,100	10,000	47,000	0,005	0,549			30,740	21,137	16,470	4,158
	5-11 классы	283 Сб.2008г.	200	0,878	0,100	10,000	47,000	0,005	0,549			30,740	21,137	16,470	4,158
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	40	2,20	0,40	12,83	76,00	0,03			0,56	8,40	34,80	7,60	0,80
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	40	2,20	0,40	12,83	76,00	0,03			0,56	8,40	34,80	7,60	0,80
Четверг		1-я неделя		Обед											
Салат из свежих	1-4 классы	24 Сб.1996г.	60	1,28	5,44	7,27	93,14	0,01	5,70		1,34	21,09	24,51	24,51	

помидоров, огурцов		5-11 классы	24 Сб.1996г.	100	2,13	9,08	12,12	154,50	0,02	9,50		2,23	35,15	40,85	40,85	
Борщ Сибирский со сметаной		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
Изделие кулинарное мясное с соусом		1-4 классы	29 Сб.1997г.	90	8,00	9,80	24,00	280,00					14,50	80,50	10,00	0,85
		5-11 классы	29 Сб.1997г.	100	10,00	11,00	28,00	296,00					15,95	88,55	11,00	0,94
Капуста тушеная		1-4 классы	482 Сб.1998 г.	150	3,50	5,20	16,50	123,40								
		5-11 классы	482 Сб.1998 г.	180	4,30	6,30	19,80	148,00								
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
Хлеб ржаной		1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	40	2,20	0,40	12,83	76,00	0,03			0,56	8,40	34,80	7,60	0,80
		5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	60	2,76	0,50	16,04	95,00	0,04			0,84	10,50	43,50	9,50	1,00
ИТОГО:	Завтрак	1-4 классы		510	15,56	15,09	62,06	452,67	0,22	27,58	0,03	2,01	86,24	166,34	61,43	43,32
		5-11 классы		550	18,61	19,52	69,76	496,26	0,26	32,62	0,03	2,94	95,25	174,92	68,28	34,44
	Обед	1-4 классы		750	20,28	24,44	76,00	742,94	0,17	15,00	0,17	2,14	84,34	251,01	72,51	3,22
		5-11 классы		850	24,48	30,48	91,36	863,90	0,19	18,80	0,17	3,31	101,95	284,10	91,75	3,51

Цикличное меню на 2026/2027 уч.год (сахарный диабет)

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												
Суп молочный с вермишелью, сливочным	1-4 классы	24 Сб.1996г.	200	11,00	15,39	16,20	260,00	0,08	0,96	0,00	0,00	9,20	1,20	15,00	0,08	
	5-11 классы	24 Сб.1996г.	250	13,75	19,23	20,25	315,00	1,00	1,20	0,00	0,00	11,50	1,50	18,75	0,10	
Десерт фруктовый (яблоко свежее)	1-4 классы	24.01.	60	0,32	0,00	6,00	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	8,00	38,00	0,00	0,00	0,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Чай с шиповником с сахарозаменителем	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0,20	0,05	15,01	57,27		0,03			0,35			0,05	
	5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0,20	0,05	15,01	57,27		0,03			0,35			0,05	
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	40	2,20	0,40	12,83	76,00	0,03			0,56	8,40	34,80	7,60	0,80	
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	60	2,76	0,50	16,04	95,00	0,04			0,84	10,50	43,50	9,50	1,00	
Пятница		1-я неделя		Обед												
Салат картофельный с огурцами солеными и	1-4 классы	37 Сб.2015г.	60	1,28	3,84	7,32	34,00	0,04	7,08		0,81	12,71	28,46	10,58	0,53	
	5-11 классы	37 Сб.2015г.	100	2,13	5,06	12,20	51,00	0,07	11,80		1,35	21,18	47,43	17,64	0,89	
Суп картофельный с горохом	1-4 классы	138 Сб.1996г.	200	5,93	5,38	17,00	145,00	0,25	11,63		4,02	32,28	86,88	35,25	1,95	
	5-11 классы	138 Сб.1996г.	250	5,93	5,38	19,00	178,00	0,25	11,63		4,02	32,28	86,88	35,25	1,95	
Котлеты из мяса кур с соусом	1-4 классы	423 Сб.1996г.	90	10,94	9,03	12,00	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 овоща	1-4 классы	423 Сб.1996г.	150	4,20	5,00	12,00	239,00		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
Компот из свежих яблок с сахарозаменителем	1-4 классы	702 Сб.1997г.	200	0,08		28,00	137,76	0,00	0,72			0,48	2,40	4,00	0,15
	5-11 классы	702 Сб.1997г.	200	0,08		28,00	137,76	0,00	0,72			0,48	2,40	4,00	0,15
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	40	2,20	0,40	12,83	76,00	0,03			0,56	8,40	34,80	7,60	0,80
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	40	2,20	0,40	12,83	76,00	0,03			0,56	8,40	34,80	7,60	0,80
ИТОГО:	Завтрак	1-4 классы	500	13,72	15,84	50,04	412,27	0,11	0,99	0,30	0,56	17,95	36,00	22,60	0,94
		5-11 классы	610	17,11	19,78	59,30	505,27	1,04	1,23	0,70	0,84	22,35	45,00	28,25	1,15
	Обед	1-4 классы	740	24,63	23,64	89,15	764,93	0,35	23,18	23,00	6,70	85,65	167,02	97,99	41,70
		5-11 классы	870	26,98	29,50	102,43	928,68	0,39	28,16	29,00	8,14	99,87	175,40	111,34	34,20

Цикличное меню на 2026/2027 уч.год (сахарный диабет)

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 соленые (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	
Бифштекс из мяса кур с овощами	1-4 классы	178 Сб.1997г.	090	8,00	7,00	21,00	133,00	0,02	0,72	0,00	1,80	3,00	6,00	3,00	38,00	
	5-11 классы	178 Сб.1997г.	100	9,00	8,00	30,00	144,00	0,02	0,72	0,00	1,80	3,00	6,00	3,00	38,00	
Рис припущенный	1-4 классы	270 Сб.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 Сб.1996г.	180	4,40	7,70	46,60	264,00	0,05	0,90	0,00	0,00	11,56	0,00	1,10		
Напиток чайный каркадэ	1-4 классы	630 сб.1996г.	200	2,00	1,28	22,62	98,00									
	5-11 классы	630 сб.1996г.	200	2,00	1,28	22,62	98,00									
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	40	2,20	0,40	12,83	76,00	0,03			0,56	8,40	34,80	7,60	0,80	
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	60	2,76	0,50	16,04	95,00	0,04			0,84	10,50	43,50	9,50	1,00	
<u>Понедельник</u>			<u>2-я неделя</u>		<u>Обед</u>											
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	
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	
Гречка по - купечески с мясом (филе куриное)	1-4 классы	193 Сб.2008г.	240	15,00	13,00	25,00	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	15,00	13,00	25,00	348,00	0,02	0,72	0,00	1,80	3,00	6,00	3,00	38,00	
Чай с лимоном с сахарозаменителем	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 ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	40	2,20	0,40	12,83	76,00	0,03			0,56	8,40	34,80	7,60	0,80	
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	60	2,76	0,50	16,04	95,00	0,04			0,84	10,50	43,50	9,50	1,00	
ИТОГО:	Завтрак		1-4 классы	520	16	15	96	552	0	1	0	2	40	57	12	49
			5-11 классы	590	19	18	117	611	0	2	0	3	50	70	14	51
	Обед		1-4 классы	747	21,567	18,1	86,6	671,461	0,4	10,561	0,324	7,576	68,579	271,57	35,956	41,89

	Обед	5-11 классы	847	25,594	22,812	101,276	798,601	0,464	10,421	0,727	9,589	77,486	300,5	38,175	33,528
--	------	-------------	-----	--------	--------	---------	---------	-------	--------	-------	-------	--------	-------	--------	--------

Цикличное меню на 2026/2027 уч.год (сахарный диабет)

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			2-я неделя		Завтрак											
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 молочная жидкая пшениная с маслом	1-4 классы	423 Сб.1996г.	230	5,90	12,00	24,36	300,00	0,02	1,00	0,00	1,60	5,79	3,20	4,56	25,40	
	5-11 классы	423 Сб.1996г.	260	6,68	13,70	27,54	345	0,03	1,02	0,00	2,21	6,54	3,89	4,85	27,82	
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	
	5-11 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	
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	40	2,20	0,40	12,83	76,00	0,03			0,56	8,40	34,80	7,60	0,80	
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	60	2,76	0,50	16,04	95,00	0,04			0,84	10,50	43,50	9,50	1,00	
Вторник			2-я неделя		Обед											
Салат " Степной"	1-4 классы	25 Сб.2008г.	60	2,16	6,12	4,68	82,20	0,04	6,00			15,00	21,00	15,00	0,60	
	5-11 классы	25 Сб.2008г.	100	3,60	10,20	7,80	137,00	0,06	8,00			20,00	46,00	20,00	0,90	
Суп картофельный с рисом и томатом	1-4 классы	174 сб. 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 сб. 2015г.	250	2,60	5,30	17,60	144,00	0,08	33,13	0,01	2,21	44,68	52,46	22,55		
Спагетти с соусом Болоньезе	1-4 классы	205 Сб. 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 Сб. 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 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	
	5-11 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	
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	40	2,20	0,40	12,83	76,00	0,03			0,56	8,40	34,80	7,60	0,80	
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	60	2,76	0,50	16,04	95,00	0,04			0,84	10,50	43,50	9,50	1,00	
ИТОГО:	Завтрак	1-4 классы	510	13,64	19,13	61,27	553,21	0,07	4,12	0,09	2,22	217,30	147,54	23,00	26,29	
		5-11 классы	560	14,97	20,93	67,66	617,21	0,08	4,14	0,09	3,11	220,15	156,93	25,19	28,91	
	Обед	1-4 классы	700	11,74	22,79	79,01	667,41	0,15	39,11	0,01	2,33	82,05	116,54	49,28	1,79	
		5-11 классы	830	15,43	29,29	93,79	789,71	0,21	47,91	0,01	3,05	96,55	159,81	60,83	2,34	

Цикличное меню на 2026/2027 уч.год (сахарный диабет)

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>Среда</u>		<u>2-я неделя</u>		<u>Завтрак</u>											
Овощи свежие (огурцы порционно)	1-4 классы	31 Сб.1997г.	20	1,10		0,52	5,60					12,00	8,00		0,40
	5-11 классы	31 Сб.1997г.	30	1,30		0,67	7,00					14,00	10,00		0,60
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
Компот из свежих яблок с	1-4 классы	702 Сб.1997г.	200	0,08		28,00	137,76	0,00	0,72			0,48	2,40	4,00	0,15

сахарозаменителем		5-11 классы	702 Сб.1997г.	200	0,08		28,00	137,76	0,00	0,72			0,48	2,40	4,00	0,15
Хлеб ржаной		1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	40	2,20	0,40	12,83	76,00	0,03			0,56	8,40	34,80	7,60	0,80
		5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	60	2,76	0,50	16,04	95,00	0,04			0,84	10,50	43,50	9,50	1,00
Среда			2-я неделя		Обед											
Салат из свеклы с чесноком		1-4 классы	23 Сб.2008г.	60	3,00	7,00	23,00	109,33	0,01	5,70		1,34	21,09	24,51	24,51	
		5-11 классы	23 Сб.2008г.	100	5,00	9,00	44,00	200,55	0,02	9,50		2,23	35,15	40,85	40,85	
Рассольник ленинградский (крупа перловая) со сметаной		1-4 классы	42 Сб.2008г.	200	8,29	6,59	16,30	168,00	0,09	12,85	0,01	1,77	24,28	54,00	19,24	0,81
		5-11 классы	42 Сб.2008г.	200	8,29	6,59	16,30	168,00	0,09	12,85	0,01	1,77	24,28	54,00	19,24	0,81
Котлеты из мяса кур с соусом		1-4 классы	423 Сб.1996г.	90	10,94	9,03	12,00	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
Картофельное пюре/ Картофель в молоке		1-4 классы	472 Сб.1996г.	150	3,26	4,50	26,37	164,00	0,16	25,88	0,03	0,14	41,31	95,91	32,81	1,39
		5-11 классы	472 Сб.1996г.	180	3,92	5,40	31,64	185,04	0,19	31,05	0,03	0,17	49,57	115,09	39,37	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 ржаной		1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	40	2,20	0,40	12,83	76,00	0,03			0,56	8,40	34,80	7,60	0,80
		5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	60	2,76	0,50	16,04	95,00	0,04			0,84	10,50	43,50	9,50	1,00
ИТОГО:	Завтрак		1-4 классы	500	10,68	12,40	49,35	567,36	0,06	1,44	0,00	2,36	23,88	51,20	14,60	39,35
			5-11 классы	530	11,44	12,50	52,71	587,76	0,06	1,44	0,00	2,64	27,98	61,90	16,50	39,75
	Обед		1-4 классы	740	28,30	27,92	100,90	718,10	0,31	48,39	0,04	5,12	103,98	225,25	89,55	40,06
			5-11 классы	840	31,90	35,45	130,79	892,11	0,37	57,22	0,04	7,23	129,15	258,88	114,64	31,38

Цикличное меню на 2026/2027 уч.год (сахарный диабет)

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>Четверг</u>		<u>2-я неделя</u>		<u>Завтрак</u>											
Каша молочная рисовая с маслом	1-4 классы	24 Сб.1996г.	250	8,60	8,80	54,60	300,00	0,08	0,96	0,00	0,00	9,20	1,20	15,00	0,08
	5-11 классы	24 Сб.1996г.	275	9,49	9,68	60,00	330,00	1,00	1,40	0,00	0,00	10,00	2,00	18,00	0,10
Десерт фруктовый (яблоко свежее)	1-4 классы	ПР	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	ПР	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
Чай с шиповником с сахарозаменителем	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0,20	0,05	15,01	57,27		0,03			0,35			0,05
	5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0,20	0,05	15,01	57,27		0,03			0,35			0,05
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	40	2,20	0,40	12,83	76,00	0,03			0,56	8,40	34,80	7,60	0,80
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	40	2,20	0,40	12,83	76,00	0,03			0,56	8,40	34,80	7,60	0,80
<u>Четверг</u>		<u>2-я неделя</u>		<u>Обед</u>											
Салат " Школьные годы"	1-4 классы	36 Сб.1996г.	60	0,90	6,06	2,64	69,00	0,04	5,52		2,70	14,13	26,27	12,20	0,49
	5-11 классы	36 Сб.1996г.	100	1,50	10,10	4,40	115,00	0,06	9,20		4,49	23,55	43,78	20,33	0,82
Свекольник со сметаной	1-4 классы	58	210	5,00	3,00	12,00	100,00	0,07	8,78			3,66			1,33
	5-11 классы	58	260	7,40	5,00	14,00	110,00	0,07	8,78			3,66			1,33

Плов из птицы (филе куриное)	1-4 классы	893 С6.1998г.	210	16,00	16,00	37,00	360,00	0,10	1,94	0,03	3,88	29,96	200,97	34,01	2,08
	5-11 классы	893 С6.1998г.	210	16,00	16,00	37,00	360,00	0,10	1,94	0,03	3,88	29,96	200,97	34,01	2,08
Компот из сухофруктов с сахарозаменителем	1-4 классы	283 С6.2008г.	200	0,878	0,100	10,000	47,000	0,005	0,549			30,740	21,137	16,470	4,158
	5-11 классы	283 С6.2008г.	200	0,878	0,100	10,000	47,000	0,005	0,549			30,740	21,137	16,470	4,158
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	40	2,20	0,40	12,83	76,00	0,03			0,56	8,40	34,80	7,60	0,80
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	40	2,20	0,40	12,83	76,00	0,03			0,56	8,40	34,80	7,60	0,80
ИТОГО:	Завтрак	1-4 классы	550	11,32	9,25	92,44	452,27	0,11	0,99	0,30	0,56	17,95	36,00	22,60	0,94
		5-11 классы	575	12,21	10,13	97,84	482,27	1,03	1,43	0,30	0,56	18,75	36,80	25,60	0,95
	Обед	1-4 классы	720	24,98	25,56	74,47	652,00	0,25	16,79	0,03	7,14	86,89	283,18	70,27	8,85
		5-11 классы	810	27,98	31,60	78,23	708,00	0,27	20,47	0,03	8,93	96,31	300,69	78,41	9,18

Циклическое меню на 2026/2027 уч.год (сахарный диабет)

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												
Спагетти с соусом Болоньезе	1-4 классы	205 С6. 2011 г.	200	14,66	12,00	39,00	347,00	0,01	3,80	0,00		18,00	16,00	7,60	0,30	
	5-11 классы	205 С6. 2011 г.	220	16,23	13,24	44,00	360,00	0,02	3,98	0,00		18,26	16,31	7,94	0,35	
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 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 ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	40	2,20	0,40	12,83	76,00	0,03			0,56	8,40	34,80	7,60	0,80	
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	40	2,20	0,40	12,83	76,00	0,03			0,56	8,40	34,80	7,60	0,80	
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 с клецками со сметаной	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	
Бифштекс из мяса кур с овощами	1-4 классы	178 С6.1997г.	090	8,00	7,00	21,00	133,00	0,02	0,72	0,00	1,80	3,00	6,00	3,00	38,00	
	5-11 классы	178 С6.1997г.	100	9,00	8,00	30,00	144,00	0,02	0,72	0,00	1,80	3,00	6,00	3,00	38,00	
Пюре из гороха	1-4 классы	270 С6.1996г.	150	6,00	4,92	40,25	260,29	0,63		0,02		63,42	158,89	61,62	4,90	
	5-11 классы	270 С6.1996г.	180	7,00	5,00	42,00	290,00	0,63		0,02		63,42	158,89	61,62	4,90	
Чай без сахара	1-4 классы	629 с6.1996г.	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 с6.1996г.	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	
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	40	2,20	0,40	12,83	76,00	0,03			0,56	8,40	34,80	7,60	0,80	
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	60	2,76	0,50	16,04	95,00	0,04			0,84	10,50	43,50	9,50	1,00	
ИТОГО:	Завтрак		1-4 классы	540	17,86	12,80	75,03	528,60	0,05	6,60	0,70	0,56	29,51	52,34	16,04	1,19
			5-11 классы	560	19,43	14,04	80,03	541,60	0,06	6,78	0,70	0,56	29,77	52,65	16,38	1,24

Итого:	Обед	1-4 классы	550	21,17	21,86	90,96	658,99	0,76	9,92	102,02	5,05	99,35	261,96	97,22	44,73
		5-11 классы	650	24,50	25,16	108,58	771,85	0,80	13,60	102,02	7,13	110,87	288,17	107,25	45,26