

СОГЛАСОВАНО:  
Директор ГБОУ СОШ (ООШ)



« 20 г.

СОГЛАСОВАНО:  
Представитель родительской  
общественности:

Колесова Е.А.

« 202 г.

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор  
ООО «Детское питание»  
Трапезникова Т.Е.



« 20 г.

# Примерное циклическое меню для организации питания

в ГБОУ С(О)ОШ с. Сосновий Солонец

Ставропольского района  
на 2025/2026 уч.год.

(дети из многодетных семей)

зимний,  
весенний периоды

**Цикличное меню на 2025/2026 уч.год 1-11 классы ( дети из многодетных семей)**

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 (порционнo)	1-4 классы	31 С6.1997г.	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 С6.1997г.	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 С6.2008г.	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 С6.2008г.	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 С6.1996г.	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 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	
Чай с сахаром	1-4 классы	628 С6.1996г.	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 С6.1996г.	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 С6.1996г.	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 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
Суп картофельный с макаронными изделиями	1-4 классы	139 С6.1996г.	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 С6.1996г.	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 С6.1996г.	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 С6.1996г.	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 с6.1996г.	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 с6.1996г.	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 С6.2008г.	200	0,90		21,06	84,60	0,02	3,60			14,40	16,20	9,00	0,36
	5-11 классы	293 С6.2008г.	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>

**Цикличное меню на 2025/2026 уч.год 1-11 классы ( дети из многодетных семей)**

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 ( дети из многодетных семей)**

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





сыром	5-11 классы	24 С6.1996г.	40	5,29	6,68	10,32	123,50								
Каша молочная жидкая пшениная 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 с6.1996г.	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 с6.1996г.	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 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
Суп картофельный с рисом и томатом	1-4 классы	174 с6.2015г.	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 с6.2015г.	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 С6.2011 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 С6.2011 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 С6.1996г.	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 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
Напиток из шиповника	1-4 классы	289 С6.2008г.	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 С6.2008г.	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

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

**Цикличное меню на 2025/2026 уч.год 1-11 классы ( дети из многодетных семей)**

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 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



	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>	500	13,12	7,08	124,87	616,64	0,15	2,80	0,04	1,75	23,43	81,24	28,60	1,57	
		<b>5-11 классы</b>	550	14,52	7,92	132,24	655,25	0,17	2,80	0,05	2,06	27,61	93,34	34,75	1,78	
	<b>Обед</b>	<b>1-4 классы</b>	730	13,34	24,30	87,63	748,93	0,24	38,52	0,02	7,36	122,63	311,81	108,15	4,74	
		<b>5-11 классы</b>	820	15,02	27,42	97,95	833,25	0,30	50,64	0,02	9,99	152,38	396,51	140,95	4,88	

**Циклическое меню на 2025/2026 уч.год 1-11 классы ( дети из многодетных семей)**

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	

		205 С6. 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 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	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>Среда</b>			<b>2-я неделя</b>				<b>Обед</b>									
Салат " Витаминный"	1-4 классы	23 С6.2008г.	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 С6.2008г.	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 С6.1996г.	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 С6.1996г.	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 С6.2008г.	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 С6.2008г.	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 С6.1996г.	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 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		
Компот из свежих яблок	1-4 классы	702 С6.1997г.	180	0,08		33,55	137,76	0,00	0,72			0,48	2,40	4,00	0,15	
	5-11 классы	702 С6.1997г.	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	
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>		<b>1-4 классы</b>	<b>510</b>	<b>18,11</b>	<b>16,33</b>	<b>81,49</b>	<b>513,01</b>	<b>0,07</b>	<b>1,17</b>	<b>0,02</b>	<b>2,35</b>	<b>24,26</b>	<b>53,15</b>	<b>13,08</b>	<b>37,68</b>
			<b>5-11 классы</b>	<b>550</b>	<b>21,86</b>	<b>20,62</b>	<b>92,46</b>	<b>603,09</b>	<b>0,09</b>	<b>1,04</b>	<b>0,02</b>	<b>3,53</b>	<b>27,06</b>	<b>50,15</b>	<b>15,02</b>	<b>28,67</b>
	<b>Обед</b>		<b>1-4 классы</b>	<b>720</b>	<b>20,52</b>	<b>24,78</b>	<b>123,21</b>	<b>837,20</b>	<b>0,21</b>	<b>16,08</b>	<b>0,00</b>	<b>4,76</b>	<b>68,07</b>	<b>144,07</b>	<b>64,77</b>	<b>28,84</b>
			<b>5-11 классы</b>	<b>820</b>	<b>25,98</b>	<b>32,00</b>	<b>146,30</b>	<b>1004,02</b>	<b>0,25</b>	<b>20,54</b>	<b>0,00</b>	<b>6,58</b>	<b>91,05</b>	<b>180,59</b>	<b>85,40</b>	<b>30,02</b>

**Цикличное меню на 2025/2026 уч.год 1-11 классы ( дети из многодетных семей)**

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 С6.1996г.	20	0,60		0,26	3,20					5,00	4,00		0,24	
	5-11 классы	24 С6.1996г.	50	1,30		0,67	7,00					14,00	10,00		0,60	
Гречка по - купечески с мясом (говядина)	1-4 классы	193 С6.2008г.	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 С6.2008г.	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 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	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 С6.1996г.	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 С6.1996г.	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 С6.1996г.	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 С6.1996г.	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 С6.2011 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 С6.2011 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 с6.1996г.	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 с6.1996г.	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>	500	11,40	12,38	56,76	473,50	0,06	1,27	0,00	2,36	46,94	61,54	26,07	42,98
			<b>5-11 классы</b>	550	13,41	12,57	65,34	518,90	0,08	1,27	0,00	2,80	60,04	82,74	29,37	43,63
	<b>Обед</b>		<b>1-4 классы</b>	750	19,10	18,01	99,50	671,24	0,12	22,10	0,32	4,93	66,30	105,44	42,12	93,85
			<b>5-11 классы</b>	850	21,95	21,48	119,33	774,76	0,15	22,46	0,72	5,85	73,91	126,99	46,53	85,03

**Циклическое меню на 2025/2026 уч.год 1-11 классы ( дети из многодетных семей)**

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 С6.1997г.	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 С6.1997г.	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 С6.1996г.	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 С6.1996г.	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 с6.1996г.	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 с6.1996г.	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 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	
Суп картофельный с горохом	1-4 классы	138 С6.1996г.	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 С6.1996г.	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 С6.1996г.	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 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	
Каша пшеничная рассыпчатая	1-4 классы	171 С6. 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 С6. 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 с6.1996г.	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 с6.1996г.	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>