



**РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ  
АКЦИОНЕРНОЕ ОБЩЕСТВО  
«Фабрика школьного питания»**



**Согласовано  
Директор школы № 2**

*Надежда*

**«УТВЕРЖДАЮ»  
Директор АО «ФШП»**

**О.С. Петрухина**



**Примерное циклическое меню  
завтраков и обедов на осенне-зимний период учащихся из многодетных  
семей и учащихся один из родителей которых относится к категории  
лиц участвующих в СВО с 1 - 9 класс  
общеобразовательной школы  
г. о. Новокуйбышевск**

*Согласовано.  
Председатель Родительского  
совета Надежда – (Манькова Ю.Н.)*

**2025-2026 год.**

**Меню приготовляемых блюд**

**Возрастная категория: 7-11 лет/12 лет и старше**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры				
			Белки	Жиры	Углеводы						
<b>Неделя 1 День 1</b>											
<b>Завтрак</b>											
c1-4кл	Тефтели с соусом	100	7,46	12,28	11,09	184,00	279/331				
	Макароны отварные с огурцом соленым	170	5,52	4,84	29,17	183,00	202/309/70				
	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00	376				
	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,40	12,60	63,60					
	<b>Итого:</b>	<b>500</b>	<b>15,48</b>	<b>17,52</b>	<b>67,86</b>	<b>490,60</b>					
<b>Обед</b>											
c1-4кл	Суп картофельный с горохом	200	4,06	4,28	19,00	131,00	102				
	Плов с икрой кабачковой	210	21,70	6,60	27,60	239,00	265/п.п				
	Компот из свежих плодов (яблок)	200	0,16	0,00	29,00	116,60	342				
	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,60	21,00	106,00					
	Хлеб ржаной	40	2,60	0,40	16,00	78,00					
	<b>Итого:</b>	<b>700</b>	<b>32,52</b>	<b>11,88</b>	<b>112,60</b>	<b>670,60</b>					
	<b>Итого за день:</b>		<b>48,00</b>	<b>29,40</b>	<b>180,46</b>	<b>1161,20</b>					
<b>Завтрак</b>											
c5-11кл	Тефтели с соусом	100	7,46	12,28	11,09	184,00	279/331				
	Макароны отварные с огурцом соленым	220	5,54	4,89	29,84	186,60	202/309/70				
	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00	376				
	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,60	21,00	106,00					
	<b>Итого:</b>	<b>570</b>	<b>17,10</b>	<b>17,77</b>	<b>76,93</b>	<b>536,60</b>					
<b>Обед</b>											
c5-11кл	Сдобы обыкновенная	50	4,00	2,60	27,10	148,00	421				
	Суп картофельный с горохом	250	5,00	5,35	23,80	163,80	102				
	Плов с икрой кабачковой	250	24,56	7,70	32,20	278,83	265/п.п				
	Компот из свежих плодов (яблок)	200	0,16	0,00	29,00	116,60	342				
	Хлеб пшеничный	60	4,80	0,80	25,20	127,20					
	Хлеб ржаной	40	2,60	0,40	16,00	78,00					
	<b>Итого:</b>	<b>850</b>	<b>41,12</b>	<b>16,85</b>	<b>153,30</b>	<b>912,43</b>					
	<b>Итого за день:</b>		<b>58,22</b>	<b>34,62</b>	<b>230,23</b>	<b>1449,03</b>					

**Меню приготавливаемых блюд**

**Возрастная категория: 7-11 лет/12 лет и старше**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры				
			Белки	Жиры	Углеводы						
<b>Неделя 1 День 2</b>											
<b>Завтрак</b>											
c1-4кл	Булочка "бутербродная" с сыром	100	11,74	7,55	45,92	227,20	110*/15				
	Каша вязкая молочная	200	6,10	12,10	35,00	273,00	173-175				
	Кофейный напиток с молоком	200	3,58	2,68	28,30	151,80	379				
	<b>Итого:</b>	<b>500</b>	<b>21,42</b>	<b>22,33</b>	<b>109,22</b>	<b>652,00</b>					
<b>Обед</b>											
c1-4кл	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,41	4,94	9,37	130,60	88				
	Биточки с соусом	100	9,00	11,55	12,73	185,00	268				
	Картофельное пюре со свеклой отварной	150	3,04	4,46	17,69	123,72	312/2*				
	Компот из кураги	200	1,00	0,00	34,00	140,20	348				
	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,40	12,60	63,60					
	Хлеб ржаной	20	1,30	0,20	8,00	39,00					
	<b>Итого:</b>	<b>700</b>	<b>18,15</b>	<b>21,55</b>	<b>94,39</b>	<b>682,12</b>					
	<b>Итого за день:</b>		<b>39,57</b>	<b>43,88</b>	<b>203,61</b>	<b>1334,12</b>					
<b>Завтрак</b>											
c5-11кл	Булочка "бутербродная" с сыром	130	16,00	10,80	57,40	390,00	110*/15				
	Каша вязкая молочная	250	7,60	15,10	43,70	340,90	173-175				
	Кофейный напиток с молоком	200	3,58	2,68	28,30	151,80	379				
	<b>Итого:</b>	<b>580</b>	<b>27,18</b>	<b>28,58</b>	<b>129,40</b>	<b>882,70</b>					
<b>Обед</b>											
c5-11кл	Фрукт	100	0,40	0,00	12,60	52,00	388				
	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,73	5,33	11,67	139,30	88				
	Биточки с соусом	100	9,00	11,55	12,73	185,00	268/331				
	Картофельное пюре со свеклой отварной	180	3,63	5,16	20,97	135,80	312/2*				
	Компот из кураги	200	1,00	0,00	34,00	140,20	348				
	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,60	21,00	106,00					
	Хлеб ржаной	20	1,30	0,20	8,00	39,00					
	<b>Итого:</b>	<b>900</b>	<b>21,06</b>	<b>22,84</b>	<b>120,97</b>	<b>797,30</b>					
	<b>Итого за день:</b>		<b>48,24</b>	<b>51,42</b>	<b>250,37</b>	<b>1680,00</b>					

## Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: 7-11 лет/12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 1 День 3</b>							
<b>Завтрак</b>	Запеканка из творога с морковью	<b>150</b>	18,40	13,90	76,20	503,00	<b>224</b>
c1-4кл	Плоды свежие	<b>150</b>	0,60	0,00	18,90	78,00	<b>338</b>
	Чай с сахаром	<b>200</b>	0,10	0,00	15,00	60,00	<b>376</b>
	<b>Итого:</b>	<b>500</b>	<b>19,10</b>	<b>13,90</b>	<b>110,10</b>	<b>641,00</b>	
<b>Обед</b>	Суп картофельный с рисом	<b>200</b>	1,60	2,20	16,70	93,00	<b>101</b>
c1-4кл	Котлета из птицы с соусом	<b>100</b>	10,13	11,00	11,60	186,00	<b>295/331</b>
	Горох отварной с огурцом соленым	<b>150</b>	11,60	6,94	37,95	257,10	<b>197/70</b>
	Компот из смеси сухофруктов	<b>200</b>	0,10	0,00	21,80	87,60	<b>349</b>
	Хлеб пшеничный	<b>30</b>	2,40	0,40	12,60	63,60	
	Хлеб ржаной	<b>20</b>	1,30	0,20	8,00	39,00	
	<b>Итого:</b>	<b>700</b>	<b>27,13</b>	<b>20,74</b>	<b>108,65</b>	<b>726,30</b>	
	<b>Итого за день:</b>		<b>46,23</b>	<b>34,64</b>	<b>218,75</b>	<b>1367,30</b>	
<b>Завтрак</b>	Запеканка из творога с морковью	<b>200</b>	24,50	18,50	101,60	670,60	<b>224</b>
c5-11кл	Плоды свежие	<b>200</b>	0,80	0,00	25,20	104,00	<b>338</b>
	Чай с сахаром	<b>200</b>	0,10	0,00	15,00	60,00	<b>376</b>
	<b>Итого:</b>	<b>600</b>	<b>25,40</b>	<b>18,50</b>	<b>141,80</b>	<b>834,60</b>	
<b>Обед</b>	Плоды свежие	<b>100</b>	0,40	0,00	12,60	52,00	<b>338</b>
c5-11кл	Суп картофельный с рисом	<b>250</b>	2,00	2,76	20,90	116,30	<b>101</b>
	Котлета из птицы с соусом	<b>100</b>	10,13	11,00	11,60	186,00	<b>295/331</b>
	Горох отварной с огурцом соленым	<b>180</b>	13,44	7,56	44,01	297,90	<b>197/70</b>
	Компот из смеси сухофруктов	<b>200</b>	0,10	0,00	21,80	87,60	<b>349</b>
	Хлеб пшеничный	<b>50</b>	4,00	0,60	21,00	106,00	
	Хлеб ржаной	<b>20</b>	1,30	0,20	8,00	39,00	
	<b>Итого:</b>	<b>900</b>	<b>31,37</b>	<b>22,12</b>	<b>139,91</b>	<b>884,80</b>	
	<b>Итого за день:</b>		<b>56,77</b>	<b>40,62</b>	<b>281,71</b>	<b>1719,40</b>	

**Меню приготовляемых блюд**

**Возрастная категория: 7-11 лет/12 лет и старше**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 1 День 4</b>							
Завтрак	Салат Витаминка	60	0,09	3,00	6,60	57,00	1*
c1-4кл	Птица тушенная в соусе	90	12,50	13,95	3,42	189,00	290/331
	Каша рассыпчатая гречневая	150	7,51	6,28	40,72	249,60	171/302
	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00	376
	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,40	12,60	63,60	
	<b>Итого:</b>	<b>530</b>	<b>22,60</b>	<b>23,63</b>	<b>78,34</b>	<b>619,20</b>	
Обед	Борщ с капустой и картофелем	200	1,59	4,92	16,33	100,10	82
c1-4кл	Биточки рыбные с соусом	100	8,89	8,63	9,63	156,25	234/330
	Рис припущенный с огурцом свежим	150	3,30	4,13	34,74	188,97	305/71
	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,00	35,00	143,80	388
	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,40	12,60	63,60	
	Хлеб ржаной	20	1,30	0,20	8,00	39,00	
	<b>Итого:</b>	<b>700</b>	<b>18,16</b>	<b>18,28</b>	<b>116,30</b>	<b>691,72</b>	
	<b>Итого за день:</b>		<b>40,76</b>	<b>41,91</b>	<b>194,64</b>	<b>1310,92</b>	
Завтрак	Салат Витаминка	100	1,50	5,00	11,00	95,00	1*
c5-11кл	Птица тушенная в соусе	100	13,90	15,50	3,80	210,00	290/331
	Каша рассыпчатая гречневая	200	10,02	8,38	54,30	332,80	171/302
	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00	376
	Хлеб пшеничный	60	4,80	0,80	25,20	127,20	
	<b>Итого:</b>	<b>660</b>	<b>30,32</b>	<b>29,68</b>	<b>109,30</b>	<b>825,00</b>	
Обед	Крендель сахарный	50	3,50	5,60	29,40	182,00	415
c5-11кл	Борщ с капустой и картофелем	250	1,95	5,90	19,19	122,55	82
	Биточки рыбные с соусом	100	8,89	8,63	9,63	156,25	234/330
	Рис припущенный с огурцом свежим	180	4,00	5,07	42,60	231,85	305/71
	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,00	35,00	143,80	388
	Хлеб пшеничный	60	4,80	0,80	25,20	127,20	
	Хлеб ржаной	20	1,30	0,20	8,00	39,00	
	<b>Итого:</b>	<b>860</b>	<b>25,12</b>	<b>26,20</b>	<b>169,02</b>	<b>1002,65</b>	
	<b>Итого за день:</b>		<b>55,44</b>	<b>55,88</b>	<b>278,32</b>	<b>1827,65</b>	

**Меню приготавливаемых блюд**  
**Возрастная категория: 7-11 лет/12 лет и старше**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры				
			Белки	Жиры	Углеводы						
<b>Неделя 1 День 5</b>											
<b>Завтрак</b>											
c1-4кл	Рагу из птицы с огурцом свежим	245	17,20	20,80	23,56	351,00	289/71				
	Чай с молоком	215	1,40	1,60	17,70	91,00	378				
	Хлеб пшеничный	40	3,20	0,50	16,80	84,80					
	<b>Итого:</b>	<b>500</b>	<b>21,80</b>	<b>22,90</b>	<b>58,06</b>	<b>526,80</b>					
<b>Обед</b>											
c1-4кл	Салат из свежей капусты	60	0,84	2,76	6,20	52,80	45				
	Рассольник ленинградский	200	1,81	5,08	16,21	119,30	96				
	Кнели из птицы с соусом	90	8,90	11,30	0,40	162,00	301/331				
	Макароны отварные	150	5,40	6,30	36,60	225,00	202/309				
	Компот из свежих плодов (яблок)	200	0,16	0,00	29,00	116,60	342				
	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,40	12,60	63,60					
	Хлеб ржаной	20	1,30	0,20	8,00	39,00					
	<b>Итого:</b>	<b>750</b>	<b>20,81</b>	<b>26,04</b>	<b>109,01</b>	<b>778,30</b>					
<b>Итого за день:</b>			<b>42,61</b>	<b>48,94</b>	<b>167,07</b>	<b>1305,10</b>					
<b>Завтрак</b>											
c5-11кл	Рагу из птицы с огурцом свежим	300	19,72	23,14	27,56	395,80	289/71				
	Чай с молоком	215	1,40	1,60	17,70	91,00	378				
	Хлеб пшеничный	60	4,80	0,80	25,20	127,20					
	<b>Итого:</b>	<b>575</b>	<b>25,92</b>	<b>25,54</b>	<b>70,46</b>	<b>614,00</b>					
<b>Обед</b>											
c5-11кл	Плоды свежие	100	0,40	0,00	12,60	52,00	338				
	Салат из свежей капусты	100	1,40	4,60	10,30	88,00	45				
	Рассольник ленинградский	250	2,23	6,10	20,22	146,55	96				
	Кнели из птицы с соусом	100	9,88	12,55	0,44	180,00	301/331				
	Макароны отварные	180	6,80	7,56	43,92	270,00	202/309				
	Компот из свежих плодов (яблок)	200	0,16	0,00	29,00	116,60	342				
	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,40	12,60	63,60					
	Хлеб ржаной	30	2,00	0,30	12,00	58,50					
	<b>Итого:</b>	<b>990</b>	<b>25,27</b>	<b>31,51</b>	<b>141,08</b>	<b>975,25</b>					
<b>Итого за день:</b>			<b>51,19</b>	<b>57,05</b>	<b>211,54</b>	<b>1589,25</b>					

**Меню приготавливаемых блюд**

**Возрастная категория: 7-11 лет/12 лет и старше**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 2 День 1</b>							
<b>Завтрак</b>							
c1-4кл	Котлета с соусом	100	9,00	11,55	12,73	185,00	268/331
	Макароны отварные с икрой кабачковой	150	7,10	9,20	10,90	140,00	202/309/п.п
	Чай с сахаром, с лимоном	222	0,20	0,00	16,00	65,00	377
	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,40	12,60	63,60	
	<b>Итого:</b>	<b>502</b>	<b>18,70</b>	<b>21,15</b>	<b>52,23</b>	<b>453,60</b>	
<b>Обед</b>	Суп картофельный с горохом	200	4,06	4,28	19,08	131,00	102
c1-4кл	Тефтели с соусом	100	7,46	12,28	11,09	184,00	279/331
	Каша рассыпчатая гречневая с огурцом соленым	150	6,70	10,60	49,80	321,00	171/302/70
	Компот из свежих плодов (яблок)	200	0,16	0,00	29,00	116,60	342
	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,40	12,60	63,60	
	Хлеб ржаной	20	1,30	0,20	8,00	39,00	
	<b>Итого:</b>	<b>700</b>	<b>22,08</b>	<b>27,76</b>	<b>129,57</b>	<b>855,20</b>	
	<b>Итого за день:</b>		<b>40,78</b>	<b>48,91</b>	<b>181,80</b>	<b>1308,80</b>	
<b>Завтрак</b>							
c5-11кл	Котлета с соусом	100	9,00	11,55	12,73	185,00	268
	Макароны отварные с икрой кабачковой	200	9,40	12,20	14,40	226,00	202/309/п.п
	Чай с сахаром, с лимоном	222	0,20	0,00	16,00	65,00	377
	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,60	21,00	106,00	
	<b>Итого:</b>	<b>572</b>	<b>22,60</b>	<b>24,35</b>	<b>64,13</b>	<b>582,00</b>	
<b>Обед</b>	Плоды свежие	100	0,40	0,00	12,60	52,00	338
c5-11кл	Суп картофельный с горохом	250	5,08	5,35	23,85	163,80	102
	Тефтели с соусом	100	7,46	12,28	11,09	184,00	279/331
	Каша рассыпчатая гречневая с огурцом соленым	180	8,04	12,72	59,76	385,20	171/302/70
	Компот из свежих плодов (яблок)	200	0,16	0,00	29,00	116,60	342
	Хлеб пшеничный	40	3,20	0,50	16,80	84,80	
	Хлеб ржаной	30	2,00	0,30	12,00	58,50	
	<b>Итого:</b>	<b>900</b>	<b>26,34</b>	<b>31,15</b>	<b>165,10</b>	<b>1044,90</b>	
	<b>Итого за день:</b>		<b>48,94</b>	<b>55,50</b>	<b>229,23</b>	<b>1626,90</b>	

**Меню приготавливаемых блюд**

**Возрастная категория: 7-11 лет/12 лет и старше**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 2 День 2</b>							
<b>Завтрак</b>	Булочка Творожная	100	5,90	2,90	25,30	144,00	<b>121*</b>
c1-4кл	Каша вязкая молочная	200	8,50	13,30	62,20	269,00	<b>173-175</b>
	Какао с молоком	200	3,70	3,20	26,70	150,80	<b>382</b>
	<b>Итого:</b>	<b>500</b>	<b>18,10</b>	<b>19,40</b>	<b>114,20</b>	<b>563,80</b>	
<b>Обед</b>	Салат из свеклы отварной	100	1,60	6,00	11,00	104,00	<b>52</b>
c1-4кл	Суп овощной	200	1,53	5,00	11,57	96,90	<b>99</b>
	Запеканка картофельная с мясом	130	20,00	26,00	13,72	260,00	<b>284</b>
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,10	0,00	21,80	87,60	<b>349</b>
	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,60	21,00	106,00	
	Хлеб ржаной	20	1,30	0,20	8,00	39,00	
	<b>Итого:</b>		<b>28,53</b>	<b>37,80</b>	<b>87,09</b>	<b>693,50</b>	
	<b>Итого за день:</b>	<b>700</b>	<b>46,63</b>	<b>57,20</b>	<b>201,29</b>	<b>1257,30</b>	
<b>Завтрак</b>	Булочка Творожная	100	5,90	2,90	25,30	144,00	<b>121*</b>
c5-11кл	Каша вязкая молочная	250	10,60	16,60	84,27	364,00	<b>173-175</b>
	Какао с молоком	200	3,70	3,20	26,70	150,80	<b>382</b>
	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,27	8,40	42,40	
	<b>Итого:</b>	<b>570</b>	<b>21,80</b>	<b>22,97</b>	<b>144,67</b>	<b>701,20</b>	
<b>Обед</b>	Пирожок с джемом	75	4,00	1,30	42,70	199,00	<b>406</b>
c5-11кл	Салат из свеклы отварной	100	1,60	6,00	11,00	104,00	<b>52</b>
	Суп из овощей	250	1,88	5,93	14,37	118,55	<b>99</b>
	Запеканка картофельная с мясом	180	27,69	36,00	19,00	360,00	<b>284</b>
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,10	0,00	21,80	87,60	<b>349</b>
	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,60	21,00	106,00	
	Хлеб ржаной	20	1,30	0,20	8,00	39,00	
	<b>Итого:</b>	<b>875</b>	<b>40,57</b>	<b>50,03</b>	<b>137,87</b>	<b>1014,15</b>	
	<b>Итого за день:</b>		<b>62,37</b>	<b>73,00</b>	<b>282,54</b>	<b>1715,35</b>	

**Меню приготовляемых блюд**

**Возрастная категория: 7-11 лет/12 лет и старше**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 2 День 3</b>							
Завтрак	Салат из белокочанной капусты	60	0,84	2,76	6,20	52,80	45
c1-4кл	Плов из птицы	200	19,00	22,00	29,00	408,00	291
	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00	376
	Хлеб пшеничный	40	3,20	0,50	16,80	84,80	
	<b>Итого:</b>	<b>500</b>	<b>23,14</b>	<b>25,26</b>	<b>67,00</b>	<b>605,60</b>	
<b>Обед</b>							
c1-4кл	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,12	2,22	19,38	106,00	103
	Шницель с соусом	100	9,00	11,55	12,73	185,00	268/331
	Каша рассыпчатая перловая с икрой кабачковой	150	4,60	8,20	36,70	244,00	171/302/п.п
	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,00	35,00	143,80	388
	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,40	12,60	63,60	
	Хлеб ржаной	20	1,30	0,20	8,00	39,00	
	<b>Итого:</b>	<b>700</b>	<b>20,10</b>	<b>22,57</b>	<b>124,41</b>	<b>781,40</b>	
	<b>Итого за день:</b>		<b>43,24</b>	<b>47,83</b>	<b>191,41</b>	<b>1387,00</b>	
<b>Завтрак</b>							
c5-11кл	Салат из белокочанной капусты	100	1,40	4,60	10,30	88,00	45
	Плов из птицы	220	20,90	24,20	31,90	448,00	291
	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00	376
	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,60	21,00	106,00	
	<b>Итого:</b>	<b>570</b>	<b>26,40</b>	<b>29,40</b>	<b>78,20</b>	<b>702,00</b>	
	Плоды свежие	100	0,40	0,00	12,60	52,00	338
<b>Обед</b>							
c5-11кл	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,65	2,80	24,23	132,50	103
	Гуляш	100	15,40	9,60	3,70	134,00	260
	Каша рассыпчатая перловая с икрой кабачковой	180	5,52	10,56	44,04	292,80	171/302/п.п
	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,00	35,00	143,80	388
	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,60	21,00	106,00	
	Хлеб ржаной	20	1,30	0,20	8,00	39,00	
	<b>Итого:</b>	<b>900</b>	<b>29,95</b>	<b>23,76</b>	<b>148,57</b>	<b>900,10</b>	
	<b>Итого за день:</b>		<b>56,35</b>	<b>53,16</b>	<b>226,77</b>	<b>1602,10</b>	

**Меню приготавливаемых блюд**

**Возрастная категория: 7-11 лет/12 лет и старше**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 2 День 4</b>							
<b>Завтрак</b>	Рыба тушеная в томате с овощами	<b>100</b>	9,10	4,80	4,80	99,00	<b>229</b>
<b>с1-4кл</b>	Картофельное пюре с огурцом свежим	<b>150</b>	3,10	5,10	18,60	180,90	<b>312</b>
	Чай с сахаром	<b>200</b>	0,10	0,00	15,00	60,00	<b>376</b>
	Хлеб пшеничный	<b>50</b>	4,00	0,60	21,00	106,00	
	<b>Итого:</b>	<b>500</b>	<b>16,30</b>	<b>10,50</b>	<b>59,40</b>	<b>445,90</b>	
<b>Обед</b>	Салат Витаминка	<b>60</b>	0,09	3,00	6,60	57,00	<b>1*</b>
<b>с1-4кл</b>	Борщ с капустой и картофелем	<b>200</b>	1,59	4,92	16,33	100,10	<b>82</b>
	Птица тушенная в соусе	<b>90</b>	12,50	13,95	3,42	189,00	<b>290/331</b>
	Макароны отварные	<b>150</b>	5,30	4,80	28,60	179,40	<b>202/309</b>
	Компот из смеси сухофруктов	<b>200</b>	0,10	0,00	21,80	87,60	<b>349</b>
	Хлеб пшеничный	<b>30</b>	2,40	0,40	12,60	63,60	
	Хлеб ржаной	<b>20</b>	1,30	0,20	8,00	39,00	
	<b>Итого:</b>	<b>750</b>	<b>23,28</b>	<b>27,27</b>	<b>97,35</b>	<b>715,70</b>	
	<i><b>Итого за день:</b></i>		<i><b>39,58</b></i>	<i><b>37,77</b></i>	<i><b>156,75</b></i>	<i><b>1161,60</b></i>	
<b>Завтрак</b>							
<b>с5-11кл</b>	Рыба тушеная в томате с овощами	<b>100</b>	9,10	4,80	4,80	99,00	<b>229</b>
	Картофельное пюре с огурцом свежим	<b>210</b>	4,08	6,46	24,24	233,20	<b>312</b>
	Чай с сахаром	<b>200</b>	0,10	0,00	15,00	60,00	<b>376</b>
	Хлеб пшеничный	<b>60</b>	4,80	0,80	25,20	127,20	
	<b>Итого:</b>	<b>570</b>	<b>18,08</b>	<b>12,06</b>	<b>69,24</b>	<b>519,40</b>	
<b>Обед</b>	Булочка "Домашняя"	<b>50</b>	3,70	6,50	32,30	202,00	<b>118*</b>
<b>с5-11кл</b>	Салат Витаминка	<b>100</b>	1,50	5,00	11,00	95,00	<b>1*</b>
	Борщ с капустой и картофелем	<b>250</b>	1,95	5,90	19,19	122,55	<b>82</b>
	Птица тушенная в соусе	<b>100</b>	13,90	15,50	3,80	210,00	<b>290/331</b>
	Макароны отварные	<b>180</b>	6,00	5,80	34,00	215,00	<b>202/309</b>
	Компот из смеси сухофруктов	<b>200</b>	0,10	0,00	21,80	87,60	<b>349</b>
	Хлеб пшеничный	<b>30</b>	2,40	0,40	12,60	63,60	
	Хлеб ржаной	<b>20</b>	1,30	0,20	8,00	39,00	
	<b>Итого:</b>	<b>930</b>	<b>30,85</b>	<b>39,30</b>	<b>142,69</b>	<b>1034,75</b>	
	<i><b>Итого за день:</b></i>		<i><b>48,93</b></i>	<i><b>51,36</b></i>	<i><b>211,93</b></i>	<i><b>1554,15</b></i>	

**Меню приготовляемых блюд**

**Возрастная категория: 7-11 лет/12 лет и старше**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Неделя 2 День 5</b>							
<b>Завтрак</b>	Плоды свежие	<b>100</b>	4,00	0,00	12,60	52,00	<b>338</b>
<b>c1-4кл</b>	Омлет натуральный с икрой свекольной	<b>156</b>	15,68	25,60	10,20	255,00	<b>210</b>
	Чай с сахаром	<b>200</b>	0,10	0,00	15,00	60,00	<b>376</b>
	Хлеб пшеничный	<b>50</b>	4,00	0,60	21,00	106,00	
	<b>Итого:</b>	<b>506</b>	<b>23,78</b>	<b>26,20</b>	<b>58,80</b>	<b>473,00</b>	
<b>Обед</b>	Суп картофельный с пшеном и рыбой	<b>200</b>	3,44	3,18	16,46	108,20	<b>101/226</b>
<b>c1-4кл</b>	Котлета из птицы с соусом	<b>100</b>	10,13	11,00	11,60	186,00	<b>295/331</b>
	Рагу овощное с огурцом свежим	<b>150</b>	1,98	11,00	14,33	160,30	<b>143</b>
	Компот из кураги	<b>200</b>	1,00	0,00	34,00	140,20	<b>348</b>
	Хлеб пшеничный	<b>30</b>	2,40	0,40	12,60	63,60	
	Хлеб ржаной	<b>20</b>	1,30	0,20	8,00	39,00	
	<b>Итого:</b>	<b>700</b>	<b>20,25</b>	<b>25,78</b>	<b>96,99</b>	<b>697,30</b>	
	<b>Итого за день:</b>		<b>44,03</b>	<b>51,98</b>	<b>155,79</b>	<b>1170,30</b>	
<b>Завтрак</b>	Плоды свежие	<b>100</b>	4,00	0,00	12,60	52,00	<b>338</b>
<b>c5-11кл</b>	Омлет натуральный с икрой свекольной	<b>225</b>	22,60	36,00	12,00	330,00	<b>210</b>
	Чай с сахаром	<b>200</b>	0,10	0,00	15,00	60,00	<b>376</b>
	Хлеб пшеничный	<b>50</b>	4,00	0,60	21,00	106,00	
	<b>Итого:</b>	<b>575</b>	<b>30,70</b>	<b>36,60</b>	<b>60,60</b>	<b>548,00</b>	
<b>Обед</b>	Пирожок с курагой	<b>75</b>	4,20	1,70	37,40	182,00	<b>406/473</b>
<b>c5-11кл</b>	Суп картофельный с пшеном и рыбой	<b>250</b>	4,30	3,98	20,57	135,50	<b>101/226</b>
	Котлета из птицы с соусом	<b>100</b>	10,13	11,00	11,60	186,00	<b>295/331</b>
	Рагу овощное с огурцом свежим	<b>180</b>	2,50	12,50	16,30	184,70	<b>143</b>
	Компот из кураги	<b>200</b>	1,00	0,00	34,00	140,20	<b>348</b>
	Хлеб пшеничный	<b>50</b>	4,00	0,60	21,00	106,00	
	Хлеб ржаной	<b>20</b>	1,30	0,20	8,00	39,00	
	<b>Итого:</b>	<b>875</b>	<b>27,43</b>	<b>29,98</b>	<b>148,87</b>	<b>973,40</b>	
	<b>Итого за день:</b>		<b>58,13</b>	<b>66,58</b>	<b>209,47</b>	<b>1521,40</b>	
<b>Среднее значение за период 10 дней: для детей 7-10 лет</b>							
			<b>43,14</b>	<b>44,25</b>	<b>185,16</b>	<b>1276,36</b>	
<b>Среднее значение за период 10 дней: для детей 12 лет и старше</b>							
			<b>54,46</b>	<b>53,92</b>	<b>241,21</b>	<b>1628,52</b>	

В питании ежедневно используется иодированная соль и проводится С - витаминизация III блюда.

Технолог:

Завтрак 1-4	<b>20,042</b>	<b>20,279</b>	<b>77,521</b>	<b>547,15</b>
Обед 1-4	<b>23,101</b>	<b>23,967</b>	<b>107,636</b>	<b>729,214</b>
Завтрак 5-11	<b>26,092</b>	<b>23,956</b>	<b>98,04</b>	<b>687,95</b>
Обед 5-11	<b>29,908</b>	<b>29,374</b>	<b>146,738</b>	<b>953,973</b>