

СОГЛАСОВАНО:  
Директор ГБОУ СОШ (ООШ)

*Васильева*  
*Лопова С.В.*  
«01» «09» 2025 г.



СОГЛАСОВАНО:  
Представитель родительской  
общественности:

*Серева Р.А.*  
«01» «09» 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор  
ООО «Детское питание»  
Трапезникова Т.Е.

«01» «09» 2025 г.



# Примерное циклическое меню для организации питания

в ГБОУ С(О)ОШ с. *Васильевка*

Ставропольского района  
на 2025/2026 уч.год.

(1-11 классы)

зимний,  
весенний периоды

**Циклическое меню на 2025/2026 уч.год 1-11 классы**

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
<b>Понедельник</b>		<b>1-я неделя</b>		<b>Завтрак</b>											
Икра кабачковая (порционно)	1-4 классы	31 Сб.1997г.	020	0,40	1,80	1,72	24,40	0,00	1,40			8,20	13,40	7,00	1,40
	5-11 классы	31 Сб.1997г.	030	0,60	2,70	2,58	36,60	0,01	2,10			12,30	20,10	10,50	2,10
Котлеты из минтая с соусом	1-4 классы	162 Сб.2008г.	90	9,08	5,50	9,27	220,00	0,06	1,85	0,02	1,72	14,99	29,76	31,46	28,20
	5-11 классы	162 Сб.2008г.	100	10,38	7,52	12,21	250,00	0,08	2,30	0,03	2,39	20,15	40,12	43,31	28,42
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	
Чай с сахаром	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0,20	0,05	15,01	57,27	0,00	0,00	0,00	0,00	0,35	0,00	0,00	0,05
	5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0,20	0,05	15,01	57,27	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	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
<b>Понедельник</b>		<b>1-я неделя</b>		<b>Обед</b>											
Салат из моркови с чесноком и раст.маслом	1-4 классы	16 Сб.1996г.	60	0,90	3,64	6,71	64,79	0,80	2,00	0,00		14,24	14,10	6,70	0,40
	5-11 классы	16 Сб.1996г.	100	1,56	6,11	12,10	111,09	0,15	4,10	0,00		23,73	23,21	13,00	0,60
Суп картофельный с макаронными изделиями	1-4 классы	139 Сб.1996г.	200	2,27	2,14	19,16	100,00	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	143,53	0,12	16,50		1,34	17,50	63,50	24,05	0,89
Палочки из мяса кур с рисовой крупой с соусом	1-4 классы	428 Сб.1996г.	90	7,63	10,17	9,45	158,00	0,02	1,15	0,00	1,31	5,96	15,41	4,75	36,98
	5-11 классы	428 Сб.1996г.	100	11,36	13,57	12,42	176,02	0,03	0,97	0,00	1,80	6,38	17,38	4,86	27,82
Каша гречневая вязкая	1-4 классы	463 сб. 1996г.	150	7,70	5,38	26,32	232,58	0,26		0,02		30,39	154,62	0,16	2,99
	5-11 классы	463 сб. 1996г.	180	8,72	6,46	32,56	278,97	0,31		0,03		36,46	185,44	0,19	3,58
Сок фруктовый	1-4 классы	293 Сб.2008г.	200	0,90		21,06	84,60	0,02	3,60			14,40	16,20	9,00	0,36
	5-11 классы	293 Сб.2008г.	200	0,90		21,06	84,60	0,02	3,60			14,40	16,20	9,00	0,36
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	1,65	0,30	9,62	57,00	0,02			0,50	6,30	26,10	5,70	0,60
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>500</b>	<b>18,58</b>	<b>13,62</b>	<b>85,76</b>	<b>621,87</b>	<b>0,08</b>	<b>3,25</b>	<b>0,02</b>	<b>2,00</b>	<b>27,73</b>	<b>60,56</b>	<b>42,26</b>	<b>30,05</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>550</b>	<b>18,21</b>	<b>18,35</b>	<b>92,75</b>	<b>691,07</b>	<b>0,17</b>	<b>5,30</b>	<b>0,03</b>	<b>2,95</b>	<b>52,56</b>	<b>90,62</b>	<b>61,51</b>	<b>31,16</b>
	<b>Обед</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>740</b>	<b>22,03</b>	<b>21,71</b>	<b>99,05</b>	<b>723,17</b>	<b>1,23</b>	<b>19,95</b>	<b>0,02</b>	<b>2,94</b>	<b>87,19</b>	<b>281,53</b>	<b>46,45</b>	<b>42,02</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>890</b>	<b>29,30</b>	<b>29,38</b>	<b>126,62</b>	<b>919,01</b>	<b>0,67</b>	<b>25,17</b>	<b>0,03</b>	<b>4,14</b>	<b>110,77</b>	<b>351,34</b>	<b>61,00</b>	<b>34,12</b>

**Циклическое меню на 2025/2026 уч.год 1-11 классы**

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	
<b>Вторник</b>		<b>1-я неделя</b>		<b>Завтрак</b>												
Овощи порционно (огурцы конс.)	1-4 классы	24 Сб.1996г.	20	0,22	0,04	0,76	4,00					10,00	8,00		0,48	
	5-11 классы	24 Сб.1996г.	20	0,22	0,04	0,76	4,00					10,00	8,00		0,48	
Гуляш из птицы (филе куриное)	1-4 классы	428 Сб.1996г.	90	4,78	4,24	1,42	163,00	0,10	1,94	0,03	3,88	29,96	200,97	34,01	2,08	
	5-11 классы	428 Сб.1996г.	100	4,78	4,70	1,57	181,00	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	197,00	0,01	0,01	0,01	0,40	8,27	6,89	1,60		
	5-11 классы	171 Сб. 2015 г.	180	7,70	9,00	45,00	236,00	0,02	0,01	0,01	0,48	9,92	8,26	1,92		
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	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	
<b>Вторник</b>		<b>1-я неделя</b>		<b>Обед</b>												
Салат из б/к капусты	1-4 классы	62 Сб. 1996г.	60	1,28	5,44	7,27	93,14	0,01	5,70		1,34	21,09	24,51	24,51		
	5-11 классы	62 Сб. 1996 г.	100	2,13	9,08	12,12	154,50	0,02	9,50		2,23	35,15	40,85	40,85		
Рассольник ленинградский со сметаной	1-4 классы	42 Сб.2008г.	250	2,79	6,61	20,30	142,82	0,11	16,05	0,01	2,21	28,10	65,95	23,80	1,01	
	5-11 классы	42 Сб.2008г.	250	2,79	6,61	20,30	142,82	0,11	16,05	0,01	2,21	28,10	65,95	23,80	1,01	
Пельмени куриные отварные с маслом	1-4 классы	268 сб.1996 г.	150	19,20	13,80	29,30	319,80	0,103	1,940	0,025	3,880	29,964	200,972	34,006	2,076	
	5-11 классы	268 сб.1996 г.	150	19,20	13,80	29,30	319,80	0,103	1,940	0,025	3,880	29,964	200,972	34,006	2,076	
Компот из свежих яблок	1-4 классы	702 Сб.1997г.	200	0,08		33,55	137,76	0,00	0,72			0,48	2,40	4,00	0,15	
	5-11 классы	702 Сб.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	
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>		<b>1-4 классы</b>	<b>500</b>	<b>14,62</b>	<b>12,56</b>	<b>66,44</b>	<b>494,80</b>	<b>0,15</b>	<b>4,75</b>	<b>0,04</b>	<b>4,84</b>	<b>59,55</b>	<b>247,80</b>	<b>43,05</b>	<b>3,23</b>
			<b>5-11 классы</b>	<b>550</b>	<b>16,58</b>	<b>14,64</b>	<b>78,18</b>	<b>572,60</b>	<b>0,17</b>	<b>4,75</b>	<b>0,04</b>	<b>5,20</b>	<b>63,25</b>	<b>256,77</b>	<b>45,02</b>	<b>3,37</b>
	<b>Обед</b>		<b>1-4 классы</b>	<b>700</b>	<b>25,96</b>	<b>26,23</b>	<b>106,78</b>	<b>776,72</b>	<b>0,26</b>	<b>24,41</b>	<b>0,03</b>	<b>7,99</b>	<b>87,83</b>	<b>324,23</b>	<b>92,92</b>	<b>3,82</b>
			<b>5-11 классы</b>	<b>750</b>	<b>27,47</b>	<b>29,99</b>	<b>115,72</b>	<b>858,88</b>	<b>0,28</b>	<b>28,21</b>	<b>0,03</b>	<b>9,16</b>	<b>103,94</b>	<b>348,17</b>	<b>110,91</b>	<b>3,96</b>

**Циклическое меню на 2025/2026 уч.год 1-11 классы**

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

<b>Среда</b>		<b>1-я неделя</b>		<b>Завтрак</b>											
Мясное кулинарное изделие с соусом	1-4 классы	393 Сб.1997 г.	90	5,20	6,60	2,74	108,50					14,50	80,50	10,00	0,85
	5-11 классы	393 Сб.1997 г.	100	5,72	7,26	3,02	117,05					15,95	88,55	11,00	0,94
Спагетти (вермишель) 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
Чай с шиповником	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0,20	0,05	15,01	57,27		0,00			0,35			0,05
	5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0,20	0,05	15,01	57,27		0,00			0,35			0,05
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	20	1,52	0,18	9,94	45,20	0,02			0,28	4,00	13,00	2,80	0,18
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	20	1,52	0,18	9,94	45,20	0,02			0,28	4,00	13,00	2,80	0,18
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	20	1,10	0,20	6,42	38,00	0,02			0,28	4,20	17,40	3,80	0,40
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	20	1,10	0,20	6,42	38,00	0,02			0,28	4,20	17,40	3,80	0,40
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	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

<b>Среда</b>		<b>1-я неделя</b>		<b>Обед</b>											
Салат из свежих огурцов с маслом	1-4 классы	60 Сб.1996г.	60	0,75	0,06	7,14	31,00	0,04	5,52		2,70	14,13	26,27	12,20	0,49
	5-11 классы	60 Сб.1996г.	100	1,25	0,10	11,90	51,60	0,06	9,20		4,49	23,55	43,78	20,33	0,82
Суп картофельный с горохом	1-4 классы	138 Сб.1996г.	200	5,93	5,38	23,22	163,00	0,25	11,63		4,02	32,28	86,88	35,25	1,95
	5-11 классы	138 Сб.1996г.	200	5,93	5,38	23,22	163,00	0,25	11,63		4,02	32,28	86,88	35,25	1,95
Биточки с овощами из минтая с соусом	1-4 классы	309 Сб. 1996г.	90	11,22	4,77	9,79	180,35	0,06	3,70		1,28	14,54	19,46	39,14	92,49
	5-11 классы	309 Сб.1996г.	100	14,74	5,59	12,64	187,85	0,07	3,70		2,26	14,54	19,46	46,06	92,58
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 с лимоном	1-4 классы	629 сб.1996г.	187	0,24	0,05	13,76	53,71	0,00	2,80			3,11	1,54	0,84	0,09
	5-11 классы	629 сб.1996г.	187	0,24	0,05	13,76	53,71	0,00	2,80			3,11	1,54	0,84	0,09
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	20	1,52	0,18	9,94	45,20	0,02			0,28	4,00	13,00	2,80	0,18
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	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	1,65	0,30	9,62	57,00	0,02			0,50	6,30	26,10	5,70	0,60
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>540</b>	<b>13,62</b>	<b>11,92</b>	<b>77,57</b>	<b>470,97</b>	<b>0,05</b>	<b>0,01</b>	<b>0,31</b>	<b>0,96</b>	<b>31,32</b>	<b>117,79</b>	<b>18,20</b>	<b>1,54</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>620</b>	<b>15,28</b>	<b>13,56</b>	<b>87,33</b>	<b>534,90</b>	<b>0,05</b>	<b>0,01</b>	<b>0,71</b>	<b>1,04</b>	<b>34,42</b>	<b>127,21</b>	<b>19,52</b>	<b>1,64</b>
	<b>Обед</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>727</b>	<b>24,03</b>	<b>15,13</b>	<b>96,63</b>	<b>675,26</b>	<b>0,55</b>	<b>49,52</b>	<b>0,03</b>	<b>8,70</b>	<b>113,57</b>	<b>260,45</b>	<b>126,84</b>	<b>96,98</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>827</b>	<b>30,01</b>	<b>17,08</b>	<b>117,69</b>	<b>766,00</b>	<b>0,63</b>	<b>58,38</b>	<b>0,03</b>	<b>11,94</b>	<b>135,35</b>	<b>312,35</b>	<b>151,75</b>	<b>97,97</b>

**Циклическое меню на 2025/2026 уч.год 1-11 классы**

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
<b>Четверг</b>	<b>1-я неделя</b>						<b>Завтрак</b>							



сыром	5-11 классы	24 Сб.1996г.	40	5,29	6,68	10,32	123,50								
Каша молочная жидкая пшеничная с маслом	1-4 классы	4.02.	230	5,90	12,00	24,36	398,00	0,31		0,03	4,99	36,46	185,44	0,19	3,58
	5-11 классы	4.02.	260	6,68	13,70	27,54	451,00	0,50		0,06	6,70	40,20	195,00	0,21	4,20
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
Батон пшеничный	1-4 классы	ПР	30	0,28	0,15	7,75	99,00	0,02			0,28	4,00	13,00	2,80	0,18
	5-11 классы	ПР	45	0,43	0,23	23,30	148,50	0,03			0,50	6,00	19,50	4,20	0,27

**Пятница**

**1-я неделя**

**Обед**

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
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.	200	1,47	4,22	12,74	108,50	0,07	26,51	0,01	1,77	37,54	43,20	18,24	
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
Котлеты из мяса кур "Сочные" 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
Напиток из шиповника	1-4 классы	289 Сб.2008г.	180	0,72		24,27	96,71	0,03	216,00		0,31	12,15	3,60	3,60	5,08
	5-11 классы	289 Сб.2008г.	180	0,72		24,27	96,71	0,03	216,00		0,31	12,15	3,60	3,60	5,08
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	20	1,52	0,18	9,94	45,20	0,02			0,28	4,00	13,00	2,80	0,18
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	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

<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>507</b>	<b>11,71</b>	<b>18,88</b>	<b>56,19</b>	<b>674,21</b>	<b>0,33</b>	<b>2,80</b>	<b>0,03</b>	<b>5,27</b>	<b>43,57</b>	<b>199,98</b>	<b>3,83</b>	<b>3,85</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>552</b>	<b>12,64</b>	<b>20,66</b>	<b>74,92</b>	<b>776,71</b>	<b>0,54</b>	<b>2,80</b>	<b>0,06</b>	<b>7,20</b>	<b>49,31</b>	<b>216,04</b>	<b>5,25</b>	<b>4,56</b>
	<b>Обед</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>720</b>	<b>20,20</b>	<b>25,71</b>	<b>102,29</b>	<b>704,28</b>	<b>0,20</b>	<b>249,20</b>	<b>0,02</b>	<b>7,04</b>	<b>86,08</b>	<b>124,85</b>	<b>46,80</b>	<b>43,18</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>810</b>	<b>25,09</b>	<b>32,48</b>	<b>119,15</b>	<b>857,35</b>	<b>0,24</b>	<b>252,74</b>	<b>0,02</b>	<b>10,11</b>	<b>99,95</b>	<b>140,74</b>	<b>57,19</b>	<b>34,51</b>

**Циклическое меню на 2025/2026 уч.год 1-11 классы**

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		
<b>Понедельник</b>		<b>2-я неделя</b>		<b>Завтрак</b>												
Овощи порционно (помидоры конс.)	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



	5-11 классы	ПР	25	2,40	0,00	59,00	203,00								
Чай с шиповником	1-4 классы	629 сб.1996г.	200	0,24	0,10	18,35	75,28	0,00	2,80			3,11	1,54	0,84	0,09
	5-11 классы	629 сб.1996г.	200	0,24	0,10	18,35	75,28	0,00	2,80			3,11	1,54	0,84	0,09
Батон пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	30	3,16	0,40	20,76	98,60	0,06			1,00	10,00	32,80	13,20	0,37
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	60	3,95	0,50	25,95	118,00	0,08			1,25	12,50	41,00	16,50	0,37

<b>Вторник</b>		<b>2-я неделя</b>		<b>Обед</b>											
Салат из свеклы с чесноком	1-4 классы	23 Сб.2008г.	60	0,97	7,00	6,16	109,33	0,01	5,70		1,34	21,09	24,51	24,51	
	5-11 классы	23 Сб.2008г.	100	1,62	9,00	10,26	145,55	0,02	9,50		2,23	35,15	40,85	40,85	
Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	1-4 классы	120 Сб.1996г.	220	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.	260	2,18	6,54	10,93	143,00	0,08	33,13	0,01	2,21	44,68	52,46	22,55	
Жаркое по-домашнему (филе куриное)	1-4 классы	402 сб. 2015 г.	230	7,01	11,39	28,45	330,00	0,10	6,30	0,01	3,69	23,40	184,50	37,80	
	5-11 классы	402 сб. 2015 г.	230	7,01	11,39	28,45	330,00	0,13	8,00	0,01	4,70	29,90	236,00	48,30	
Компот из кураги	1-4 классы	507 сб. 2018 г.	180	0,94	0,00	27,86	110,70	0,02	0,01	0,00	0,00	32,40	29,20	21,00	4,16
	5-11 классы	507 сб. 2018 г.	180	0,94	0,00	27,86	110,70	0,02	0,01	0,00	0,00	32,40	29,20	21,00	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	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
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>500</b>	<b>13,12</b>	<b>7,08</b>	<b>124,87</b>	<b>616,64</b>	<b>0,15</b>	<b>2,80</b>	<b>0,04</b>	<b>1,75</b>	<b>23,43</b>	<b>81,24</b>	<b>28,60</b>	<b>1,57</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>550</b>	<b>14,52</b>	<b>7,92</b>	<b>132,24</b>	<b>655,25</b>	<b>0,17</b>	<b>2,80</b>	<b>0,05</b>	<b>2,06</b>	<b>27,61</b>	<b>93,34</b>	<b>34,75</b>	<b>1,78</b>
	<b>Обед</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>730</b>	<b>13,34</b>	<b>24,30</b>	<b>87,63</b>	<b>748,93</b>	<b>0,24</b>	<b>38,52</b>	<b>0,02</b>	<b>7,36</b>	<b>122,63</b>	<b>311,81</b>	<b>108,15</b>	<b>4,74</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>820</b>	<b>15,02</b>	<b>27,42</b>	<b>97,95</b>	<b>833,25</b>	<b>0,30</b>	<b>50,64</b>	<b>0,02</b>	<b>9,99</b>	<b>152,38</b>	<b>396,51</b>	<b>140,95</b>	<b>4,88</b>

**Циклическое меню на 2025/2026 уч.год 1-11 классы**

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	
<b>Среда</b>	<b>2-я неделя</b>	<b>Завтрак</b>													
Котлеты из мяса кур "Сочные" 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
Спагетти (вермишель)	1-4 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

отварные	5-11 классы	205 Сб. 2011 г.	200	7,04	6,50	44,60	265,90	0,02	0,02	0,02	0,48	9,92	8,26	1,92	0,07
Чай с сахаром	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0,20	0,05	15,01	57,27		0,00			0,35			0,05
	5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0,20	0,05	15,01	57,27		0,00			0,35			0,05
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	20	1,52	0,18	9,94	45,20	0,02			0,28	4,00	13,00	2,80	0,18
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	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

**Среда**

**2-я неделя**

**Обед**

Салат " Витаминный"	1-4 классы	23 Сб.2008г.	60	1,28	5,44	7,27	93,14	0,01	5,70		1,34	21,09	24,51	24,51	
	5-11 классы	23 Сб.2008г.	100	2,13	9,08	12,12	154,50	0,02	9,50		2,23	35,15	40,85	40,85	
Суп крестьянский с крупой	1-4 классы	132 Сб.1996г.	200	2,14	2,24	13,71	122,20	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	122,20	0,09	6,60		1,55	20,88	66,12	22,80	1,04
Крокеты куриные с соусом	1-4 классы	202 Сб.2008г.	090	10,80	10,11	13,84	163,90	0,02	2,46	0,00	1,31	8,82	20,64	5,96	27,07
	5-11 классы	202 Сб.2008г.	100	13,30	12,41	15,78	200,76	0,03	2,82	0,00	1,80	10,68	25,62	6,75	27,96
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	
Компот из свежих яблок	1-4 классы	702 Сб.1997г.	180	0,08		33,55	137,76	0,00	0,72			0,48	2,40	4,00	0,15
	5-11 классы	702 Сб.1997г.	180	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	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	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	510	18,11	16,33	81,49	513,01	0,07	1,17	0,02	2,35	24,26	53,15	13,08	37,68
		5-11 классы	550	21,86	20,62	92,46	603,09	0,09	1,04	0,02	3,53	27,06	50,15	15,02	28,67
	Обед	1-4 классы	720	20,52	24,78	123,21	837,20	0,21	16,08	0,00	4,76	68,07	144,07	64,77	28,84
		5-11 классы	820	25,98	32,00	146,30	1004,02	0,25	20,54	0,00	6,58	91,05	180,59	85,40	30,02

**Цикличное меню на 2025/2026 уч.год 1-11 классы**

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		
<b>Четверг</b>		<b>2-я неделя</b>		<b>Завтрак</b>												
Овощи порционно (огурцы конс.)	1-4 классы	24 Сб.1996г.	20	0,60		0,26	3,20						5,00	4,00		0,24
	5-11 классы	24 Сб.1996г.	50	1,30		0,67	7,00						14,00	10,00		0,60
Гречка по - купечески с мясом (говядина)	1-4 классы	193 Сб.2008г.	240	7,30	12,00	8,00	261,00	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	261,00	0,02	0,72	0,00	1,80	3,00	6,00	3,00	38,00	

Компот из сухофруктов	1-4 классы	283 Сб.2008г.	200	0,88		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		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	30	1,65	0,30	9,62	57,00	0,02			0,50	6,30	26,10	5,70	0,60	
<b>Четверг</b>			<b>2-я неделя</b>				<b>Обед</b>									
Борщ с капустой и картофелем, со сметаной	1-4 классы	110 Сб.1996г.	210	3,83	5,52	11,71	132,00	0,05	16,83	0,01	1,82	37,90	45,97	27,12	56,04	
	5-11 классы	110 Сб.1996г.	210	3,83	5,52	11,71	132,00	0,05	16,83	0,01	1,82	37,90	45,97	27,12	56,04	
Тефтели из мяса кур с соусом	1-4 классы	423 Сб.1996г.	90	6,80	7,11	9,62	158,76	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	165,30	0,03	2,82		2,55	10,68	25,62	6,75	27,96	
Спагетти (вермишель) 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	
Чай с шиповником	1-4 классы	629 сб.1996г.	200	0,24	0,10	18,35	75,28	0,00	2,80			3,11	1,54	0,84	0,09	
	5-11 классы	629 сб.1996г.	200	0,24	0,10	18,35	75,28	0,00	2,80			3,11	1,54	0,84	0,09	
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	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	
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	1,65	0,30	9,62	57,00	0,02			0,50	6,30	26,10	5,70	0,60	
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>		<b>1-4 классы</b>	<b>500</b>	<b>11,40</b>	<b>12,38</b>	<b>56,76</b>	<b>473,50</b>	<b>0,06</b>	<b>1,27</b>	<b>0,00</b>	<b>2,36</b>	<b>46,94</b>	<b>61,54</b>	<b>26,07</b>	<b>42,98</b>
			<b>5-11 классы</b>	<b>550</b>	<b>13,41</b>	<b>12,57</b>	<b>65,34</b>	<b>518,90</b>	<b>0,08</b>	<b>1,27</b>	<b>0,00</b>	<b>2,80</b>	<b>60,04</b>	<b>82,74</b>	<b>29,37</b>	<b>43,63</b>
	<b>Обед</b>		<b>1-4 классы</b>	<b>750</b>	<b>19,10</b>	<b>18,01</b>	<b>99,50</b>	<b>671,24</b>	<b>0,12</b>	<b>22,10</b>	<b>0,32</b>	<b>4,93</b>	<b>66,30</b>	<b>105,44</b>	<b>42,12</b>	<b>93,85</b>
			<b>5-11 классы</b>	<b>850</b>	<b>21,95</b>	<b>21,48</b>	<b>119,33</b>	<b>774,76</b>	<b>0,15</b>	<b>22,46</b>	<b>0,72</b>	<b>5,85</b>	<b>73,91</b>	<b>126,99</b>	<b>46,53</b>	<b>85,03</b>

**Циклическое меню на 2025/2026 уч.год 1-11 классы**

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		
<b>Пятница</b>			<b>2-я неделя</b>				<b>Завтрак</b>									
Каша геркулесовая молочная жидкая	1-4 классы	31 Сб.1997г.	210	9,5	15,6	33,65	200	0,08	0,96	0,00	0,00	9,20	1,20	15,00	0,08	
	5-11 классы	31 Сб.1997г.	210	9,5	15,6	33,65	200	0,08	0,96	0,00	0,00	9,20	1,20	15,00	0,08	
Оладьи с молоком сгущенным	1-4 классы	423 Сб.1996г.	120	10,00	8,90	54,00	290,00	0,10	1,00	0,10	4,10	160,00	178,00	30,00	1,70	
	5-11 классы	423 Сб.1996г.	150	11,76	10,80	67,00	313,00	0,15	1,10	0,20	4,50	200,00	201,00	35,00	2,00	

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	
Батон пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	20	1,90	0,25	13,00	59,00	0,04			0,60	6,25	20,50	7,25	0,37	
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	20	1,90	0,25	13,00	59,00	0,04			0,60	6,25	20,50	7,25	0,37	
<b>Пятница</b>			<b>2-я неделя</b>				<b>Обед</b>									
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	
Суп картофельный с горохом	1-4 классы	138 Сб.1996г.	200	5,93	5,38	23,22	133,00	0,25	11,63		4,02	32,28	86,88	35,25	1,95	
	5-11 классы	138 Сб.1996г.	200	5,93	5,38	23,22	133,00	0,25	11,63		4,02	32,28	86,88	35,25	1,95	
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 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.	180	7,70	9,00	45,00	293,00	0,02	0,01	0,01	0,48	9,92	8,26	1,92		
Чай с лимоном	1-4 классы	629 сб.1996г.	207	0,24	0,05	13,76	53,71	0,00	2,80			3,11	1,54	0,84	0,09	
	5-11 классы	629 сб.1996г.	207	0,24	0,05	13,76	53,71	0,00	2,80			3,11	1,54	0,84	0,09	
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	20	1,52	0,18	9,94	45,20	0,02			0,28	4,00	13,00	2,80	0,18	
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	30	2,28	0,27	14,91	67,80	0,03			0,50	6,00	19,50	4,20	0,27	
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	20	1,10	0,20	6,42	38,00	0,02			0,28	4,20	17,40	3,80	0,40	
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	30	1,65	0,30	9,62	57,00	0,02			0,50	6,30	26,10	5,70	0,60	
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>		<b>1-4 классы</b>	<b>550</b>	<b>21,60</b>	<b>24,75</b>	<b>101,25</b>	<b>551,40</b>	<b>0,22</b>	<b>1,96</b>	<b>0,10</b>	<b>4,70</b>	<b>175,80</b>	<b>199,70</b>	<b>52,25</b>	<b>2,21</b>
			<b>5-11 классы</b>	<b>580</b>	<b>23,36</b>	<b>26,65</b>	<b>114,25</b>	<b>574,40</b>	<b>0,27</b>	<b>2,06</b>	<b>0,20</b>	<b>5,10</b>	<b>215,80</b>	<b>222,70</b>	<b>57,25</b>	<b>2,51</b>
	<b>Обед</b>		<b>1-4 классы</b>	<b>747</b>	<b>25,31</b>	<b>29,53</b>	<b>106,29</b>	<b>725,78</b>	<b>0,36</b>	<b>21,12</b>	<b>0,01</b>	<b>8,98</b>	<b>71,78</b>	<b>166,47</b>	<b>61,05</b>	<b>40,08</b>
			<b>5-11 классы</b>	<b>847</b>	<b>31,09</b>	<b>36,88</b>	<b>128,06</b>	<b>913,28</b>	<b>0,42</b>	<b>24,66</b>	<b>0,01</b>	<b>12,20</b>	<b>87,70</b>	<b>189,95</b>	<b>73,09</b>	<b>31,54</b>