

УТВЕРЖДАЮ



Циклическое меню для организации питания обучающихся 5-11 классов на 2025-2026 г.

	9470	Номер по сборнику рецептов	Выход основной	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
Понедельник 1 неделя							
Завтрак							
1	Гастрономическая закуска (сыр п/твердых сортов, масло сливочное, повидло)	54-1з-2020	10	2.680	2.730	0.000	36.100
2	Колбасные изделия отварные с маслом	715/1998.	105	0.853	5.517	0.260	55.605
3	Макаронные изделия отварные с маслом	940/2/1998.	150	5.514	2.824	35.227	188.533
4	Хлеб пшеничный	ТПП	55	4.180	0.495	27.335	124.300
5	Чай с сахаром/фруктово-ягодный с сахаром	54/3гн/2020	200	0.263	0.000	7.265	31.828
6	Кондитерское изделие в инд.упаковке	ТПП	30	1.881	1.485	24.651	118.470
Итого за Завтрак:			550	15,371	13,051	94,738	554,836
Обед							
1	Закуска овощная (салат)	147/2018.	100	0.152	5.005	0.494	47.515
2	Суп-харчо с говядиной	592/2002	250	6.108	6.255	13.621	132.734
3	Жаркое по-домашнему из курицы(филе птицы)	820/3/1998.	200	12.742	17.110	22.638	290.273
4	Хлеб пшеничный	ТПП	50	3.800	0.450	24.850	113.000
5	Компот фруктово-ягодный с сахаром	54-1хн-2020	200	0.080	0.000	15.870	63.950
6	Кондитерское изделие в инд.упаковке	ТПП	35	2.170	9.415	19.880	173.600
Итого за Обед:			835	25,052	38,235	97,353	821,072
Вторник 1 неделя							
Завтрак							
1	Плов с курицей(филе курицы)	893/2/1998.	250	17.893	21.692	54.004	482.381
2	Хлеб пшеничный	ТПП	55	4.180	0.495	27.335	124.300
3	Чай с сахаром/фруктово-ягодный с сахаром	54-2гн-2020	200	0.200	0.000	7.055	29.448
4	Кондитерское изделие в инд.упаковке	ТПП	45	3.450	6.150	32.600	229.000
Итого за Завтрак:			550	25,723	28,337	120,994	865,129
Обед							
1	Закуска овощная (салат)	198/1998	100	2.153	9.551	13.309	146.690
2	Суп картофельный на курином бульоне	247/2022	250	5.888	6.565	25.290	178.041
3	Каша гречневая с мясом по-купечески	ГТК	200	16.128	13.386	24.570	277.168
4	Хлеб пшеничный	ТПП	50	3.800	0.450	24.850	113.000
5	Компот из сухофруктов (курага, изюм)	1113/3/98	200	0.640	0.000	28.570	114.450
Итого за Обед:			800	28,609	29,952	116,589	829,349
Среда 1 неделя							
Завтрак							
1	Запеканка творожная	ГТК	150	27.716	9.991	22.390	295.112
2	Соус (сироп) фруктово-ягодный/шоколадный	1090/98.	20	0.038	0.000	8.349	34.048
3	Хлеб пшеничный	ТПП	50	3.800	0.450	24.850	113.000
4	Чай с сахаром/фруктово-ягодный с сахаром	54-13гн-2020	200	0.200	0.000	10.049	41.418
5	Фрукт свежий	ТПП	140	0.560	0.000	15.820	64.400
Итого за Завтрак:			560	32,314	10,441	81,458	547,978
Обед							
1	Закуска овощная (салат)	54-13з	100	1.614	4.995	10.253	90.518
2	Суп гороховый с гречками	306/3/1998.	250	11.231	8.834	34.150	255.962
3	Рыба тушеная в томате с овощами(филе горбуши)	640/3/1998.	100	13.362	9.594	4.770	158.515
4	Картофельное пюре на свежем молоке с маслом	946/2/1998.	150	3.226	2.882	26.059	137.304
5	Хлеб пшеничный	ТПП	50	3.800	0.450	24.850	113.000
6	Компот фруктово-ягодный с сахаром	1113/3/98г.	200	0.000	0.000	14.970	59.850
Итого за Обед:			850	33,233	26,755	115,052	815,149
Четверг 1 неделя							
Завтрак							
1	Гастрономическая закуска (сыр п/твердых сортов, масло сливочное, повидло)	54-1з-2020	10	2.680	2.730	0.000	36.100
2	Тефтели(биточки) тушеные в сметанном соусе с томатом	ТПП/1045/3/1998	110	13.299	10.632	12.126	199.755
3	Гречка отварная с маслом	931/3/1998.	150	8.526	5.125	38.545	234.075
4	Хлеб пшеничный	ТПП	50	3.800	0.450	24.850	113.000
5	Чай с сахаром/фруктово-ягодный с сахаром	54-13гн-2020	200	0.296	0.000	11.129	46.338
6	Кондитерское изделие в инд.упаковке	ТПП	30	1.881	1.485	24.651	118.470
Итого за Завтрак:			550	30,482	20,422	111,301	747,738
Обед							
1	Закуска овощная (салат)	334/2011.	100	1.466	2.920	8.399	64.865
2	Щи из свежей капусты, с картофелем на курином бульоне (со сметаной)	282/3/1998.	250	5.090	9.628	10.503	147.224
3	Фрикасе из курицы	599/2022	100	13.346	15.513	7.748	223.845
4	Макаронные изделия отварные с маслом	940/3/1998.	180	6.605	3.677	42.182	228.425
5	Хлеб пшеничный	ТПП	40	3.040	0.360	19.880	90.400
6	Компот фруктово-ягодный с сахаром	54-1хн-2020	200	0.080	0.000	15.870	63.950
Итого за Обед:			870	29,627	32,098	104,582	818,709
Пятница 1 неделя							
Завтрак							
1	Котлета куриная тушеная в томатном соусе	ТПП/1029/3/1998	110	13.606	12.181	12.609	214.478
2	Рис отварной с маслом	934/3/1998.	150	3.736	2.705	39.275	196.393

3	Хлеб пшеничный	ТПП	50	3.800	0.450	24.850	113.000
4	Чай с сахаром/фруктово-ягодный с сахаром	54-2гн-2020	200	0.200	0.000	7.055	29.448
5	Кондитерское изделие в инд.упаковке	ТПП	40	2.170	9.415	19.880	173.600
Итого за Завтрак:			550	23,512	24,751	103,669	726,919
Обед							
1	Закуска овощная (салат)	147/2018.	100	0.152	5.005	0.494	47.515
2	Суп картофельный с макаронными изделиями и фрикадельками	307/3/1998.	250	6.343	4.084	23.569	152.821
3	Рагу овощное с мясом птицы(филе курицы)	887/3/1998.	250	15.948	20.974	31.078	370.097
4	Хлеб пшеничный	ТПП	60	4.560	0.540	29.820	135.600
5	Компот из сухофруктов (курага, изюм)	1113/3/98	200	0.640	0.000	28.570	114.450
Итого за Обед:			860	27,643	30,603	113,531	820,483
Суббота 1 неделя							
Завтрак							
1	Гуляш из говядины	827/3/98.	90	11.977	14.078	6.519	194.761
2	Картофель отварной, с маслом	423/3/1998.	180	3.657	3.806	35.689	183.142
3	Хлеб пшеничный	ТПП	60	4.560	0.540	29.820	135.600
4	Кондитерское изделие в инд.упаковке	ТПП	35	2.170	9.415	19.880	173.600
5	Чай с сахаром/фруктово-ягодный с сахаром	54-13гн-2020	200	0.296	0.000	11.405	47.298
Итого за Завтрак:			565	22,66	27,839	103,313	734,401
Обед							
1	Закуска овощная (салат)	56/2017	100	1.091	2.810	8.278	61.798
2	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне (со сметаной)	262/1998.	225	4.603	8.887	12.526	146.850
3	Каша гречневая с курицей по-купечески	ТТК	200	15.041	14.558	23.563	284.922
4	Хлеб пшеничный	ТПП	30	2.280	0.270	14.910	67.800
5	Компот фруктово-ягодный с сахаром	54-1хн-2020	200	0.100	0.000	15.930	65.450
6	Кондитерское изделие в инд.упаковке	ТПП	45	3.450	6.150	32.600	229.000
Итого за Обед:			800	26,565	32,675	107,807	855,82
Понедельник 2 неделя							
Завтрак							
1	Гастрономическая закуска (сыр п/твердых сортов, масло сливочное, повидло)	54-1з-2020	10	2.680	2.730	0.000	36.100
2	Колбасные изделия отварные с маслом	715/1998.	105	0.853	5.517	0.260	55.605
3	Макаронные изделия отварные с маслом	940/2/1998.	150	5.514	2.824	35.227	188.533
4	Хлеб пшеничный	ТПП	55	4.180	0.495	27.335	124.300
5	Чай с сахаром/фруктово-ягодный с сахаром	54/3гн/2020	200	0.263	0.000	7.265	31.828
6	Кондитерское изделие в инд.упаковке	ТПП	30	1.881	1.485	24.651	118.470
Итого за Завтрак:			550	15,371	13,051	94,738	554,836
Обед							
1	Закуска овощная (салат)	198/1998	100	2.153	9.551	13.309	146.690
2	Щи из свежей капусты, с картофелем на курином бульоне (со сметаной)	282/3/1998.	250	5.090	9.628	10.503	147.224
3	Печень по-строгановски	748/3/1998.	100	13.330	12.950	7.159	198.610
4	Рис отварной с маслом	934/3/1998.	180	4.484	2.812	47.192	232.018
5	Хлеб пшеничный	ТПП	30	2.280	0.270	14.910	67.800
6	Кисель фруктово-ягодный с сахаром	1131/3/98.	200	0.129	0.040	23.548	96.620
Итого за Обед:			860	27,466	35,251	116,621	888,962
Вторник 2 неделя							
Завтрак							
1	Котлета куриная тушеная в томатном соусе	ТПП/1029/3/1998	120	13.724	12.389	13.384	219.906
2	Гречка отварная с маслом	931/3/1998.	180	10.277	5.583	46.481	276.881
3	Хлеб пшеничный	ТПП	55	4.180	0.495	27.335	124.300
4	Чай с сахаром/фруктово-ягодный с сахаром	54-2гн-2020	200	0.200	0.000	7.055	29.448
Итого за Завтрак:			555	28,381	18,467	94,255	650,535
Обед							
1	Закуска овощная (салат)	54-13з	100	1.899	5.450	9.228	91.979
2	Суп гороховый с гречками	306/3/1998.	250	11.231	8.834	34.150	255.962
3	Рыба тушеная в томате с овощами(филе горбуши)	640/3/1998.	100	13.362	9.594	4.770	158.515
4	Картофельное пюре на свежем молоке с маслом	946/2/1998.	150	3.226	2.882	26.059	137.304
5	Хлеб пшеничный	ТПП	30	2.280	0.270	14.910	67.800
6	Компот из сухофруктов (курага, изюм)	1113/3/98	200	0.640	0.000	28.570	114.450
Итого за Обед:			830	32,638	27,03	117,687	826,01
Среда 2 неделя							
Завтрак							
1	Плов с курицей(филе курицы)	893/2/1998.	250	16.782	20.658	55.294	473.805
2	Хлеб пшеничный	ТПП	55	4.180	0.495	27.335	124.300
3	Чай с сахаром/фруктово-ягодный с сахаром	54-13гн-2020	200	0.296	0.000	11.405	47.298
4	Закуска овощная (салат)	ТПП	45	3.450	6.150	32.600	229.000
Итого за Завтрак:			550	24,708	27,303	126,634	874,403
Обед							
1	Закуска овощная (салат)	130/3/1998.	100	1.550	5.005	9.951	90.292
2	Суп из овощей на курином бульоне	54-5с	250	5.263	6.283	21.237	157.797
3	Паста сливочная с говядиной	406/2022	200	14.831	24.232	31.584	401.088
4	Хлеб пшеничный	ТПП	50	3.800	0.450	24.850	113.000
5	Компот фруктово-ягодный с сахаром	1113/3/98г.	200	0.000	0.000	14.970	59.850
Итого за Обед:			800	25,444	35,97	102,592	822,027
Четверг 2 неделя							
Завтрак							
1	Тефтели(биточки) тушеные в томатном соусе	ТПП/1029/3/1998	120	13.267	9.521	12.595	191.357
2	Картофель отварной, с маслом	423/3/1998.	180	3.669	3.082	35.880	177.390
3	Хлеб пшеничный	ТПП	60	4.560	0.540	29.820	135.600
4	Чай с сахаром/фруктово-ягодный с сахаром	54/3гн/2020	200	0.263	0.000	7.265	31.828
Итого за Завтрак:			560	21,759	13,143	85,56	536,175
Обед							
1	Закуска овощная (салат)	1070/3/1998.	100	1.759	10.050	10.975	140.617

2	Щи из свежей капусты, с картофелем на курином бульоне (со сметаной)	282/3/1998.	250	5.090	9.628	10,503	147.224
3	Рагу овощное с мясом птицы (филе курицы)	887/3/1998.	250	13.629	18.871	32,512	347.330
4	Хлеб пшеничный	ТПП	50	3.800	0.450	24.850	113.000
5	Компот фруктово-ягодный с сахаром	54-1хн-2020	200	0.080	0.000	15.870	63.950
Итого за Обед:			850	24,358	38,999	94,71	812,121
Пятница 2 неделя							
Завтрак							
1	Котлета куриная тушеная в томатном соусе	ТПП/1029/3/1998	110	13.606	12.181	12.609	214.478
2	Макаронные изделия отварные с маслом	940/2/1998.	150	5.514	2.824	35.227	188.533
3	Хлеб пшеничный	ТПП	55	4.180	0.495	27.335	124.300
4	Чай с сахаром/фруктово-ягодный с сахаром	54-2гн-2020	200	0.200	0.000	7.055	29.448
5	Кондитерское изделие в инд.упаковке	ТПП	35	2.170	9.415	19.880	173.600
Итого за Завтрак:			550	25,67	24,915	102,106	730,359
Обед							
1	Закуска овощная (салат)	198/1998	100	2.153	9.551	13.309	146.690
2	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне	307/3/1998.	250	6.088	6.250	23.475	170.895
3	Каша гречневая с мясом по-купечески	ТТК	225	18.144	15.059	27.642	311.815
4	Хлеб пшеничный	ТПП	30	2.280	0.270	14.910	67.800
5	Компот из сухофруктов (курага, изюм)	1113/3/98	200	0.640	0.000	28.570	114.450
Итого за Обед:			805	29,305	31,13	107,906	811,65
Суббота 2 неделя							
Завтрак							
1	Фрикасе из курицы	599/2022	90	12.012	13.961	6.973	201.460
2	Рис отварной с маслом	934/3/1998.	150	3.736	2.705	39.275	196.393
3	Хлеб пшеничный	ТПП	30	2.280	0.270	14.910	67.800
4	Чай с сахаром/фруктово-ягодный с сахаром	54-13гн-2020	200	0.296	0.000	11.405	47.298
5	Блинчики	ТПП	50	3.201	4.415	19.502	130.582
6	Гастрономическая закуска (сыр п/твердых сортов, масло сливочное, повидло)	ТПП	10	0.040	0.000	6.530	24.700
7	Фрукт свежий	ТПП	140	0.560	0.000	15.820	64.400
Итого за Завтрак:			670	22,125	21,351	114,415	732,633
Обед							
1	Закуска овощная (салат)	54-13з	100	1.614	4.995	10.253	90.518
2	Суп картофельный на курином бульоне	247/2022	250	5.888	6.565	25.290	178.041
3	Капуста тушеная с мясом	440/3/1998.	240	15.867	21.274	23.859	342.665
4	Хлеб пшеничный	ТПП	70	5.320	0.630	34.790	158.200
5	Компот фруктово-ягодный с сахаром	1203/3/1998г.	200	0.000	0.000	14.970	59.850
Итого за Обед:			860	28,689	33,464	109,162	829,274
ИТОГО ЗА Завтрак:				288,076	243,071	1233,181	8255,942
ИТОГО ЗА Обед:				338,629	392,162	1303,592	9950,626
ИТОГО ЗА ПЕРИОД:				626,705	635,233	2536,773	18206,568
СРЕДНЕЕ ЗА ПЕРИОД:				52,23	52,94	211,4	1517,21
СООТНОШЕНИЕ:				1	1,014	4,047	

ПРИМЕЧАНИЕ:

Для приготовления молочных блюд используется крупа манная, рисовая, пшенная, пшеничная, ячневая, овсяные хлопья "Геркулес"
 Допускается дополнять меню фруктами и йогуртными продуктами

Все блюда входящие в состав меню могут быть заменены в соответствии с требованиями СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и требования к меню (приложение 3 Контракта), объемно-планировочными решениями пищеблока учреждения, наличием необходимого технологического оборудования и по согласованию с Заказчиком

Утверждаю



**Циклическое меню завтраков для учащихся 5-11 классов
на 2024 год**



	8965	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
	Понедельник 1 неделя Завтрак						
1	Сыр п/твердых сортов порционный	54-1з-2020	10	2.680	2.730	0.000	36.100
2	Каша молочная*	548/2/1998	185	4.899	5.998	33.502	208.268
3	Хлеб пшеничный	ТПП	47	3.572	0.423	23.359	106.220
4	Чай плодово-ягодный с сахаром***	54-13гн-2020	200	0.296	0.000	11.129	46.338
5	Фрукт свежий**	ТПП	150	0.600	0.000	16.950	69.000
6	Пряник в индивидуальной упаковке	ТПП	30	1.881	1.485	24.651	118.470
	Итого за Завтрак:		622	13,928	10,636	109,591	584,396
	Итого за день:		622	13,928	10,636	109,591	584,396
	Вторник 1 неделя Завтрак						
1	Тефтели(биточки) тушеные в сметанном соусе с томатом	ТПП/1045/3/1998	110	13.299	10.632	12.126	199.755
2	Гречка отварная	931/3/1998	180	10.227	6.293	46.230	282.068
3	Хлеб пшеничный	ТПП	60	4.560	0.540	29.820	135.600
4	Чай плодово-ягодный с сахаром***	54-13гн-2020	200	0.200	0.000	10.049	41.418
	Итого за Завтрак:		550	28,286	17,465	98,225	658,841
	Итого за день:		550	28,286	17,465	98,225	658,841
	Среда 1 неделя Завтрак						
1	Запеканка творожная	ТТК	170	31.411	11.323	25.375	334.457
2	Молоко сгущенное	1087/98.	15	1.080	1.275	8.400	49.200
3	Хлеб пшеничный	ТПП	55	4.180	0.495	27.335	124.300
4	Чай с сахаром	54-2гн-	200	0.200	0.000	7.055	29.448
5	Йогуртный продукт фасованный	ТПП	110	2.860	2.750	15.840	99.000
	Итого за Завтрак:		550	39,731	15,843	84,005	636,405
	Итого за день:		550	39,731	15,843	84,005	636,405
	Четверг 1 неделя Завтрак						
1	Курица тушеная с морковью в сметанном соусе	303/2011	135	13.305	17.067	7.104	234.667
2	Макаронные изделия отварные	940/3/1998	175	6.419	3.655	40.985	222.686
3	Хлеб пшеничный	ТПП	30	2.280	0.270	14.910	67.800
4	Чай с лимоном, с сахаром	54/3гн/202	200	0.263	0.000	7.265	31.828
5	Печенье апельсиновое в индивидуальной упаковке	ТПП	35	2.170	9.415	19.880	173.600
	Итого за Завтрак:		575	24,437	30,407	90,144	730,581
	Итого за день:		575	24,437	30,407	90,144	730,581
	Пятница 1 неделя Завтрак						
1	Запеканка рисовая с курицей	ТТК	220	13.508	25.054	37.357	427.449
2	Соус сметанный	409/2018.	30	0.825	4.547	3.101	56.910
3	Хлеб пшеничный	ТПП	55	4.180	0.495	27.335	124.300
4	Чай плодово-ягодный с сахаром***	54-13гн-2020	200	0.320	0.000	11.009	46.218
5	Корж молочный в индивидуальной упаковке	ТПП	45	3.450	6.150	32.600	229.000
	Итого за Завтрак:		550	22,283	36,246	111,402	883,877
	Итого за день:		550	22,283	36,246	111,402	883,877
	Суббота 1 неделя Завтрак						
1	Жаркое по-домашнему	820/3/1998	240	14.065	17.235	29.191	316.046
2	Хлеб пшеничный	ТПП	71	5.442	0.644	35.585	161.816
3	Какао с молоком	1222/2/199	200	4.742	3.850	21.618	141.610
4	Печенье шоколадное в индивидуальной упаковке	ТПП	40	2.170	9.415	19.880	173.600
	Итого за Завтрак:		551	26,419	31,144	106,274	793,072

	Итого за день:		551	26,419	31,144	106,274	793,072
	Понедельник						
	2 неделя						
	Завтрак						
1	Сыр п/твердых сортов порционный	28/1998	14	3.752	3.822	0.000	50.540
2	Каша молочная*	548/1/1998	185	6.999	7.177	36.531	239.466
3	Хлеб пшеничный	ТПП	30	2.280	0.270	14.910	67.800
4	Чай с лимоном, с сахаром	54/3гн/202	200	0.263	0.000	7.265	31.828
5	Фрукт свежий**	ТПП	150	0.600	0.000	16.950	69.000
6	Пряник в индивидуальной упаковке	ТПП	30	1.881	1.485	24.651	118.470
	Итого за Завтрак:		609	15,775	12,754	100,307	577,104
	Итого за день:		609	15,775	12,754	100,307	577,104
	Вторник						
	2 неделя						
	Завтрак						
1	Каша гречневая с курицей по-купечески	ТТК	250	18.802	18.197	29.454	356.152
2	Хлеб пшеничный	ТПП	55	4.180	0.495	27.335	124.300
3	Чай плодово-ягодный с сахаром***	54-13гн-2020	200	0.296	0.000	11.129	46.338
4	Корж молочный в индивидуальной упаковке	ТПП	45	3.450	6.150	32.600	229.000
	Итого за Завтрак:		550	26,728	24,842	100,518	755,79
	Итого за день:		550	26,728	24,842	100,518	755,79
	Среда						
	2 неделя						
	Завтрак						
1	Омлет натуральный	54-10-2020	150	13.504	21.421	3.572	261.409
2	Хлеб пшеничный	ТПП	50	3.800	0.450	24.850	113.000
3	Чай с сахаром	54-2гн-	200	0.200	0.000	7.055	29.448
4	Йогуртный продукт фасованный	ТПП	110	2.860	2.750	15.840	99.000
5	Печенье шоколадное в индивидуальной упаковке	ТПП	40	2.170	9.415	19.880	173.600
	Итого за Завтрак:		550	22,534	34,036	71,197	676,457
	Итого за день:		550	22,534	34,036	71,197	676,457
	Четверг						
	2 неделя						
	Завтрак						
1	Тефтели(биточки) тушеные в сметанном соусе с томатом	ТПП/1045/3/1998	110	13.299	10.632	12.126	199.755
2	Макаронные изделия отварные	940/3/1998	175	6.389	4.375	40.758	228.147
3	Хлеб пшеничный	ТПП	40	3.040	0.360	19.880	90.400
4	Чай с лимоном, с сахаром	54/3гн/202	200	0.263	0.000	7.265	31.828
5	Фрукт свежий**	ТПП	150	0.600	0.000	16.950	69.000
	Итого за Завтрак:		675	23,591	15,367	96,979	619,13
	Итого за день:		675	23,591	15,367	96,979	619,13
	Пятница						
	2 неделя						
	Завтрак						
1	Сыр п/твердых сортов порционный	54-13-2020	15	4.020	4.095	0.000	54.150
2	Рыба тушеная в томате с овощами	640/3/1998	100	13.362	9.594	4.770	158.515
3	Картофельное пюре	946/2/1998	180	3.834	4.466	30.868	172.170
4	Хлеб пшеничный	ТПП	57	4.378	0.518	28.627	130.176
5	Чай плодово-ягодный с сахаром***	54-13гн-2020	200	0.200	0.000	10.049	41.418
	Итого за Завтрак:		552	25,794	18,673	74,314	556,429
	Итого за день:		552	25,794	18,673	74,314	556,429
	Суббота						
	2 неделя						
	Завтрак						
1	Котлета "Домашняя"запеченая с соусом сметанным	ТПП/1044/3/1998	110	15.310	13.442	15.622	244.792
2	Гречка отварная	931/3/1998	180	10.227	6.293	46.230	282.068
3	Хлеб пшеничный	ТПП	46	3.557	0.421	23.260	105.768
4	Какао с молоком	1222/2/199	200	4.742	3.850	21.618	141.610
5	Пряник в индивидуальной упаковке	ТПП	30	1.881	1.485	24.651	118.470
	Итого за Завтрак:		566	35,717	25,491	131,381	892,708
	Итого за день:		566	35,717	25,491	131,381	892,708
	ИТОГО ЗА Завтрак:		6900	305,223	272,904	1174,337	8364,79
	ИТОГО ЗА ПЕРИОД:		6900	305,223	272,904	1174,337	8364,79
	СРЕДНЕЕ ЗА ПЕРИОД:		575	25,44	22,74	97,86	697,07
	СООТНОШЕНИЕ:			1	0,894	3,847	

1	*Для приготовления молочной каши используется крупа рисовая, пшеничная, ячневая, кукурузная, хлопья "Геркулес"
2	**Фрукт свежий: яблоки, мандарины, апельсины, груши.
3	****Для приготовления горячих (холодных) напитков, соусов используются свежемороженые ягоды и фрукты в ассортименте.



Циклическое меню обедов для учащихся 5-11 классов
на 2024 год

	8966	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
Понедельник							
1 неделя							
Обед							
1	Овощная закуска*	25/634/199	100	0.700	0.000	1.800	10.000
2	Щи из свежей капусты, с картофелем на курином бульоне	282/3/1998	250	5.098	9.792	10.493	148.719
3	Котлета куриная тушеная в томатном соусе	ТПП/1029/3/1998	120	13.724	12.389	13.384	219.906
4	Картофельное пюре	946/2/1998	180	3.834	4.466	30.868	172.170
5	Хлеб пшеничный	ТПП	40	3.040	0.360	19.880	90.400
6	Компот плодово-ягодный с сахаром***	54-1хн-2020	200	0.200	0.000	16.570	67.850
7	Печенье шоколадное в индивидуальной упаковке	ТПП	40	2.170	9.415	19.880	173.600
Итого за Обед:			930	28,766	36,422	112,875	882,645
Итого за день:			930	28,766	36,422	112,875	882,645
Вторник							
1 неделя							
Обед							
1	Овощная закуска*	25/635/199	100	0.600	0.000	2.900	14.000
2	Свекольник на курином бульоне	95/2018	250	5.559	9.806	19.696	186.014
3	Рагу овощное с мясом птицы	887/3/1998	220	14.353	18.876	27.970	333.087
4	Хлеб пшеничный	ТПП	40	3.040	0.360	19.880	90.400
5	Сок фруктовый	ТПП	200	1.000	0.000	28.000	112.000
6	Йогуртный продукт фасованный	ТПП	110	2.860	2.750	15.840	99.000
Итого за Обед:			925	27,412	31,792	114,286	834,501
Итого за день:			925	27,412	31,792	114,286	834,501
Среда							
1 неделя							
Обед							
1	Овощная закуска*	147/2018	100	0.152	5.005	0.494	47.515
2	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне	307/3/1998	250	6.088	6.350	23.475	171.794
3	Котлета "Домашняя" запеченная с соусом сметанным	ТПП/1044/3/1998	120	15.465	14.314	16.232	255.752
4	Рис отварной	934/3/1998	180	4.450	4.255	46.685	242.840
5	Хлеб пшеничный	ТПП	40	3.040	0.360	19.880	90.400
6	Компот плодово-ягодный с	54-1хн-	200	0.100	0.000	15.930	65.450
Итого за Обед:			890	29,295	30,284	122,696	873,751
Итого за день:			890	29,295	30,284	122,696	873,751
Четверг							
1 неделя							
Обед							
1	Овощная закуска*	1070/3/1998	100	1.759	10.050	10.975	140.617
2	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне	262/1998	250	5.095	9.455	13.979	159.489
3	Рыба тушеная в сметанном соусе	232/2017 Т	100	11.008	10.412	5.708	160.925
4	Картофельное пюре на свежем цельном молоке с маслом	946/2/1998	180	3.834	4.466	30.868	172.170
5	Хлеб пшеничный	ТПП	44	3.367	0.399	22.017	100.118
6	Компот плодово-ягодный***	54-1хн-2020	200	0.000	0.000	14.970	59.850
7	Пряник в индивидуальной упаковке	ТПП	30	1.881	1.485	24.651	118.470
Итого за Обед:			904	26,944	36,267	123,168	911,639
Итого за день:			904	26,944	36,267	123,168	911,639
Пятница							
1 неделя							
Обед							

1	Овощная закуска*	25/634/199	100	0.700	0.000	1.800	10.000
2	Свекольник на курином бульоне	95/2018.	255	5.699	10.806	19.856	196.314
3	Каша гречневая с курицей по-купечески	ТТК	250	18.802	18.197	29.454	356.152
4	Хлеб пшеничный	ТПП	50	3.800	0.450	24.850	113.000
5	Сок фруктовый	ТПП	200	1.000	0.000	28.000	112.000
6	Пряник в индивидуальной.упаковке	ТПП	30	1.881	1.485	24.651	118.470
	Итого за Обед:		885	31,882	30,938	128,611	905,936
	Итого за день:		885	31,882	30,938	128,611	905,936
	Суббота 1 неделя Обед						
1	Овощная закуска*	334/2011.	100	1.466	2.920	8.399	64.865
2	Щи из свежей капусты, с картофелем на курином бульоне	282/3/1998	250	5.090	9.628	10.503	147.224
3	Печень по-строгановски	748/3/1998	120	15.996	15.540	8.590	238.331
4	Картофель отварной	423/3/1998	209	4.205	6.732	40.830	231.024
5	Хлеб пшеничный	ТПП	67	5.092	0.603	33.299	151.420
6	Компот плодово-ягодный***	1113/3/98г.	200	0.000	0.000	14.970	59.850
	Итого за Обед:		946	31,849	35,423	116,591	892,714
	Итого за день:		946	31,849	35,423	116,591	892,714
	Понедельник 2 неделя Обед						
1	Овощная закуска*	25/634/199	100	0.700	0.000	1.800	10.000
2	Суп гороховый на курином бульоне	306/3/1998	250	9.088	9.313	21.120	202.216
3	Котлета "Домашняя" запеченая с соусом сметанным	ТПП/1044/3/1998	110	15.310	13.442	15.622	244.792
4	Макаронные изделия отварные	940/3/1998	180	6.605	3.677	42.182	228.425
5	Хлеб пшеничный	ТПП	40	3.040	0.360	19.880	90.400
6	Компот плодово-ягодный***	54-1хн-2020	200	0.000	0.000	14.970	59.850
	Итого за Обед:		880	34,743	26,792	115,574	835,683
	Итого за день:		880	34,743	26,792	115,574	835,683
	Вторник 2 неделя Обед						
1	Овощная закуска*	25/635/1998.	100	0.600	0.000	2.900	14.000
2	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне	307/3/1998	250	6.088	6.250	23.475	170.895
3	Плов с курицей	893/2/1998	225	16.104	19.522	48.603	434.143
4	Хлеб пшеничный	ТПП	40	3.040	0.360	19.880	90.400
5	Сок фруктовый	ТПП	200	1.000	0.000	28.000	112.000
	Итого за Обед:		815	26,832	26,132	122,858	821,438
	Итого за день:		815	26,832	26,132	122,858	821,438
	Среда 2 неделя Обед						
1	Овощная закуска*	55/2018	100	1.686	3.200	13.364	87.854
2	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне	262/1998.	250	5.110	9.783	13.931	162.367
3	Рагу овощное с мясом птицы	887/3/1998	220	13.107	17.616	27.922	316.578
4	Хлеб пшеничный	ТПП	40	3.040	0.360	19.880	90.400
5	Компот плодово-ягодный с сахаром***	54-1хн-2020	200	0.100	0.000	15.930	65.450
6	Пряник в индивидуальной.упаковке	ТПП	30	1.881	1.485	24.651	118.470
	Итого за Обед:		840	24,924	32,444	115,678	841,119
	Итого за день:		840	24,924	32,444	115,678	841,119
	Четверг 2 неделя Обед						
1	Овощная закуска*	25/634/1998.	100	0.700	0.000	1.800	10.000
2	Свекольник на курином бульоне	95/2018.	250	5.559	9.806	19.696	186.014
3	Запеканка рисовая с курицей	ТТК	200	12.255	23.061	33.888	390.760
4	Хлеб пшеничный	ТПП	38	2.941	0.348	19.234	87.462
5	Компот плодово-ягодный с сахаром***	54-1хн-2020	200	0.080	0.000	15.870	63.950
6	Печенье апельсиновое в индивидуальной упаковке	ТПП	35	2.170	9.415	19.880	173.600
	Итого за Обед:		823	23,705	42,63	110,368	911,786
	Итого за день:		823	23,705	42,63	110,368	911,786
	Пятница 2 неделя						

	Обед						
1	Овощная закуска*	25/635/1998	100	0.600	0.000	2.900	14.000
2	Щи из свежей капусты, с картофелем на курином бульоне	282/3/1998	250	5.098	9.792	10.493	148.719
3	Жаркое по-домашнему	820/3/1998	240	14.065	17.235	29.191	316.046
4	Хлеб пшеничный	ТПП	40	3.040	0.360	19.880	90.400
5	Сок фруктовый	ТПП	200	1.000	0.000	28.000	112.000
6	Корж молочный в индивидуальной упаковке	ТПП	45	3.450	6.150	32.600	229.000
	Итого за Обед:		875	27,253	33,537	123,064	910,165
	Итого за день:		875	27,253	33,537	123,064	910,165
	Суббота						
	2 неделя						
	Обед						
1	Овощная закуска*	55/2018	100	1.686	3.200	13.364	87.854
2	Суп гороховый на курином бульоне	306/3/1998	250	9.088	9.313	21.120	202.216
3	Котлета куриная тушеная в томатном соусе	ТПП/1029/3/1998	140	13.959	12.803	14.933	230.763
4	Рис отварной	934/3/1998	210	5.120	7.970	53.410	305.860
5	Хлеб пшеничный	ТПП	58	4.408	0.522	28.826	131.080
6	Компот плодово-ягодный с	1203/3/199	200	0.000	0.000	14.970	59.850
	Итого за Обед:		958	34,261	33,808	146,623	1017,623
	Итого за день:		958	34,261	33,808	146,623	1017,623
	ИТОГО ЗА Обед:		10671	347,866	396,469	1452,392	10639
	ИТОГО ЗА ПЕРИОД:		10671	347,866	396,469	1452,392	10639
	СРЕДНЕЕ ЗА ПЕРИОД:		889.25	28,99	33,04	121,03	886,58
	СООТНОШЕНИЕ:			1	1,14	4,175	

1	*Фрукт свежий: яблоки, мандарины, апельсины, груши.
2	**Допускается замена свежих порционных овощей (огурец/помидор/перец сладкий болгарский) на консервированные овощи, такие как: огурец/помидор, икра кабачковая, зеленый горошек, сладкая кукуруза либо на салаты из свежих или отварных овощей, икра морковна
3	***Для приготовления горячих (холодных) напитков, соусов используются свежемороженные ягоды и фрукты в ассортименте.
	Примечание: Допускается изменение выходов блюд в сторону увеличения, допускается добавление блюд в меню.