

СОГЛАСОВАНО:
Директор ГБОУ СОШ (ООШ)



СОГЛАСОВАНО:
Представитель родительской
общественности:

В.А. Савеев
« 30 » сентября 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор

ООО «Детское питание»
Графезникова Т.Е.



Примерное циклическое меню для организации питания

в ГБОУ С(О)ОШ с. Васильевка

Ставропольского района
на 2025/2026 уч.год.

(заболевание- фенилкетонурия)

зимний,
весенний периоды

Циклическое меню на 2025/2026 уч.год (фенилкетонурия)

Циклическое меню на 2025/2026 уч.год (фенилкетонурия)																	
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		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		
Десерт фруктовый (яблоко свежее)	1-4 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		
	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		
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		
ИТОГО:	Завтрак		1-4 классы	530	10.60	8.85	85.81	434.27	0.31	0.00	0.73	4.99	36.80	185.44	0.19	3.63	
			5-11 классы	560	11.90	9.95	93.81	478.27	0.50	0.00	0.76	6.70	40.55	195.00	0.21	4.25	
Вторник		1-я неделя		Завтрак													
Салат из свеклы	1-4 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			
	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			
Макаронные изделия отварные	1-4 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		
	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		
ИТОГО:	Завтрак		1-4 классы	507	8.56	15.58	72.82	482.53	0.04	12.31	0.01	2.76	49.28	51.56	43.82	0.17	
			5-11 классы	507	8.56	15.58	72.82	482.53	0.04	12.31	0.01	2.76	49.28	51.56	43.82	0.17	
Среда		1-я неделя		Завтрак													
Салат из моркови с чесноком и раст.маслом/ Салат из св. огурцов, помидоров*	1-4 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		
	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		
Каша гречневая рассыпчатая	1-4 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		
	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		
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		
ИТОГО:	Завтрак		1-4 классы	500	13.46	14.76	70.51	540.16	0.46	4.10	0.03	4.99	60.53	208.65	13.19	4.23	
			5-11 классы	500	13.46	14.76	70.51	540.16	0.46	4.10	0.03	4.99	60.53	208.65	13.19	4.23	
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		
Картофель отварной с маслом растительным	1-4 классы	239 сб.2011	180	3.71	0.19	36.57	154.07	0.22	37.13			18.56	107.67	42.70	1.67		
	5-11 классы	239 сб.2011	180	3.71	0.19	36.57	154.07	0.22	37.13			18.56	107.67	42.70	1.67		
Десерт фруктовый (яблоко свежее)	1-4 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		
	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		
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		
ИТОГО:	Завтрак		1-4 классы	500	5.26	0.59	60.04	262.89	0.23	39.93	0.70	0.00	26.67	113.21	43.54	2.00	
			5-11 классы	500	5.26	0.59	60.04	262.89	0.23	39.93	0.70	0.00	26.67	113.21	43.54	2.00	
Пятница		1-я неделя		Завтрак													
Винегрет овощной	1-4 классы	60 Сб.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 Сб.1996г.	100	1.95	8.32	9.14	132.85	0.06	9.20		4.49	23.55	43.78	20.33	0.82		
Рис припущенный	1-4 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			
	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			
Десерт фруктовый (яблоко св.)	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 Сб.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 Сб.2008г.	200	0.88	0.01	32.14	126.10	0.01	0.55			30.74	21.14	16.47	4.16		
ИТОГО:	Завтрак		1-4 классы	500	6.77	13.90	94.22	488.81	0.09	6.97	0.30	2.70	56.43	47.41	29.77	4.65	
			5-11 классы	580	7.62	16.03	100.68	560.95	0.11	10.65	0.70	4.49	65.85	64.92	37.90	4.97	

Циклическое меню на 2025/2026 уч.год (фенилкетонурия)

Циклическое меню на 2025/2026 уч.год (фенилкетонурия)																
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 консерв. (помидоры порционно) /Овощи свежие	1-4 классы	24 Сб. 1996г.	50	0.55	0.10	1.90	10.00						25.00	20.00		12.25
	5-11 классы	24 Сб. 1996г.	50	0.55	0.10	1.90	10.00						25.00	20.00		12.25

Рис припущенный с овощами	1-4 классы	423 С6.1996г.	180	5.30	5.10	18.00	310.00		3.00	29.00		31.00		42.00	2.60
	5-11 классы	423 С6.1996г.	180	5.30	5.10	18.00	310.00		3.00	29.00		31.00		42.00	2.60
Десерт фруктовый (яблоко св.)	1-4 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
	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
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
ИТОГО:		1-4 классы	530	6.45	5.25	47.71	415.27	0.00	3.00	29.70	0.00	56.35	20.00	42.00	14.90
		5-11 классы	530	6.45	5.25	47.71	415.27	0.00	3.00	29.70	0.00	56.35	20.00	42.00	14.90
Вторник			2-я неделя			Завтрак									
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	
Каша пшеничная с подсолнечным маслом	1-4 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
	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 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
ИТОГО:		1-4 классы	520	12.51	16.94	85.92	546.04	0.51	8.50	0.06	8.04	64.40	221.05	25.56	4.29
		5-11 классы	560	13.16	18.94	90.02	582.26	0.52	12.30	0.06	8.93	78.46	237.39	41.90	4.29
Среда			2-я неделя			Завтрак									
Икра кабачковая(порционно)	1-4 классы	31 С6.1997г.	30	0.60	2.70	2.58	36.60	0.01	2.10			12.30	20.10	10.50	2.10
	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
Каша гречневая рассыпчатая	1-4 классы	463.01.С6. 1996г.	200	11.70	8.60	43.40	371.80	0.31		0.03	4.99	36.46	185.44	0.19	3.58
	5-11 классы	463.01.С6. 1996г.	200	11.70	8.60	43.40	371.80	0.31		0.03	4.99	36.46	185.44	0.19	3.58
Десерт фруктовый (яблоко свежее)	1-4 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
	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		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
ИТОГО:		1-4 классы	530	13.58	11.30	90.92	572.50	0.32	2.65	0.73	4.99	79.50	226.68	27.16	9.84
		5-11 классы	550	13.98	13.10	92.64	596.90	0.32	4.05	0.73	4.99	87.70	240.08	34.16	11.24
Четверг			2-я неделя			Завтрак									
Салат из моркови с чесноком и раст.маслом/ Салат из св. огурцов,	1-4 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
	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
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	
Кондитерское изделие (паста 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
ИТОГО:		1-4 классы	505	8.56	13.86	132.71	602.36	0.20	5.00	0.00	0.00	35.64	23.21	14.10	0.65
		5-11 классы	505	8.56	13.86	132.71	602.36	0.20	5.00	0.00	0.00	35.64	23.21	14.10	0.65
Пятница			2-я неделя			Завтрак									
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
Макаронные изделия отварные	1-4 классы	205 С6. 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
	5-11 классы	205 С6. 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
Десерт фруктовый (яблоко св.)	1-4 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
	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
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
ИТОГО:		1-4 классы	560	8.47	12.78	62.40	458.24	0.05	5.53	0.71	3.23	25.50	35.44	14.33	0.62
		5-11 классы	600	9.25	14.91	85.75	511.38	0.07	9.21	0.71	5.02	34.92	52.95	22.46	0.95