

СОГЛАСОВАНО:  
Директор ГБОУ СОШ (ООШ)



« 09 » января 2025 г.

СОГЛАСОВАНО:  
Представитель родительской  
общественности:

*Минина*

« 09 » января 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор  
ООО «Детское питание»  
Полуляхова Т.А.



« 09 » января 2025 г.

# Примерное циклическое меню для организации питания

в ГБОУ С(О)ОШ с. Нижнее Сачхалево

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	
<b>Понедельник</b>		<b>1-я неделя</b>		<b>Завтрак</b>											
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
<b>Понедельник</b>		<b>1-я неделя</b>		<b>Обед</b>											
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
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>500</b>	<b>17.132</b>	<b>16.000</b>	<b>83.446</b>	<b>545.490</b>	<b>0.168</b>	<b>5.720</b>	<b>0.013</b>	<b>2.266</b>	<b>46.027</b>	<b>68.902</b>	<b>21.948</b>	<b>38.065</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>560</b>	<b>22.923</b>	<b>20.776</b>	<b>98.750</b>	<b>634.300</b>	<b>0.223</b>	<b>6.022</b>	<b>0.014</b>	<b>3.118</b>	<b>54.749</b>	<b>79.844</b>	<b>24.026</b>	<b>29.101</b>
	<b>Обед</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>740</b>	<b>26.30</b>	<b>24.86</b>	<b>97.58</b>	<b>730.48</b>	<b>1.37</b>	<b>14.79</b>	<b>0.02</b>	<b>5.89</b>	<b>91.24</b>	<b>300.49</b>	<b>53.27</b>	<b>42.94</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>890</b>	<b>31.68</b>	<b>32.14</b>	<b>119.82</b>	<b>907.52</b>	<b>0.79</b>	<b>16.75</b>	<b>0.03</b>	<b>7.23</b>	<b>111.65</b>	<b>345.02</b>	<b>63.19</b>	<b>34.87</b>

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



<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
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>500</b>	<b>11.42</b>	<b>11.33</b>	<b>72.03</b>	<b>545.36</b>	<b>0.17</b>	<b>1.94</b>	<b>0.04</b>	<b>4.84</b>	<b>50.91</b>	<b>299.97</b>	<b>59.61</b>	<b>3.69</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>550</b>	<b>12.88</b>	<b>13.00</b>	<b>84.41</b>	<b>610.00</b>	<b>0.18</b>	<b>1.94</b>	<b>0.04</b>	<b>5.20</b>	<b>53.36</b>	<b>318.97</b>	<b>65.06</b>	<b>3.93</b>
	<b>Обед</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>730</b>	<b>23.72</b>	<b>27.18</b>	<b>116.57</b>	<b>767.03</b>	<b>0.21</b>	<b>20.85</b>	<b>0.02</b>	<b>6.73</b>	<b>96.10</b>	<b>167.40</b>	<b>66.60</b>	<b>29.71</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>880</b>	<b>29.00</b>	<b>33.81</b>	<b>141.54</b>	<b>966.87</b>	<b>0.28</b>	<b>28.09</b>	<b>0.02</b>	<b>9.98</b>	<b>116.95</b>	<b>218.41</b>	<b>83.70</b>	<b>31.42</b>

**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(порционно)	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
<b>Четверг</b>		<b>1-я неделя</b>		<b>Обед</b>											
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
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>500</b>	<b>17.58</b>	<b>11.44</b>	<b>87.79</b>	<b>532.91</b>	<b>0.26</b>	<b>31.70</b>	<b>0.03</b>	<b>1.98</b>	<b>72.73</b>	<b>161.57</b>	<b>89.55</b>	<b>96.01</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>560</b>	<b>22.61</b>	<b>14.19</b>	<b>100.86</b>	<b>612.25</b>	<b>0.32</b>	<b>37.57</b>	<b>0.03</b>	<b>3.27</b>	<b>87.14</b>	<b>195.05</b>	<b>108.18</b>	<b>97.23</b>
	<b>Обед</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>717</b>	<b>27.98</b>	<b>21.11</b>	<b>97.75</b>	<b>706.77</b>	<b>0.32</b>	<b>21.12</b>	<b>0.19</b>	<b>5.49</b>	<b>93.98</b>	<b>372.57</b>	<b>82.43</b>	<b>4.80</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>837</b>	<b>31.70</b>	<b>24.18</b>	<b>116.09</b>	<b>840.54</b>	<b>0.40</b>	<b>28.16</b>	<b>0.24</b>	<b>6.53</b>	<b>116.55</b>	<b>434.54</b>	<b>100.39</b>	<b>5.82</b>

**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		
<b>Пятница</b>		<b>1-я неделя</b>		<b>Завтрак</b>												
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

<u>Понедельник</u>		<u>2-я неделя</u>		<u>Обед</u>											
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
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>500</b>	<b>15.65</b>	<b>13.04</b>	<b>75.81</b>	<b>561.57</b>	<b>0.14</b>	<b>0.00</b>	<b>0.04</b>	<b>1.68</b>	<b>19.62</b>	<b>74.98</b>	<b>27.76</b>	<b>1.76</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>550</b>	<b>18.75</b>	<b>13.88</b>	<b>88.198</b>	<b>618.203</b>	<b>0.172</b>	<b>0.001</b>	<b>0.040</b>	<b>2.019</b>	<b>23.449</b>	<b>91.216</b>	<b>33.912</b>	<b>2.119</b>
	<b>Обед</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>720</b>	<b>28.83</b>	<b>19.64</b>	<b>105.99</b>	<b>712.05</b>	<b>0.81</b>	<b>56.52</b>	<b>0.03</b>	<b>5.78</b>	<b>157.26</b>	<b>287.30</b>	<b>111.26</b>	<b>43.40</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>870</b>	<b>33.33</b>	<b>29.20</b>	<b>132.94</b>	<b>913.81</b>	<b>0.99</b>	<b>79.50</b>	<b>0.03</b>	<b>7.93</b>	<b>199.65</b>	<b>360.50</b>	<b>138.56</b>	<b>35.88</b>

**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	
<b>Вторник</b>	<b>2-я неделя</b>	<b>Завтрак</b>													
Сыр полутвердый ( порционнo)	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	
<b>Вторник</b>			<b>2-я неделя</b>				<b>Обед</b>									
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	
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>503</b>	<b>20.67</b>	<b>18.85</b>	<b>73.55</b>	<b>520.48</b>	<b>0.08</b>	<b>4.29</b>	<b>0.10</b>	<b>2.33</b>	<b>225.37</b>	<b>161.32</b>	<b>23.60</b>	<b>37.70</b>	
		<b>5-11 классы</b>	<b>553</b>	<b>24.78</b>	<b>23.48</b>	<b>86.76</b>	<b>620.41</b>	<b>0.10</b>	<b>4.15</b>	<b>0.10</b>	<b>3.59</b>	<b>229.82</b>	<b>159.69</b>	<b>25.86</b>	<b>28.71</b>	
	<b>Обед</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>700</b>	<b>24.29</b>	<b>28.72</b>	<b>81.98</b>	<b>712.23</b>	<b>0.20</b>	<b>16.23</b>	<b>102.01</b>	<b>5.59</b>	<b>93.83</b>	<b>296.55</b>	<b>98.18</b>	<b>5.28</b>	
		<b>5-11 классы</b>	<b>840</b>	<b>32.70</b>	<b>36.74</b>	<b>101.53</b>	<b>893.95</b>	<b>0.27</b>	<b>22.65</b>	<b>127.76</b>	<b>7.93</b>	<b>121.09</b>	<b>388.59</b>	<b>131.52</b>	<b>5.70</b>	

**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	
<b>Среда</b>		<b>2-я неделя</b>				<b>Завтрак</b>									
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	
<b>Среда</b>			<b>2-я неделя</b>				<b>Обед</b>									
Салат из б/к капусты с кукурузой сладкой конс. /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	
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>		<b>1-4 классы</b>	<b>500</b>	<b>19.45</b>	<b>17.16</b>	<b>79.74</b>	<b>534.27</b>	<b>0.32</b>	<b>38.01</b>	<b>0.03</b>	<b>5.03</b>	<b>136.75</b>	<b>274.26</b>	<b>124.41</b>	<b>13.98</b>
			<b>5-11 классы</b>	<b>550</b>	<b>22.31</b>	<b>19.50</b>	<b>88.84</b>	<b>601.40</b>	<b>0.37</b>	<b>42.01</b>	<b>0.03</b>	<b>7.71</b>	<b>175.56</b>	<b>336.93</b>	<b>163.19</b>	<b>16.98</b>
	<b>Обед</b>		<b>1-4 классы</b>	<b>750</b>	<b>19.01</b>	<b>17.08</b>	<b>78.22</b>	<b>723.14</b>	<b>0.75</b>	<b>23.69</b>	<b>0.03</b>	<b>5.03</b>	<b>136.75</b>	<b>274.26</b>	<b>124.41</b>	<b>98.55</b>
			<b>5-11 классы</b>	<b>900</b>	<b>21.76</b>	<b>19.40</b>	<b>86.94</b>	<b>942.04</b>	<b>0.92</b>	<b>31.55</b>	<b>0.03</b>	<b>7.71</b>	<b>175.56</b>	<b>336.93</b>	<b>163.19</b>	<b>104.67</b>

**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		
<b>Четверг</b>			<b>2-я неделя</b>				<b>Завтрак</b>									
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	
<b>Четверг</b>			<b>2-я неделя</b>				<b>Обед</b>									
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	
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>500</b>	<b>20.60</b>	<b>16.78</b>	<b>97.72</b>	<b>591.34</b>	<b>0.22</b>	<b>20.03</b>	<b>0.03</b>	<b>7.45</b>	<b>59.23</b>	<b>164.63</b>	<b>51.68</b>	<b>39.42</b>	
		<b>5-11 классы</b>	<b>550</b>	<b>23.93</b>	<b>18.50</b>	<b>111.23</b>	<b>674.84</b>	<b>0.31</b>	<b>27.48</b>	<b>0.05</b>	<b>5.97</b>	<b>78.69</b>	<b>228.73</b>	<b>71.05</b>	<b>31.25</b>	
	<b>Обед</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>740</b>	<b>20.14</b>	<b>21.98</b>	<b>91.28</b>	<b>709.94</b>	<b>0.39</b>	<b>31.90</b>	<b>0.04</b>	<b>12.11</b>	<b>108.51</b>	<b>290.22</b>	<b>89.48</b>	<b>78.26</b>	
		<b>5-11 классы</b>	<b>890</b>	<b>25.07</b>	<b>32.25</b>	<b>112.87</b>	<b>928.60</b>	<b>0.52</b>	<b>41.37</b>	<b>0.06</b>	<b>11.94</b>	<b>140.80</b>	<b>392.39</b>	<b>118.95</b>	<b>61.54</b>	

**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	
<b>Пятница</b>			<b>2-я неделя</b>				<b>Завтрак</b>								
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
<b>Пятница</b>		<b>2-я неделя</b>		<b>Обед</b>											
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
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>500</b>	<b>20.402</b>	<b>17.594</b>	<b>78.646</b>	<b>570.056</b>	<b>0.344</b>	<b>218.560</b>	<b>0.024</b>	<b>6.334</b>	<b>64.738</b>	<b>#####</b>	<b>21.916</b>	<b>47.021</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>560</b>	<b>24.653</b>	<b>23.201</b>	<b>92.263</b>	<b>692.196</b>	<b>0.412</b>	<b>219.120</b>	<b>0.027</b>	<b>8.347</b>	<b>77.695</b>	<b>#####</b>	<b>27.385</b>	<b>39.304</b>
	<b>Обед</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>730</b>	<b>18.016</b>	<b>22.099</b>	<b>99.835</b>	<b>800.667</b>	<b>0.361</b>	<b>60.470</b>	<b>0.054</b>	<b>6.891</b>	<b>116.646</b>	<b>#####</b>	<b>105.304</b>	<b>30.807</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>880</b>	<b>22.439</b>	<b>28.341</b>	<b>122.007</b>	<b>975.445</b>	<b>0.472</b>	<b>76.390</b>	<b>0.067</b>	<b>10.270</b>	<b>150.730</b>	<b>#####</b>	<b>139.451</b>	<b>31.928</b>