

СОГЛАСОВАНО:
Директор ГБОУ СОШ (ООШ)

Безъедкова Т.Ю.

«28» августа 2026 г.

СОГЛАСОВАНО:
Представитель родительской
общественности:

Фролова А.В.
Проф
« 28 » 08 2026 г.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор

ООО «Детское питание»
Трапезникова Т.Е.


«28» 08 2026 г.

Примерное циклическое меню для организации питания

в ГБОУ С(О)ОШ с. Узюково

Ставропольского района
на 2026/2027 уч.год.

(обучающиеся, дети из многодетных семей)

осенний период

Циклическое меню на 2026/2027 уч.год с 01.09.2026 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												
Каша молочная жидкая Дружба с маслом, сахаром	1-4 классы	327 с6.1998 г.	245	11.78	7.58	23.76	259.00	0.09		0.04	0.75	10.32	46.90	14.56	1.11	
	5-11 классы	327 с6.1998 г.	265	12.93	7.32	28.94	288.97	0.09		0.05	0.81	12.00	50.80	17.41	1.32	
Кондитерские изделия в инд. уп. (в ассортименте)	1-4 классы	29 С6.1997г.	30	2.10	7.60	15.60	96.00									
	5-11 классы	29 С6.1997г.	30	2.10	7.20	15.60	96.00									
Чай с сахаром	1-4 классы	628 С6.1996г.	200	0.20	0.40	15.01	57.27		0.00			0.35			0.05	
	5-11 классы	628 С6.1996г.	200	0.20	0.40	15.01	57.27		0.00			0.35			0.05	
Батон пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 31805-2018	25	2.00	0.25	13.00	59.00	0.04			0.63	6.25	20.50	8.25	0.37	
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2018	60	4.74	0.60	31.00	142.00	0.06			1.50	15.00	49.00	19.80	0.90	
Понедельник		1-я неделя		Обед												
Суп картофельный с крупой и рыбными консервами	1-4 классы	101 с6.2015 г.	210	10.90	11.90	38.00	200.00	0.09	8.25	0.00		26.70		22.78	1.34	
	5-11 классы	101 с6.2015 г.	210	10.90	11.90	38.00	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 С6.1996г.	90	8.94	8.03	13.97	175.00	0.02	1.16	0.00	1.31	5.79	14.49	4.56	36.97	
	5-11 классы	423 С6.1996г.	100	11.34	8.57	13.40	187.00	0.03	1.02	0.00	2.21	6.54	3.89	4.85	27.82	
Каша гречневая рассыпчатая	1-4 классы	463.01.С6. 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.С6. 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 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	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	16.08	15.83	67.37	471.27	0.13	0.00	0.04	1.38	16.92	67.40	22.81	1.53
			5-11 классы	555	19.97	15.52	90.55	584.24	0.15	0.00	0.05	2.31	27.35	99.80	37.21	2.27
	Обед		1-4 классы	750	30.70	25.75	119.66	767.05	0.41	9.41	0.32	6.03	71.43	199.51	34.10	41.93
			5-11 классы	850	35.66	27.54	137.99	889.64	0.48	9.27	0.73	8.04	82.24	232.74	37.22	33.55

Циклическое меню на 2026/2027 уч.год с 01.09.2026 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											
Изделие кулинарное мясное с соусом	1-4 классы	29 С6.1997г.	90	8.00	9.80	24.00	240.00					14.50	80.50	10.00	0.85
	5-11 классы	29 С6.1997г.	100	10.00	11.00	28.00	256.00					15.95	88.55	11.00	0.94
Макаронные изделия отварные	1-4 классы	205 С6. 2011 г.	180	5.10	5.89	22.00	168.00	0.01	0.01	0.01	0.48	9.92	8.26	1.92	0.07
	5-11 классы	205 С6. 2011 г.	200	5.70	6.54	28.00	203.27	0.01	0.01	0.01	0.53	11.02	9.17	2.13	0.08
Чай с яблоком	1-4 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
	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
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 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	4.30	22.00	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	4.30	22.00	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	32.00	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	32.00	243.00	0.01	0.01	0.01	0.40	8.27	6.89	1.60	
Чай с лимоном			1-4 классы	629 сб.1996г.	205	0.24	0.05	13.76	53.71	0.00	2.70			3.11	1.54	0.84	0.09
			5-11 классы	629 сб.1996г.	205	0.24	0.05	13.76	53.71	0.00	2.70			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	510	15.97	16.12	76.12	544.91	0.05	2.81	0.01	1.04	35.73	120.70	19.36	1.59	
			5-11 классы	550	19.33	18.06	91.09	618.78	0.07	2.81	0.01	1.31	40.28	136.16	21.97	1.78	
	Обед		1-4 классы	755	24.75	26.47	114.82	723.40	1.02	33.16	0.04	6.61	101.33	297.11	67.99	3.15	
			5-11 классы	805	25.62	28.58	118.22	773.70	0.37	35.26	0.04	6.61	110.82	306.22	74.29	3.35	

Циклическое меню на 2026/2027 уч.год с 01.09.2026 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											
Каша геркулесовая молочная жидкая с маслом, сахаром	1-4 классы	31 Сб.1997г.	220	9.50	13.60	35.65	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
Сырники с повидлом	1-4 классы	ПР	60	7.00	5.24	17.46	180.20								
	5-11 классы	ПР	60	7.00	5.24	17.46	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
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	40	3.80	0.50	26.00	118.00	0.08			1.20	12.50	41.00	14.50	0.74
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	26.00	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	32.00	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	18.47	20.00	30.00	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	20.00	30.00	380.00	0.13	8.00	0.01	4.70	29.90	236.00	48.30	
Напиток чайный каркаде	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 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	18.60	19.09	66.71	471.60	0.12	0.96	0.00	0.60	15.80	21.70	22.25	0.51
		5-11 классы	550	21.80	21.19	82.26	561.60	0.17	1.10	0.00	1.20	23.30	42.36	31.50	0.88
	Обед	1-4 классы	730	26.26	26.80	100.94	715.18	0.29	45.15	0.01	7.63	77.32	335.16	83.99	1.83
		5-11 классы	830	30.03	29.43	115.90	798.62	0.35	64.45	0.01	8.99	99.44	366.36	96.77	2.43

Циклическое меню на 2026/2027 уч.год с 01.09.2026 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			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 С6.1996г.	90	8.94	10.03	12.00	175.17	0.02	1.16	0.00	1.31	5.79	14.49	4.56	36.97	
	5-11 классы	423 С6.1996г.	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 С6.1996г.	150	3.60	5.50	26.37	168.00	0.16	25.88	0.03	0.14	41.31	95.91	32.81	1.39	
	5-11 классы	472 С6.1996г.	180	3.92	6.40	31.64	185.04	0.19	31.05	0.03	0.17	49.57	115.09	39.37	1.67	
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	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 из свежих помидоров, огурцов	1-4 классы	24 С6.1996г.	60	1.28	5.44	6.27	93.14	0.01	5.70		1.34	21.09	24.51	24.51		
	5-11 классы	24 С6.1996г.	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 с6.2015 г.	210	8.10	5.60	18.80	157.00	0.13	9.30	0.17	0.24	40.00	111.20	30.40	1.52	
	5-11 классы	102 с6.2015 г.	210	8.10	5.60	18.80	157.00	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 С6.1997г.	90	8.00	9.80	24.00	240.00					14.50	80.50	10.00	0.85	
	5-11 классы	29 С6.1997г.	100	10.00	11.00	28.00	296.00					15.95	88.55	11.00	0.94	
Макаронные изделия отварные	1-4 классы	205 С6. 2011 г.	150	4.00	4.09	36.60	145.00	0.01	0.01	0.01	0.48	8.00	7.00	1.00	0.04	
	5-11 классы	205 С6. 2011 г.	180	5.10	5.00	43.92	165.00	0.01	0.01	0.01	0.48	9.92	8.26	1.92	0.07	
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	510	16.31	16.18	86.93	564.77	0.22	27.58	0.03	2.01	86.04	161.94	60.43	43.10	
		5-11 классы	560	19.79	20.49	100.39	605.16	0.27	32.62	0.03	3.16	97.05	177.02	68.68	34.31	
	Обед	1-4 классы	750	24.20	24.92	119.77	775.61	0.22	16.39	0.18	2.09	83.75	257.56	58.58	3.58	
		5-11 классы	830	28.15	28.73	134.28	809.47	0.25	21.11	0.18	2.63	95.59	285.84	67.56	4.05	

Циклическое меню на 2026/2027 уч.год с 01.09.2026 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											
Суп молочный с вермишелью, сливочным маслом	1-4 классы	24 С6.1996г.	200	11.30	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 С6.1996г.	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	6.80	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	1-4 классы	628 С6.1996г.	200	0.20	0.05	18.01	75.00		0.00			0.35			0.05
	5-11 классы	628 С6.1996г.	200	0.20	0.05	18.01	75.00		0.00			0.35			0.05
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	40	3.80	0.50	26.00	118.00	0.08			1.20	12.50	41.00	14.50	0.74
Пятница		1-я неделя		Обед											
Салат картофельный с огурцами солеными и квашеной капустой	1-4 классы	37 С6.2015г.	60	1.28	5.00	9.00	34.00	0.04	7.08		0.81	12.71	28.46	10.58	0.53
	5-11 классы	37 С6.2015г.	100	2.13	6.70	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 С6.1996г.	200	5.93	5.38	18.00	145.00	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	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 С6.1996г.	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 С6.1996г.	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	394 С6.1996г.	150	4.20	5.00	12.00	239.00		2.60	23.00		26.00		36.00	1.30
	5-11 классы	394 С6.1996г.	180	5.30	5.10	18.00	310.00		3.00	29.00		31.00		42.00	2.60
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	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	500	15.62	15.94	67.01	472.00	0.16	0.96	0.30	1.20	22.05	42.20	29.50	0.88
		5-11 классы	590	18.15	19.78	72.26	546.00	1.08	1.20	0.70	1.20	24.35	42.50	33.25	0.89
	Обед	1-4 классы	740	25.05	25.23	100.91	772.13	0.36	23.18	23.00	6.70	85.45	162.62	96.99	41.48
		5-11 классы	880	28.06	33.62	115.52	956.68	0.35	25.87	29.00	9.30	115.69	172.02	135.20	33.24

Циклическое меню на 2026/2027 уч.год с 01.09.2026 г.

Наименование блюда		№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Понедельник		2-я неделя		Завтрак											
Овощи соленые (помидоры порционно.)	1-4 классы	24 С6.1996г.	40	0.44	0.08	1.52	8.00					20.00	16.00		9.80
	5-11 классы	24 С6.1996г.	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 С6.1997г.	090	8.00	7.00	19.00	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	27.00	144.00	0.02	0.72	0.00	1.80	3.00	6.00	3.00	38.00
Рис припущенный	1-4 классы	270 С6.1996г.	150	3.60	7.60	28.48	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	36.60	264.00	0.05	0.90	0.00	0.00	11.56	0.00	1.10	
Напиток чайный каркаде	1-4 классы	630 с6.1996г.	200	2.00	1.28	22.62	98.00								
	5-11 классы	630 с6.1996г.	200	2.00	1.28	22.62	98.00								
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
Понедельник		2-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.	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 С6.1996г.	210	9.14	11.24	35.71	204.00	0.09	6.60		1.55	20.88	66.12	22.80	1.04
	5-11 классы	132 С6.1996г.	210	9.14	11.24	20.71	204.00	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 С6.2008г.	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 С6.2008г.	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	1-4 классы	629 с6.1996г.	205	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.	205	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	30												
ИТОГО:	Завтрак	1-4 классы	520	16.66	16.34	87.98	559.20	0.10	1.32	0.00	2.36	39.80	52.40	10.50	48.38
		5-11 классы	570	18.57	17.46	104.48	599.20	0.11	1.62	0.00	2.36	47.76	56.40	10.70	50.83
	Обед	1-4 классы	755	27.33	24.67	100.83	707.91	0.15	10.12	0.30	3.91	35.19	104.06	33.24	39.71
		5-11 классы	815	27.06	24.56	87.18	711.51	0.15	10.12	0.70	3.85	32.99	93.16	30.84	39.40

Циклическое меню на 2026/2027 уч.год с 01.09.2026 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											
Бутерброд горячий с сыром	1-4 классы	24 С6.1996г.	40	7.29	10.00	20.32	287.00	0.01	0.32	0.09	0.06	200.00	108.00	10.00	
	5-11 классы	24 С6.1996г.	40	7.29	10.00	20.32	287.00	0.01	0.32	0.09	0.06	200.00	108.00	10.00	
Каша молочная жидкая пшенная с маслом	1-4 классы	423 С6.1996г.	230	5.29	6.68	13.32	123.50	0.02	1.00	0.00	1.60	5.79	3.20	4.56	25.40
	5-11 классы	423 С6.1996г.	260	6.68	8.00	16.00	150	0.03	1.02	0.00	2.21	6.54	3.89	4.85	27.82
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	21.00	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 " Степной"	1-4 классы	25 С6.2008г.	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 С6.2008г.	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 с6. 2015г.	200	5.00	5.00	27.74	146.00	0.07	26.51	0.01	1.77	37.54	43.20	18.24	
	5-11 классы	174 с6. 2015г.	250	8.00	8.00	30.00	164.00	0.08	33.13	0.01	2.21	44.68	52.46	22.55	
Спагетти с соусом Болоньезе	1-4 классы	205 С6. 2011 г.	200	5.00	5.00	23.74	146.00	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
Чай с яблоком	1-4 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
	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
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	15.78	16.93	69.65	554.77	0.06	1.32	0.09	2.66	216.14	144.00	27.76	26.05
		5-11 классы	550	18.12	18.55	77.28	612.27	0.11	1.34	0.09	3.52	219.39	152.89	31.35	28.62

ИТОГО:	Обед	1-4 классы	700	15.03	16.55	86.28	511.11	0.16	39.11	0.01	2.33	81.85	112.14	48.28	1.57
		5-11 классы	810	30.70	31.87	111.92	797.91	0.20	47.91	0.01	2.77	94.25	146.71	57.93	1.92

Циклическое меню на 2026/2027 уч.год с 01.09.2026 г.

Наименование блюда		№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Среда		2-я неделя		Завтрак											
Овощи свежие (огурцы порционно)	1-4 классы	31 С6.1997г.	20	1.10		0.52	5.60					12.00	8.00		0.40
	5-11 классы	31 С6.1997г.	30	1.30		0.67	7.00					14.00	10.00		0.60
Гречка по - купечески с мясом (филе куриное)	1-4 классы	193 С6.2008г.	220	13.10	15.40	25.00	323.00	0.02	0.72	0.00	1.80	3.00	6.00	3.00	38.00
	5-11 классы	193 С6.2008г.	240	14.00	17.00	26.00	348.00	0.02	0.72	0.00	1.80	3.00	6.00	3.00	38.00
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	40	3.00	0.36	19.00	90.00	0.04			0.56	8.00	26.00	5.60	0.36
	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	40	2.20	0.40	13.00	76.00	0.04			0.56	8.40	34.80	7.60	0.80
Среда		2-я неделя		Обед											
Салат из свеклы с чесноком	1-4 классы	23 С6.2008г.	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 С6.2008г.	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 С6.2008г.	210	6.29	5.59	16.30	178.00	0.09	12.85	0.01	1.77	24.28	54.00	19.24	0.81
	5-11 классы	42 С6.2008г.	210	6.29	6.59	16.30	178.00	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 С6.1996г.	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 С6.1996г.	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 С6.1996г.	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 С6.1996г.	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 с6.1996г.	200	0.60	0.40	10.40	48.00	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	48.00	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	40	3.00	3.60	20.00	90.00	0.04			0.56	8.00	26.00	5.60	3.60
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	18.38	15.96	84.49	594.36	0.08	1.44	0.00	2.64	27.68	59.80	16.40	39.31
		5-11 классы	550	20.58	17.76	92.22	658.76	0.10	1.44	0.00	2.92	33.88	79.20	20.20	39.91
	Обед	1-4 классы	750	26.71	26.90	104.42	715.70	0.32	48.39	0.04	5.12	103.78	220.85	88.55	39.84
		5-11 классы	850	31.25	38.75	141.16	915.51	0.38	57.22	0.04	7.23	130.85	258.78	114.54	34.38

Циклическое меню на 2026/2027 уч.год с 01.09.2026 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											
Каша молочная рисовая с маслом	1-4 классы	24 С6.1996г.	250	12.60	10.80	31.00	227.00	0.08	0.96	0.00	0.00	9.20	1.20	15.00	0.08
	5-11 классы	24 С6.1996г.	275	12.00	16.00	43.00	310.00	1.00	1.40	0.00	0.00	10.00	2.00	18.00	0.10
Кондитерское изделие (печенье индив. упаковке)	1-4 классы	ПР	50	1.60	7.10	23.14	200.00								
	5-11 классы	ПР	50	1.60	7.10	23.14	200.00								
Чай с шиповником	1-4 классы	629 С6.1996г.	200	0.20	0.05	15.01	57.27		0.00			0.35			0.05

Батон пшеничный	5-11 классы	629 С6.1996г.	200	0.20	0.05	15.01	57.27		0.00			0.35			0.05
	1-4 классы	ГОСТ 31805-2018	20	1.60	0.20	10.38	47.20	0.03			0.50	5.00	16.40	6.60	0.30
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2018	40	3.16	0.40	20.76	94.40	0.06			1.00	10.00	32.80	13.20	0.60
Четверг		2-я неделя		Обед											
Салат " Школьные годы"	1-4 классы	36 С6.1996г.	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 С6.1996г.	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	13.00	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	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
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	16.00	18.15	79.53	531.47	0.11	0.96	0.00	0.50	14.55	17.60	21.60	0.44
		5-11 классы	565	16.96	23.55	101.91	661.67	1.06	1.40	0.00	1.00	20.35	34.80	31.20	0.75
	Обед	1-4 классы	720	25.40	25.45	101.14	738.30	0.25	16.79	0.03	7.14	86.69	278.78	69.27	8.63
		5-11 классы	810	28.40	31.49	103.90	794.30	0.27	20.47	0.03	8.93	96.11	296.29	77.41	8.96

Циклическое меню на 2026/2027 уч.год с 01.09.2026 г.

Наименование блюда			№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность	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	15.00	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	17.00	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 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	
Пятница			2-я неделя		Обед											
Винегрет овощной (с квашеной капустой)	1-4 классы	60 С6.1996г.	60	1.17	5.19	4.49	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	5.80	6.54	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	5.80	6.54	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 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	540	18.28	15.78	78.56	535.80	0.05	6.60	0.70	0.56	29.31	47.94	15.04	0.97
		5-11 классы	560	19.85	17.78	83.56	548.80	0.06	6.78	0.70	0.56	29.57	48.25	15.38	1.02
	Обед	1-4 классы	750	23.79	24.09	108.50	723.46	0.77	9.92	102.02	5.05	99.49	257.56	96.22	44.56
		5-11 классы	830	23.79	24.09	108.50	723.46	0.79	13.60	102.02	6.85	108.91	275.07	104.35	44.89