

СОГЛАСОВАНО:
Директор ГБОУ СОШ (ООШ)

с. Тискала
Тавришва О.В.

[Signature]

«*2*» *декабря* 20*24* г.

СОГЛАСОВАНО:
Представитель родительской
общественности:

Жукова А.В.

Жукова

«*2*» *декабря* 20*24* г.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор

ООО «Детское питание»
Полуляхова Т.А.



Примерное циклическое меню для организации питания

в ГБОУ С(О)ОШ с. *Тискала*

Ставропольского района
на 2024/2025 уч.год.

(1-11 классы)

зимний,
весенний периоды

Циклическое меню на 2024/2025 уч.год с 01.01.2025 г.

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											
Кукуруза консервированная	1-4 классы	24 Сб.1996г.	020	0.700	0.560	3.120	20.200	0.080	0.960	0.000	0.000	9.200			0.084
	5-11 классы	24 Сб.1996г.	030	1.050	0.840	4.680	30.300	0.120	1.440	0.000	0.000	13.800			0.126
Палочки из мяса кур с рисовой крупой с соусом	1-4 классы	428 Сб.1996г.	90	7.630	10.170	9.450	158.000	0.022	1.150	0.003	1.306	5.957	15.412	4.748	36.981
	5-11 классы	428 Сб.1996г.	100	11.355	13.566	12.415	176.020	0.025	0.970	0.002	1.798	6.379	17.384	4.856	27.818
Макаронные изделия отварные	1-4 классы	205 Сб. 2011 г.	150	5.28	4.89	33.46	199.490	0.010	0.010	0.010	0.400	8.270	6.890	1.600	0.060
	5-11 классы	205 Сб. 2011 г.	180	6.340	5.870	40.150	239.380	0.012	0.012	0.012	0.480	9.920	8.260	1.920	0.072
Сок фруктовый	1-4 классы	293 Сб.2008г.	200	0.900		21.060	84.600	0.018	3.600			14.400	16.200	9.000	0.360
	5-11 классы	293 Сб.2008г.	200	0.900		21.060	84.600	0.018	3.600			14.400	16.200	9.000	0.360
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1.520	0.180	9.940	45.200	0.022			0.280	4.000	13.000	2.800	0.180
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	025	1.900	0.250	12.425	56.500	0.028			0.420	5.000	16.250	3.500	0.225
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1.102	0.200	6.416	38.000	0.016			0.280	4.200	17.400	3.800	0.400
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	025	1.378	0.250	8.020	47.500	0.020			0.420	5.250	21.750	4.750	0.500
Понедельник		1-я неделя		Обед											
Салат из моркови с чесноком и раст.маслом/ Салат из огурцов сол. с зеленым горошком*	1-4 классы	16 Сб.1996г.	060	0.901	3.639	6.705	64.790	0.800	2.000	0.000		14.240	14.100	6.700	0.400
	5-11 классы	16 Сб.1996г.	100	1.555	6.110	12.100	111.090	0.150	4.100	0.000		23.730	23.210	13.000	0.600
Суп картофельный с горохом	1-4 классы	138 Сб.1996г.	200	5.933	5.378	23.215	159.475	0.253	11.625		4.019	32.275	86.875	35.250	1.945
	5-11 классы	138 Сб.1996г.	250	5.933	5.378	23.215	159.475	0.253	11.625		4.019	32.275	86.875	35.250	1.945
Котлеты из мяса кур "Сочные" с соусом	1-4 классы	423 Сб.1996г.	090	8.944	10.030	9.974	133.166	0.020	1.160	0.003	1.306	5.792	14.492	4.558	36.970
	5-11 классы	423 Сб.1996г.	100	11.340	13.566	12.404	175.920	0.025	1.020	0.002	2.210	6.539	3.894	4.846	27.818
Каша гречневая вязкая	1-4 классы	463 сб. 1996г.	150	7.700	5.380	26.320	232.580	0.255		0.021		30.390	154.620	0.158	2.990
	5-11 классы	463 сб. 1996г.	180	8.715	6.46	32.561	278.971	0.306		0.025		36.456	185.444	0.189	3.58
Чай с сахаром	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0.200	0.051	15.010	57.267		0.001			0.346			0.053
	5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0.200	0.051	15.010	57.267		0.001			0.346			0.053
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1.520	0.180	9.940	45.200	0.022			0.280	4.000	13.000	2.800	0.180
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2.280	0.270	14.910	67.800	0.033			0.500	6.000	19.500	4.200	0.270
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1.102	0.200	6.416	38.000	0.016			0.280	4.200	17.400	3.800	0.400
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1.653	0.300	9.624	57.000	0.024			0.500	6.300	26.100	5.700	0.600
ИТОГО:	Завтрак	1-4 классы	500	17.132	16.000	83.446	545.490	0.168	5.720	0.013	2.266	46.027	68.902	21.948	38.065
		5-11 классы	560	22.923	20.776	98.750	634.300	0.223	6.022	0.014	3.118	54.749	79.844	24.026	29.101
	Обед	1-4 классы	740	26.30	24.86	97.58	730.48	1.37	14.79	0.02	5.89	91.24	300.49	53.27	42.94
		5-11 классы	890	31.68	32.14	119.82	907.52	0.79	16.75	0.03	7.23	111.65	345.02	63.19	34.87

Циклическое меню на 2024/2025 уч.год с 01.01.2025 г.

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											
Кондитерские изделия (в индив. упаковке)	1-4 классы	29 Сб.1997г.	050	4.000	6.000	16.000	210.000								
	5-11 классы	29 Сб.1997г.	050	4.000	6.000	16.000	210.000								
Каша " Янтарная" из пшена с яблоками	1-4 классы	102 Сб.2008г.	210	8.291	6.584	24.037	215.300	0.081		0.040	0.680	9.270	42.180	14.560	1.105
	5-11 классы	102 Сб.2008г.	250	10.598	7.324	31.238	240.936	0.097		0.040	0.769	10.603	50.216	17.412	1.316
Какао	1-4 классы	762Сб.1997г.	200	1.900	1.850	10.090	101.385	0.020	0.650	0.020	0.081	60.150	45.000	7.000	0.050
	5-11 классы	762Сб.1997г.	200	1.900	1.850	10.090	101.385	0.020	0.650	0.020	0.081	60.150	45.000	7.000	0.050
Батон пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 31805-2018	040	3.160	0.400	20.760	79.000	0.060			1.000	10.000	32.800	13.200	0.600
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2018	050	3.950	0.500	25.950	110.000	0.075			1.250	12.500	41.000	16.500	0.750
Вторник		1-я неделя		Обед											
Салат из б/к капусты с кукурузой сладкой конс. /Салат из свежих огурцов и помидоров*	1-4 классы	62 Сб. 1996г.	060	1.276	5.442	7.268	93.140	0.011	5.700		1.340	21.090	24.510	24.510	
	5-11 классы	62 Сб. 1996 г.	100	2.128	9.075	12.119	154.500	0.019	9.500		2.233	35.150	40.850	40.850	
Щи из свежей капусты с картофелем,со сметаной	1-4 классы	120 Сб.1996г.	210	1.804	5.530	8.801	115.700	0.066	26.510	0.006	1.774	37.540	43.204	18.240	
	5-11 классы	120 Сб.1996г.	260	2.181	6.538	10.929	143.000	0.082	33.125	0.006	2.214	44.675	52.455	22.550	
Голубцы ленивые из мяса кур с соусом	1-4 классы	423 Сб.1996г.	090	8.944	10.030	9.974	133.166	0.020	1.160	0.003	1.306	5.792	14.492	4.558	36.970
	5-11 классы	423 Сб.1996г.	100	11.340	13.566	12.404	175.920	0.025	1.020	0.002	2.210	6.539	3.894	4.846	27.818
Картофельное пюре/ Картофель в молоке	1-4 классы	472 Сб.1996г.	150	3.263	4.497	26.370	154.200	0.161	25.875	0.026	0.144	41.310	95.910	32.805	1.390
	5-11 классы	472 Сб.1996г.	180	3.916	5.396	31.644	185.040	0.193	31.050	0.031	0.172	49.572	115.092	39.366	1.668
Компот из сухофруктов	1-4 классы	283 Сб.2008г.	180	0.878		32.139	126.104	0.005	0.549			30.740	21.137	16.470	4.158
	5-11 классы	283 Сб.2008г.	180	0.878		32.139	126.104	0.005	0.549			30.740	21.137	16.470	4.158
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1.520	0.180	9.940	45.200	0.022			0.280	4.000	13.000	2.800	0.180
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2.280	0.270	14.910	67.800	0.033			0.500	6.000	19.500	4.200	0.270
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1.102	0.200	6.416	38.000	0.016			0.280	4.200	17.400	3.800	0.400
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1.653	0.300	9.624	57.000	0.024			0.500	6.300	26.100	5.700	0.600
ИТОГО:	Завтрак	1-4 классы	500	14.14	15.95	117.39	605.69	0.16	0.65	0.06	1.76	79.42	119.98	34.76	1.76
		5-11 классы	550	16.25	18.79	128.04	662.32	0.19	0.65	0.06	2.10	83.25	136.22	40.91	2.12
	Обед	1-4 классы	730	18.79	25.88	100.91	705.51	0.30	59.79	0.04	5.12	144.67	229.65	103.18	43.10
		5-11 классы	880	24.38	35.15	123.77	909.36	0.38	75.24	0.04	7.83	178.98	279.03	133.98	34.51

Цикличное меню на 2024/2025 уч.год с 01.01.2025 г.

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												

<u>Среда</u>		<u>1-я неделя</u>		<u>Завтрак</u>											
Овощи свежие порциями	1-4 классы	24 Сб.1996г.	020	0.22	0.04	0.76	4.00					10.000	8.000		0.480
	5-11 классы	24 Сб.1996г.	020	0.22	0.04	0.76	4.00					10.000	8.000		0.480
Гуляш из птицы (филе куриное)	1-4 классы	428 Сб.1996г.	90	4.78	4.24	1.42	163	0.103	1.940	0.025	3.880	29.964	200.972	34.006	2.076
	5-11 классы	428 Сб.1996г.	100	4.78	4.70	1.57	181	0.103	1.940	0.025	3.880	29.964	200.972	34.006	2.076
Рис припущенный	1-4 классы	461 Сб. 2015 г.	150	3.6	6.62	38.480	237.89	0.024	0	0.010	0.400	2.400	60.600	19.000	0.500
	5-11 классы	461 Сб. 2015 г.	180	4.400	7.710	46.620	263.73	0.028	0	0.012	0.480	2.800	72.000	22.800	0.600
Чай с сахаром	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0.200	0.051	15.010	57.267		0.001			0.346			0.053
	5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0.200	0.051	15.010	57.267		0.001			0.346			0.053
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1.520	0.180	9.940	45.200	0.022			0.280	4.000	13.000	2.800	0.180
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	025	1.900	0.250	12.425	56.500	0.028			0.420	5.000	16.250	3.500	0.225
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1.102	0.200	6.416	38.000	0.016			0.280	4.200	17.400	3.800	0.400
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	025	1.378	0.250	8.020	47.500	0.020			0.420	5.250	21.750	4.750	0.500
<u>Среда</u>		<u>1-я неделя</u>		<u>Обед</u>											
Винегрет овощной	1-4 классы	60 Сб.1996г.	060	1.167	6.193	5.485	79.707	0.035	5.520		2.696	14.130	26.268	12.198	0.490
	5-11 классы	60 Сб.1996г.	100	1.945	8.321	9.142	132.845	0.058	9.200		4.494	23.550	43.780	20.330	0.816
Рассольник ленинградский со сметаной	1-4 классы	42 Сб.2008г.	210	2.288	5.588	16.298	116.572	0.085	12.850	0.006	1.771	24.280	54.000	19.240	0.808
	5-11 классы	42 Сб.2008г.	260	2.785	6.610	20.300	142.815	0.106	16.050	0.006	2.211	28.100	65.950	23.800	1.007
Крокеты куриные с соусом	1-4 классы	202 Сб.2008г.	090	10.802	10.114	13.843	163.904	0.022	2.460	0.003	1.306	8.822	20.641	5.957	27.071
	5-11 классы	202 Сб.2008г.	100	13.301	12.414	15.784	200.764	0.027	2.820	0.003	1.798	10.677	25.617	6.746	27.956
Спагетти (вермишель) отварные	1-4 классы	205 Сб. 2011 г.	150	5.9	4.9	36.72	212.950	0.010	0.010	0.010	0.400	8.270	6.890	1.600	0.060
	5-11 классы	205 Сб. 2011 г.	180	6.100	5.890	43.920	254.950	0.012	0.012	0.012	0.480	9.920	8.260	1.920	0.072
Компот из кураги	1-4 классы	507 сб. 2018 г.	180	0.936	0.000	27.864	110.700	0.020	0.010	0.000	0.000	32.400	29.200	21.000	0.700
	5-11 классы	507 сб. 2018 г.	180	0.936	0.000	27.864	110.700	0.020	0.010	0.000	0.000	32.400	29.200	21.000	0.700
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1.520	0.180	9.940	45.200	0.022			0.280	4.000	13.000	2.800	0.180
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2.280	0.270	14.910	67.800	0.033			0.500	6.000	19.500	4.200	0.270
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1.102	0.200	6.416	38.000	0.016			0.280	4.200	17.400	3.800	0.400
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1.653	0.300	9.624	57.000	0.024			0.500	6.300	26.100	5.700	0.600
ИТОГО:	Завтрак	1-4 классы	500	11.42	11.33	72.03	545.36	0.17	1.94	0.04	4.84	50.91	299.97	59.61	3.69
		5-11 классы	550	12.88	13.00	84.41	610.00	0.18	1.94	0.04	5.20	53.36	318.97	65.06	3.93
	Обед	1-4 классы	730	23.72	27.18	116.57	767.03	0.21	20.85	0.02	6.73	96.10	167.40	66.60	29.71
		5-11 классы	880	29.00	33.81	141.54	966.87	0.28	28.09	0.02	9.98	116.95	218.41	83.70	31.42

Цикличное меню на 2024/2025 уч.год с 01.01.2025 г.

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>1-я неделя</u>	<u>Завтрак</u>													
Икра	1-4 классы	31 Сб.1997г.	020	0.400	1.800	1.720	24.400	0.004	1.400			8.200	13.400	7.000	1.400

кабачковая(порционнo)	5-11 классы	31 Сб.1997г.	030	0.600	2.700	2.580	36.600	0.006	2.100			12.300	20.100	10.500	2.100
Биточки из минтая с соусом	1-4 классы	309 Сб. 1996г.	90	11.218	4.766	9.788	133.350	0.056	3.700		1.276	14.540	19.460	39.142	92.485
	5-11 классы	309 Сб.1996г.	100	14.739	5.590	12.640	148.850	0.066	3.700		2.255	14.540	19.460	46.062	92.582
Картофельное пюре/ Картофель в молоке	1-4 классы	472 Сб.1996г.	150	3.263	4.497	26.370	154.200	0.161	25.875	0.026	0.144	41.310	95.910	32.805	1.390
	5-11 классы	472 Сб.1996г.	180	3.916	5.396	31.644	185.040	0.193	31.050	0.031	0.172	49.572	115.092	39.366	1.668
Компот из свежих яблок	1-4 классы	702 Сб.1997г.	200	0.080		33.552	137.760	0.004	0.720			0.480	2.400	4.000	0.152
	5-11 классы	702 Сб.1997г.	200	0.080		33.552	137.760	0.004	0.720			0.480	2.400	4.000	0.152
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1.520	0.180	9.940	45.200	0.022			0.280	4.000	13.000	2.800	0.180
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	025	1.900	0.250	12.425	56.500	0.028			0.420	5.000	16.250	3.500	0.225
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1.102	0.200	6.416	38.000	0.016			0.280	4.200	17.400	3.800	0.400
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	025	1.378	0.250	8.020	47.500	0.020			0.420	5.250	21.750	4.750	0.500
Четверг		1-я неделя			Обед										
Салат картофельный с огурцами солеными	1-4 классы	37 Сб.2015г.	060	1.276	1.836	7.317	49.219	0.044	7.078		0.813	12.707	28.457	10.584	0.533
	5-11 классы	37 Сб.2015г.	100	2.126	3.060	12.196	82.032	0.073	11.796		1.354	21.177	47.427	17.639	0.888
Борщ с фасолью со сметаной	1-4 классы	102 сб.2015 г.	210	5.100	3.600	14.800	143.800	0.128	9.300	0.168	0.240	40.000	111.200	30.400	1.520
	5-11 классы	102 сб.2015 г.	260	6.400	4.500	18.600	178.000	0.160	11.620	0.210	0.300	50.000	139.000	38.000	1.900
Плов из птицы (филе куриное)	1-4 классы	893 Сб1998г.	200	18.742	15.244	45.518	376.844	0.103	1.940	0.025	3.880	29.964	200.972	34.006	2.076
	5-11 классы	893 Сб.1998г.	210	19.000	16.000	47.000	402.000	0.103	1.940	0.025	3.880	29.964	200.972	34.006	2.076
Чай с лимоном	1-4 классы	629 сб.1996г.	207	0.243	0.046	13.761	53.710	0.003	2.801			3.111	1.540	0.840	0.090
	5-11 классы	629 сб.1996г.	207	0.243	0.046	13.761	53.710	0.003	2.801			3.111	1.540	0.840	0.090
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1.520	0.180	9.940	45.200	0.022			0.280	4.000	13.000	2.800	0.180
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2.280	0.270	14.910	67.800	0.033			0.500	6.000	19.500	4.200	0.270
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1.102	0.200	6.416	38.000	0.016			0.280	4.200	17.400	3.800	0.400
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1.653	0.300	9.624	57.000	0.024			0.500	6.300	26.100	5.700	0.600
ИТОГО:	Завтрак	1-4 классы	500	17.58	11.44	87.79	532.91	0.26	31.70	0.03	1.98	72.73	161.57	89.55	96.01
		5-11 классы	560	22.61	14.19	100.86	612.25	0.32	37.57	0.03	3.27	87.14	195.05	108.18	97.23
	Обед	1-4 классы	717	27.98	21.11	97.75	706.77	0.32	21.12	0.19	5.49	93.98	372.57	82.43	4.80
		5-11 классы	837	31.70	24.18	116.09	840.54	0.40	28.16	0.24	6.53	116.55	434.54	100.39	5.82

Циклическое меню на 2024/2025 уч.год с 01.01.2025 г.

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											
Овощи консерв.	1-4 классы	24 Сб.1996г.	040	0.44	0.08	1.52	8.00						20.000	16.000		9.800

Каша вязкая из 2-х круп (ячнево-пшеничная)	1-4 классы	4.02.Сб. 1996 г.	245	6.68	13.70	27.54	251	0.081		0.040	0.680	9.270	42.180	14.560	1.105
	5-11 классы	4.02.Сб. 1996 г.	265	8.000	16.440	33.000	271	0.097		0.040	0.769	10.603	50.216	17.412	1.316
Чай с сахаром	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0.200	0.051	15.010	57.267		0.001			0.346			0.053
	5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0.200	0.051	15.010	57.267		0.001			0.346			0.053
Батон	1-4 классы	ГОСТ 31805-2018	030	3.160	0.400	20.760	59.000	0.060			1.000	10.000	32.800	13.200	0.600
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2018	060	3.950	0.500	25.950	118.000	0.075			1.250	12.500	41.000	16.500	0.750
Понедельник		2-я неделя		Обед											
Салат из б/к капусты / Фрукты свежие *	1-4 классы	62 Сб.1997г.	060	0.900	3.003	5.968	53.564	0.032	23.950		1.298	24.878	17.963	9.848	0.489
	5-11 классы	62 Сб.1997г.	100	1.340	5.005	9.951	89.292	0.053	39.950		2.163	41.494	29.959	16.424	0.816
Суп картофельный с рисом и томатом	1-4 классы	174 сб. 2015г.	200	1.470	4.220	12.740	108.500	0.066	26.510	0.006	1.774	37.540	43.204	18.240	
	5-11 классы	174 сб. 2015г.	250	2.600	5.300	17.600	144.000	0.082	33.125	0.006	2.214	44.675	52.455	22.550	
Палочки из мяса кур с рисовой крупой с соусом	1-4 классы	428 Сб.1996г.	90	7.630	10.170	9.450	158.000	0.022	1.150	0.003	1.306	5.957	15.412	4.748	36.981
	5-11 классы	428 Сб.1996г.	100	11.355	13.566	12.415	176.020	0.025	0.970	0.002	1.798	6.379	17.384	4.856	27.818
Каша гречневая рассыпчатая	1-4 классы	463.01.Сб. 1996г.	150	7.716	5.384	26.323	232.585	0.255		0.021	4.160	30.396	154.621	0.158	2.990
	5-11 классы	463.01.Сб. 1996г.	180	8.715	6.460	32.561	278.971	0.306		0.025	4.989	36.456	185.444	0.189	3.58
Сок фруктовый	1-4 классы	293 Сб.2008г.	180	0.900		21.060	84.600	0.018	3.600			14.400	16.200	9.000	0.360
	5-11 классы	293 Сб.2008г.	180	0.900		21.060	84.600	0.018	3.600			14.400	16.200	9.000	0.360
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1.520	0.180	9.940	45.200	0.022			0.280	4.000	13.000	2.800	0.180
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2.280	0.270	14.910	67.800	0.033			0.500	6.000	19.500	4.200	0.270
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1.102	0.200	6.416	38.000	0.016			0.280	4.200	17.400	3.800	0.400
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1.653	0.300	9.624	57.000	0.024			0.500	6.300	26.100	5.700	0.600
ИТОГО:	Завтрак	1-4 классы	500	15.65	13.04	75.81	561.57	0.14	0.00	0.04	1.68	19.62	74.98	27.76	1.76
		5-11 классы	550	18.75	13.88	88.198	618.203	0.172	0.001	0.040	2.019	23.449	91.216	33.912	2.119
	Обед	1-4 классы	720	28.83	19.64	105.99	712.05	0.81	56.52	0.03	5.78	157.26	287.30	111.26	43.40
		5-11 классы	870	33.33	29.20	132.94	913.81	0.99	79.50	0.03	7.93	199.65	360.50	138.56	35.88

Цикличное меню на 2024/2025 уч.год с 01.01.2025 г.

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											
Сыр полутвердый (порционно)	1-4 классы	СТО 71063300-003-2012	16	3.58	3.50	0.00	47	0.010	0.320	0.090	0.060	200.000	108.000	10.000	
	5-11 классы	СТО 71063300-003-2012	16	3.58	3.50	0.00	47	0.010	0.320	0.090	0.060	200.000	108.000	10.000	
Котлеты из мяса кур	1-4 классы	423 Сб.1996г.	090	8.944	10.030	9.974	133.166	0.020	1.160	0.003	1.306	5.792	14.492	4.558	36.970

"Сочные" с соусом	5-11 классы	423 Сб.1996г.	100	11.340	13.566	12.404	175.920	0.025	1.020	0.002	2.210	6.539	3.894	4.846	27.818	
Спагетти (вермишель) отварные	1-4 классы	205 Сб. 2011 г.	150	5.28	4.89	33.46	203.000	0.010	0.010	0.010	0.400	8.270	6.890	1.600	0.060	
	5-11 классы	205 Сб. 2011 г.	180	6.340	5.870	40.150	239.380	0.012	0.012	0.012	0.480	9.920	8.260	1.920	0.072	
Чай с лимоном	1-4 классы	629 сб.1996г.	207	0.243	0.046	13.761	53.710	0.003	2.801			3.111	1.540	0.840	0.090	
	5-11 классы	629 сб.1996г.	207	0.243	0.046	13.761	53.710	0.003	2.801			3.111	1.540	0.840	0.090	
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1.520	0.180	9.940	45.200	0.022			0.280	4.000	13.000	2.800	0.180	
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	025	1.900	0.250	12.425	56.500	0.028			0.420	5.000	16.250	3.500	0.225	
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1.102	0.200	6.416	38.000	0.016			0.280	4.200	17.400	3.800	0.400	
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	025	1.378	0.250	8.020	47.500	0.020			0.420	5.250	21.750	4.750	0.500	
Вторник			2-я неделя				Обед									
Салат из свеклы с чесноком	1-4 классы	23 Сб.2008г.	060	0.969	6.997	6.156	109.330	0.011	5.700		1.340	21.090	24.510	24.510		
	5-11 классы	23 Сб.2008г.	100	1.615	8.995	10.260	145.550	0.019	9.500		2.233	35.150	40.850	40.850		
Суп с клецками со сметаной	1-4 классы	107 сб. 2015 г.	200	3.800	3.340	11.400	94.000	0.048	3.680	102.000	0.000	10.400	36.000	12.800	0.540	
	5-11 классы	107 сб. 2015 г.	250	5.800	4.170	14.250	117.500	0.060	4.600	127.750	0.000	13.000	45.000	16.000	0.670	
Азу с говядиной	1-4 классы	402 сб. 2015 г.	200	16.020	18.000	15.930	299.600	0.100	6.300	0.009	3.690	23.400	184.500	37.800		
	5-11 классы	402 сб. 2015 г.	230	20.470	23.000	20.350	380.000	0.130	8.000	0.012	4.700	29.900	236.000	48.300		
Компот из сухофруктов	1-4 классы	283 Сб.2008г.	200	0.878		32.139	126.104	0.005	0.549			30.740	21.137	16.470	4.158	
	5-11 классы	283 Сб.2008г.	200	0.878		32.139	126.104	0.005	0.549			30.740	21.137	16.470	4.158	
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1.520	0.180	9.940	45.200	0.022			0.280	4.000	13.000	2.800	0.180	
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2.280	0.270	14.910	67.800	0.033			0.500	6.000	19.500	4.200	0.270	
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1.102	0.200	6.416	38.000	0.016			0.280	4.200	17.400	3.800	0.400	
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1.653	0.300	9.624	57.000	0.024			0.500	6.300	26.100	5.700	0.600	
ИТОГО:	Завтрак	1-4 классы	503	20.67	18.85	73.55	520.48	0.08	4.29	0.10	2.33	225.37	161.32	23.60	37.70	
		5-11 классы	553	24.78	23.48	86.76	620.41	0.10	4.15	0.10	3.59	229.82	159.69	25.86	28.71	
	Обед	1-4 классы	700	24.29	28.72	81.98	712.23	0.20	16.23	102.01	5.59	93.83	296.55	98.18	5.28	
		5-11 классы	840	32.70	36.74	101.53	893.95	0.27	22.65	127.76	7.93	121.09	388.59	131.52	5.70	

Цикличное меню на 2024/2025 уч.год с 01.01.2025 г.

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									
Овощи консерв. (помидоры порционно)/ Овощи свежие (помидоры порционно)*	1-4 классы	24 Сб.1996г.	040	0.44	0.08	1.52	8.00					20.000	16.000		9.800	
	5-11 классы	24 Сб.1996г.	050	0.55	0.10	1.90	10.00					25.000	20.000		12.250	
Пельмени куриные	1-4 классы	656 Сб.2008г.	220	15.450	16.700	34.000	332.370	0.257	38.000			51.000	115.000	47.000	2.900	

отварные с бульоном и маслом	5-11 классы	656 Сб.2008г.	250	17.550	18.900	38.630	376.700	0.300	42.000			63.000	132.000	52.000	3.300	
Компот из кураги	1-4 классы	507 сб. 2018 г.	200	0.936	0.000	27.864	110.700	0.020	0.010	0.000	0.000	32.400	29.200	21.000	0.700	
	5-11 классы	507 сб. 2018 г.	200	0.936	0.000	27.864	110.700	0.020	0.010	0.000	0.000	32.400	29.200	21.000	0.700	
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1.520	0.180	9.940	45.200	0.022			0.280	4.000	13.000	2.800	0.180	
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	025	1.900	0.250	12.425	56.500	0.028			0.420	5.000	16.250	3.500	0.225	
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1.102	0.200	6.416	38.000	0.016			0.280	4.200	17.400	3.800	0.400	
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	025	1.378	0.250	8.020	47.500	0.020			0.420	5.250	21.750	4.750	0.500	
Среда			2-я неделя				Обед									
Салат из б/к капусты с кукурузой сладкой конц. /Салат из свежих огурцов и помидоров*	1-4 классы	23 Сб.2008г.	60	1.276	5.442	7.268	93.140	0.011	5.700			1.340	21.090	24.510	24.510	
	5-11 классы	23 Сб.2008г.	100	2.128	9.075	12.119	154.500	0.019	9.500			2.233	35.150	40.850	40.850	
Борщ с капустой и картофелем, со сметаной	1-4 классы	110 Сб.1996г.	210	3.833	5.522	11.708	96.080	0.048	16.830	0.006	1.819	37.900	45.972	27.120	56.044	
	5-11 классы	110 Сб.1996г.	260	4.217	6.528	14.562	117.200	0.060	21.025	0.006	2.270	45.125	55.915	33.650	70.053	
Люля-кебаб из мяса кур с соусом	1-4 классы	268 сб.1996г.	90	10.843	10.030	9.974	133.166	0.020	1.160	0.003	1.306	5.792	14.492	4.558	36.970	
	5-11 классы	268 сб.1996г.	100	12.665	13.566	12.404	175.920	0.025	1.020	0.002	2.210	6.539	3.894	4.846	27.818	
Пюре из гороха	1-4 классы	270 Сб.1996г.	150	16.131	4.924	40.245	260.29	0.629		0.021		63.42	158.888	61.617	4.899	
	5-11 классы	270 Сб.1996г.	180	17.358	8.908	48.015	312.349	0.755		0.025		76.103	190.671	73.942	5.879	
Чай с сахаром	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0.200	0.051	15.010	57.267		0.001			0.346			0.053	
	5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0.200	0.051	15.010	57.267		0.001			0.346			0.053	
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1.520	0.180	9.940	45.200	0.022			0.280	4.000	13.000	2.800	0.180	
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2.280	0.270	14.910	67.800	0.033			0.500	6.000	19.500	4.200	0.270	
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1.102	0.200	6.416	38.000	0.016			0.280	4.200	17.400	3.800	0.400	
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1.653	0.300	9.624	57.000	0.024			0.500	6.300	26.100	5.700	0.600	
ИТОГО:	Завтрак		1-4 классы	500	19.45	17.16	79.74	534.27	0.32	38.01	0.03	5.03	136.75	274.26	124.41	13.98
			5-11 классы	550	22.31	19.50	88.84	601.40	0.37	42.01	0.03	7.71	175.56	336.93	163.19	16.98
	Обед		1-4 классы	750	19.01	17.08	78.22	723.14	0.75	23.69	0.03	5.03	136.75	274.26	124.41	98.55
			5-11 классы	900	21.76	19.40	86.94	942.04	0.92	31.55	0.03	7.71	175.56	336.93	163.19	104.67

Циклическое меню на 2024/2025 уч.год с 01.01.2025 г.

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									
Огурцы солёные порционно	1-4 классы	24 Сб.1996г.	040	1.120		0.520	6.440						10.000	8.000		0.480
	5-11 классы	24 Сб.1996г.	040	1.120		0.520	6.440						10.000	8.000		0.480
Плов из говядины	1-4 классы	193 Сб.2008г.	200	14.671	16.213	40.528	334.000	0.106	2.697			2.849	33.235	68.123	21.137	3.101
	5-11 классы	193 Сб.2008г.	250	17.996	17.934	54.034	417.500	0.126	3.595			3.650	41.941	90.771	27.628	3.449
Компот из сухофруктов	1-4 классы	283 Сб.2008г.	200	0.878		32.139	126.104	0.005	0.549				30.740	21.137	16.470	4.158

Хлеб пшеничный	5-11 классы	283 Сб.2008г.	200	0.878		32.139	126.104	0.005	0.549			30.740	21.137	16.470	4.158
	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	030	2.280	0.270	14.910	67.800	0.033			0.500	6.000	19.500	4.200	0.270
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2.280	0.270	14.910	67.800	0.033			0.500	6.000	19.500	4.200	0.270
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1.653	0.300	9.624	57.000	0.024			0.500	6.300	26.100	5.700	0.600
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1.653	0.300	9.624	57.000	0.024			0.500	6.300	26.100	5.700	0.600
Четверг			2-я неделя			Обед									
Салат картофельный с зеленым горошком	1-4 классы	31 Сб.2008г.	60	2.70	6.96	7.73	97.24	0.06	8.16	0.02	2.79	9.95	39.04	13.88	0.58
	5-11 классы	31 Сб.2008г.	100	3.11	11.59	12.89	162.06	0.10	13.60	0.04		16.58	65.06	23.14	0.96
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.	250	3.89	4.41	13.11	196.00	0.11	8.25		1.94	26.10	82.65	28.50	1.30
Тефтели из мяса кур с соусом	1-4 классы	423 Сб.1996г.	90	6.80	7.11	9.62	121.90	0.02	2.46		2.15	8.82	20.64	5.96	37.07
	5-11 классы	423 Сб.1996г.	100	7.20	9.41	11.78	158.76	0.03	2.82		2.55	10.68	25.62	6.75	27.96
Макаронные изделия отварные	1-4 классы	205 Сб. 2011 г.	150	5.28	4.89	33.46	203.00	0.01	0.01	0.01	0.40	8.27	6.89	1.60	0.06
	5-11 классы	205 Сб. 2011 г.	180	6.34	5.87	40.15	239.38	0.01	0.01	0.01	0.48	9.92	8.26	1.92	0.07
Фруктовый чай	1-4 классы	629 сб.1996г.	200	0.60	0.40	10.40	47.60	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	47.60	0.00	2.80			3.11	1.54	0.84	0.09
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	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	030	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	020	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	030	1.65	0.30	9.62	57.00	0.02			0.50	6.30	26.10	5.70	0.60
ИТОГО:	Завтрак	1-4 классы	500	20.60	16.78	97.72	591.34	0.22	20.03	0.03	7.45	59.23	164.63	51.68	39.42
		5-11 классы	550	23.93	18.50	111.23	674.84	0.31	27.48	0.05	5.97	78.69	228.73	71.05	31.25
	Обед	1-4 классы	740	20.14	21.98	91.28	709.94	0.39	31.90	0.04	12.11	108.51	290.22	89.48	78.26
		5-11 классы	890	25.07	32.25	112.87	928.60	0.52	41.37	0.06	11.94	140.80	392.39	118.95	61.54

Цикличное меню на 2024/2025 уч.год с 01.01.2025 г.

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									
Икра кабачковая(порционно)	1-4 классы	31 Сб.1997г.	020	0.400	1.800	1.720	24.400	0.004	1.400			8.200	13.400	7.000	1.400
	5-11 классы	31 Сб.1997г.	030	0.600	2.700	2.580	36.600	0.006	2.100			12.300	20.100	10.500	2.100
Голубцы ленивые из мяса кур с соусом	1-4 классы	423 Сб.1996г.	090	8.944	10.030	9.974	133.166	0.020	1.160	0.003	1.306	5.792	14.492	4.558	36.970
	5-11 классы	423 Сб.1996г.	100	11.340	13.566	12.404	175.920	0.025	1.020	0.002	2.210	6.539	3.894	4.846	27.818
Каша гречневая рассыпчатая	1-4 классы	463.01.Сб. 1996г.	150	7.716	5.384	26.323	232.585	0.255		0.021	4.160	30.396	154.621	0.158	2.990
	5-11 классы	463.01.Сб. 1996г.	180	8.715	6.460	32.561	278.971	0.306		0.025	4.989	36.456	185.444	0.189	3.58

Напиток из шиповника	1-4 классы	289 С6.2008г.	200	0.720		24.273	96.705	0.027	216.000		0.308	12.150	3.600	3.600	5.081
	5-11 классы	289 С6.2008г.	200	0.720		24.273	96.705	0.027	216.000		0.308	12.150	3.600	3.600	5.081
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1.520	0.180	9.940	45.200	0.022			0.280	4.000	13.000	2.800	0.180
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	025	1.900	0.225	12.425	56.500	0.028			0.420	5.000	16.250	3.500	0.225
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1.102	0.200	6.416	38.000	0.016			0.280	4.200	17.400	3.800	0.400
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	025	1.378	0.250	8.020	47.500	0.020			0.420	5.250	21.750	4.750	0.500
Пятница		2-я неделя		Обед											
Винегрет овощной	1-4 классы	60 С6.1996г.	060	1.167	6.193	5.485	79.707	0.035	5.520		2.696	14.130	26.268	12.198	0.490
	5-11 классы	60 С6.1996г.	100	1.945	8.321	9.142	132.845	0.058	9.200		4.494	23.550	43.780	20.330	0.816
Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	1-4 классы	120 С6.1996г.	210	1.804	5.530	8.801	116.000	0.066	26.510	0.006	1.774	37.540	43.204	18.240	
	5-11 классы	120 С6.1996г.	260	2.181	6.538	10.929	145.000	0.082	33.125	0.006	2.214	44.675	52.455	22.550	
Котлеты из минтая с соусом	1-4 классы	162 С6.2008г.	90	9.080	5.499	9.271	220.000	0.057	1.845	0.022	1.717	14.986	29.764	31.461	28.195
	5-11 классы	162 С6.2008г.	100	10.384	7.516	12.206	250.000	0.078	2.295	0.03	2.39	20.153	40.117	43.305	28.422
Картофельное пюре/ Картофель в молоке	1-4 классы	472 С6.1996г.	150	3.263	4.497	26.370	164.000	0.161	25.875	0.026	0.144	41.310	95.910	32.805	1.390
	5-11 классы	472 С6.1996г.	180	3.916	5.396	31.644	185.040	0.193	31.050	0.031	0.172	49.572	115.092	39.366	1.668
Компот из свежих яблок	1-4 классы	702 С6.1997г.	180	0.080		33.552	137.760	0.004	0.720			0.480	2.400	4.000	0.152
	5-11 классы	702 С6.1997г.	180	0.080		33.552	137.760	0.004	0.720			0.480	2.400	4.000	0.152
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1.520	0.180	9.940	45.200	0.022			0.280	4.000	13.000	2.800	0.180
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	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	020	1.102	0.200	6.416	38.000	0.016			0.280	4.200	17.400	3.800	0.400
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1.653	0.300	9.624	57.000	0.024			0.500	6.300	26.100	5.700	0.600
ИТОГО:	Завтрак	1-4 классы	500	20.402	17.594	78.646	570.056	0.344	218.560	0.024	6.334	64.738	#####	21.916	47.021
		5-11 классы	560	24.653	23.201	92.263	692.196	0.412	219.120	0.027	8.347	77.695	#####	27.385	39.304
	Обед	1-4 классы	730	18.016	22.099	99.835	800.667	0.361	60.470	0.054	6.891	116.646	#####	105.304	30.807
		5-11 классы	880	22.439	28.341	122.007	975.445	0.472	76.390	0.067	10.270	150.730	#####	139.451	31.928