

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
Понедельник		1-я неделя		Завтрак											
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
Понедельник		1-я неделя		Обед											
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	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	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
ИТОГО:	Завтрак	1-4 классы	500	18,58	13,62	85,76	621,87	0,08	3,25	0,02	2,00	27,73	60,56	42,26	30,05
		5-11 классы	550	18,21	18,35	92,75	691,07	0,17	5,30	0,03	2,95	52,56	90,62	61,51	31,16
	Обед	1-4 классы	740	22,03	21,71	99,05	723,17	1,23	19,95	0,02	2,94	87,19	281,53	46,45	42,02
		5-11 классы	890	29,30	29,38	126,62	919,01	0,67	25,17	0,03	4,14	110,77	351,34	61,00	34,12

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
Вторник		1-я неделя		Завтрак											
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
Вторник		1-я неделя		Обед											
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	#####	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	#####	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
ИТОГО:	Завтрак	1-4 классы	500	14,62	12,56	66,44	494,80	0,15	4,75	0,04	4,84	59,55	247,80	43,05	3,23
		5-11 классы	550	16,58	14,64	78,18	572,60	0,17	4,75	0,04	5,20	63,25	256,77	45,02	3,37
	Обед	1-4 классы	700	25,96	26,23	106,78	776,72	0,26	24,41	0,03	7,99	87,83	324,23	92,92	3,82
		5-11 классы	750	27,47	29,99	115,72	858,88	0,28	28,21	0,03	9,16	103,94	348,17	110,91	3,96

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

		№ рецептуры	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	ценность (ккал)	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Среда		1-я неделя		Завтрак											
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
Среда		1-я неделя		Обед											
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
ИТОГО:	Завтрак	1-4 классы	540	13,62	11,92	77,57	470,97	0,05	0,01	0,31	0,96	31,32	117,79	18,20	1,54
		5-11 классы	620	15,28	13,56	87,33	534,90	0,05	0,01	0,71	1,04	34,42	127,21	19,52	1,64
	Обед	1-4 классы	727	24,03	15,13	96,63	675,26	0,55	49,52	0,03	8,70	113,57	260,45	126,84	96,98
		5-11 классы	827	30,01	17,08	117,69	766,00	0,63	58,38	0,03	11,94	135,35	312,35	151,75	97,97

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

Наименование блюда	Пищевая ценность (г)	Эн.	Витамины (мг)	Минеральные вещества (мг)
--------------------	----------------------	-----	---------------	---------------------------

		№ рецептуры	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	ценность (ккал)	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Четверг		1-я неделя		Завтрак											
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 гречневая рассыпчатая с маслом	1-4 классы	463.01.Сб. 1996г.	180	8,72	6,46	32,56	278,97	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
Компот из кураги	1-4 классы	507 сб. 2018 г.	200	0,94	0,00	27,86	110,20	0,02	0,01	0,00	0,00	32,40	29,20	21,00	0,70
	5-11 классы	507 сб. 2018 г.	200	0,94	0,00	27,86	110,20	0,02	0,01	0,00	0,00	32,40	29,20	21,00	0,70
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
Четверг		1-я неделя		Обед											
Салат картофельный с сол. огурцами и капустой	1-4 классы	37 Сб.2015г.	60	1,28	1,84	7,32	49,22	0,04	7,08		0,81	12,71	28,46	10,58	0,53
	5-11 классы	37 Сб.2015г.	100	2,13	3,06	12,20	82,03	0,07	11,80		1,35	21,18	47,43	17,64	0,89
Борщ Сибирский со сметаной	1-4 классы	102 сб.2015 г.	210	5,10	3,60	14,80	143,80	0,13	9,30	0,17	0,24	40,00	111,20	30,40	1,52
	5-11 классы	102 сб.2015 г.	260	6,40	4,50	18,60	178,00	0,16	11,62	0,21	0,30	50,00	139,00	38,00	1,90
Плов из говядины	1-4 классы	193 Сб.2008г.	200	14,67	16,21	40,53	362,07	0,11	2,70		2,85	33,24	68,12	21,14	3,10
	5-11 классы	193 Сб.2008г.	220	16,10	17,80	44,58	398,00	0,12	2,96		3,14	36,50	74,90	23,20	3,40
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
ИТОГО:	Завтрак	1-4 классы	510	21,22	16,87	86,76	605,54	0,38	1,17	0,03	6,86	82,85	259,54	32,35	41,83
		5-11 классы	550	27,25	22,67	104,11	761,92	0,40	1,03	0,03	8,04	85,65	256,54	34,29	32,82
	Обед	1-4 классы	710	23,91	22,13	97,35	695,56	0,32	21,88	0,17	4,46	97,25	239,72	69,56	5,82
		5-11 классы	830	28,14	25,96	114,17	819,30	0,40	29,18	0,21	5,63	121,04	300,87	87,93	7,00

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

Понедельник		2-я неделя		завтрак											
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
Пельмени куриные отварные с бульоном и маслом	1-4 классы	656 Сб.2008г.	220	15,45	16,70	34,00	324,37	0,26	38,00			51,00	115,00	47,00	2,90
	5-11 классы	656 Сб.2008г.	250	17,55	18,90	38,63	376,70	0,30	42,00			63,00	132,00	52,00	3,30
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	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

Понедельник		2-я неделя		Обед											
Салат из б/к капусты	1-4 классы	62 Сб.1997г.	60	0,90	3,00	5,97	53,56	0,03	23,95		1,30	24,88	17,96	9,85	0,49
	5-11 классы	62 Сб.1997г.	100	1,34	5,01	9,95	89,29	0,05	39,95		2,16	41,49	29,96	16,42	0,82
Суп с клецками со сметаной	1-4 классы	107 сб. 2015 г.	200	3,80	3,34	11,40	94,00	0,05	3,68	102,00	0,00	10,40	36,00	12,80	0,54
	5-11 классы	107 сб. 2015 г.	200	3,80	3,34	11,40	94,00	0,05	3,68	102,00	0,00	10,40	36,00	12,80	0,54
Бифштекс рубленый из мяса цыплят с	1-4 классы	202.01.	90	10,20	13,30	8,70	179,20	0,02	2,46	0,00	1,31	8,82	20,60	5,90	37,00
	5-11 классы	202.01.	100	11,30	15,40	9,20	187,30	0,03	2,46	0,00	1,31	8,82	20,60	5,90	37,00
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	1-4 классы	463.01.Сб. 1996г.	150	7,20	5,38	27,10	233,40	0,25		0,15	3,20	33,20	154,00	0,12	2,70
	5-11 классы	463.01.Сб. 1996г.	180	8,72	6,46	32,56	278,97	0,31		0,03	4,99	36,46	185,44	0,19	3,58
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
ИТОГО:	Завтрак	1-4 классы	500	18,71	17,21	66,89	472,84	0,30	38,00	0,00	0,56	79,55	161,40	53,60	13,33
		5-11 классы	550	21,58	19,55	75,99	547,97	0,35	42,00	0,00	0,84	98,60	190,00	60,25	16,33
	Обед	1-4 классы	740	25,32	25,80	79,92	690,96	0,39	32,89	102,15	6,36	88,61	260,50	36,11	41,40
		5-11 классы	830	29,03	31,11	93,96	801,16	0,48	48,89	102,03	9,30	110,53	311,54	44,40	42,75

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	
Вторник	2-я неделя	Завтрак													
Каша молочная жидкая	1-4 классы	327 сб.1998 г.	245	7,32	6,58	26,76	239,76	0,09		0,04	0,75	10,32	46,90	14,56	1,11

Дружба с маслом,	5-11 классы	327 сб.1998 г.	265	7,93	7,32	28,94	258,97	0,09		0,05	0,81	12,00	50,80	17,41	1,32	
Кондитерское изделие	1-4 классы	ПР	25	2,40	0,00	59,00	203,00									
	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	
Вторник			2-я неделя				Обед									
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	
ИТОГО:	Завтрак		1-4 классы	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
			5-11 классы	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
	Обед		1-4 классы	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
			5-11 классы	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

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	
Среда		2-я неделя				Завтрак									
Котлеты из мяса кур	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

"Сочные" с соусом	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) отварные	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	
	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	
	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		
Четверг		2-я неделя		Завтрак												
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

Четверг		2-я неделя		Обед												
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	
ИТОГО:	Завтрак		1-4 классы	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
			5-11 классы	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
	Обед		1-4 классы	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
			5-11 классы	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

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	
Пятница		2-я неделя		Завтрак											
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 сгущеным	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	
Пятница			2-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 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	
ИТОГО:	Завтрак		1-4 классы	550	21,60	24,75	101,25	551,40	0,22	1,96	0,10	4,70	175,80	199,70	52,25	2,21
			5-11 классы	580	23,36	26,65	114,25	574,40	0,27	2,06	0,20	5,10	215,80	222,70	57,25	2,51
	Обед		1-4 классы	747	25,31	29,53	106,29	725,78	0,36	21,12	0,01	8,98	71,78	166,47	61,05	40,08
			5-11 классы	847	31,09	36,88	128,06	913,28	0,42	24,66	0,01	12,20	87,70	189,95	73,09	31,54