



**Циклическое меню завтраков для учащихся 1-4 классов
на период 2025-2026 год**

1 вариант

	9640	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
Понедельник							
1 неделя							
Завтрак							
1	Гастрономическая закуска (сыр п/твердых сортов, масло сливочное, повидло)	54-13-2020	10	2.680	2.730	0.000	36.100
2	Каша молочная с фруктово-ягодным наполнителем, с маслом (жидкая)	548/2/1998г	230	7.911	6.582	46.145	275.143
3	Хлеб пшеничный	ТПП	60	4.560	0.540	29.820	135.600
4	Чай с лимоном, с сахаром	54/3гн/2020	200	0.263	0.000	7.265	31.828
	Итого за Завтрак:		500	15,414	9,852	83,23	478,671
	Итого за день:		500	15,414	9,852	83,23	478,671
Вторник							
1 неделя							
Завтрак							
1	Гастрономическая закуска (сыр п/твердых сортов, масло сливочное, повидло)	27/1998	10	0.080	7.250	0.130	66.100
2	Каша молочная с фруктово-ягодным наполнителем, с маслом (жидкая)	548/1998.	230	7.450	8.248	36.564	245.428
3	Хлеб пшеничный	ТПП	60	4.560	0.540	29.820	135.600
4	Чай с сахаром	54-2гн-2020	200	0.200	0.000	7.055	29.448
	Итого за Завтрак:		500	12,29	16,038	73,569	476,576
	Итого за день:		500	12,29	16,038	73,569	476,576
Среда							
1 неделя							
Завтрак							
1	Запеканка творожная	ТТК	130	24.021	8.659	19.405	255.767
2	Соус клубничный	1090/98.	20	0.038	0.000	8.349	34.048
3	Хлеб пшеничный	ТПП	35	2.660	0.315	17.395	79.100
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:		525	27,479	8,974	71,018	474,733
	Итого за день:		525	27,479	8,974	71,018	474,733
Четверг							
1 неделя							
Завтрак							
1	Гастрономическая закуска (сыр п/твердых сортов, масло сливочное, повидло)	ТПП	10	0.040	0.000	6.530	24.700
2	Каша молочная с фруктово-ягодным наполнителем, с маслом (жидкая)	548/1/1998г	230	7.958	7.475	43.512	273.940
3	Хлеб пшеничный	ТПП	60	4.560	0.540	29.820	135.600
4	Чай с сахаром/фруктово-ягодный с сахаром	54-13гн-2020	200	0.296	0.000	11.129	46.338
	Итого за Завтрак:		500	12,854	8,015	90,991	480,578
	Итого за день:		500	12,854	8,015	90,991	480,578
Пятница							
1 неделя							
Завтрак							
1	Овощная закуска	ТПП	10	0.310	0.020	0.710	4.100
2	Омлет натуральный	54-1о-2020	145	12.966	19.527	3.309	241.138
3	Хлеб пшеничный	ТПП	60	4.560	0.540	29.820	135.600
4	Чай с сахаром	54-2гн-2020	200	0.200	0.000	7.055	29.448
5	Фрукт свежий	ТПП	140	0.560	0.000	15.820	64.400
	Итого за Завтрак:		555	18,596	20,087	56,714	474,686
	Итого за день:		555	18,596	20,087	56,714	474,686
Суббота							
1 неделя							
Завтрак							
1	Гастрономическая закуска (сыр п/твердых сортов, масло сливочное, повидло)	ТПП	10	0.040	0.000	6.530	24.700
2	Каша молочная с фруктово-ягодным наполнителем, с маслом (жидкая)	548/1/1998г	230	7.958	7.475	43.512	273.940
3	Хлеб пшеничный	ТПП	60	4.560	0.540	29.820	135.600
4	Чай с сахаром/фруктово-ягодный с сахаром	54-13гн-2020	200	0.296	0.000	11.129	46.338

	Итого за Завтрак:		500	12,854	8,015	90,991	480,578
	Итого за день:		500	12,854	8,015	90,991	480,578
	Понедельник						
	2 неделя						
	Завтрак						
1	Гастрономическая закуска (сыр п/твердых сортов, масло сливочное, повидло)	ТПП	10	0.040	0.000	6.530	24.700
2	Каша молочная с фруктово-ягодным наполнителем, с маслом (жидкая)	548/2/1998г	230	6.480	6.447	38.262	237.805
3	Хлеб пшеничный	ТПП	50	3.800	0.450	24.850	113.000
4	Чай с лимоном, с сахаром	54/3гн/2020	200	0.263	0.000	7.265	31.828
5	Фрукт свежий	ТПП	140	0.560	0.000	15.820	64.400
	Итого за Завтрак:		630	11,143	6,897	92,727	471,733
	Итого за день:		630	11,143	6,897	92,727	471,733
	Вторник						
	2 неделя						
	Завтрак						
1	Гастрономическая закуска (сыр п/твердых сортов, масло сливочное, повидло)	27/1998	10	0.080	7.250	0.130	66.100
2	Каша молочная с фруктово-ягодным наполнителем, с маслом (жидкая)	548/1/1998г	230	7.958	7.475	43.512	273.940
3	Хлеб пшеничный	ТПП	60	4.560	0.540	29.820	135.600
4	Чай с сахаром	54-2гн-2020	200	0.200	0.000	7.055	29.448
	Итого за Завтрак:		500	12,798	15,265	80,517	505,088
	Итого за день:		500	12,798	15,265	80,517	505,088
	Среда						
	2 неделя						
	Завтрак						
1	Овощная закуска	ТПП	10	0.310	0.020	0.710	4.100
2	Омлет натуральный	275/2018	255	14.713	21.748	27.294	358.309
3	Хлеб пшеничный	ТПП	35	2.660	0.315	17.395	79.100
4	Чай с сахаром/фруктово-ягодный с сахаром	54-13гн-2020	200	0.296	0.000	11.405	47.298
	Итого за Завтрак:		500	17,979	22,083	56,804	488,807
	Итого за день:		500	17,979	22,083	56,804	488,807
	Четверг						
	2 неделя						
	Завтрак						
1	Запеканка творожная	ТТК	200	36.955	13.321	29.853	393.479
2	Соус клубничный	1090/98.	50	0.095	0.000	20.872	85.120
3	Хлеб пшеничный	ТПП	50	3.800	0.450	24.850	113.000
4	Чай с лимоном, с сахаром	54/3гн/2020	200	0.263	0.000	7.265	31.828
	Итого за Завтрак:		500	41,113	13,771	82,84	623,427
	Итого за день:		500	41,113	13,771	82,84	623,427
	Пятница						
	2 неделя						
	Завтрак						
1	Гастрономическая закуска (сыр п/твердых сортов, масло сливочное, повидло)	54-13-2020	15	4.020	4.095	0.000	54.150
2	Каша молочная с фруктово-ягодным наполнителем, с маслом (жидкая)	548/1998.	250	8.109	8.659	39.808	264.306
3	Хлеб пшеничный	ТПП	55	4.180	0.495	27.335	124.300
4	Чай с сахаром	54-2гн-2020	200	0.200	0.000	7.055	29.448
	Итого за Завтрак:		520	16,509	13,249	74,198	472,204
	Итого за день:		520	16,509	13,249	74,198	472,204
	Суббота						
	2 неделя						
	Завтрак						
1	Гастрономическая закуска (сыр п/твердых сортов, масло сливочное, повидло)	ТПП	10	0.040	0.000	6.530	24.700
2	Каша молочная с фруктово-ягодным наполнителем, с маслом (жидкая)	548/2/1998г	180	6.199	6.619	33.857	220.409
3	Хлеб пшеничный	ТПП	55	3.800	0.450	24.850	113.000
4	Чай с сахаром/фруктово-ягодный с сахаром	54/3гн/2020	200	0.263	0.000	7.265	31.828
5	Фрукт свежий	ТПП	140	0.560	0.000	15.820	64.400
	Итого за Завтрак:		585	11,143	6,897	92,727	471,733
	Итого за день:		585	11,143	6,897	92,727	471,733
	ИТОГО ЗА Завтрак:		6230	213,879	160,121	919,407	5901,75
	ИТОГО ЗА ПЕРИОД:		6230	213,879	160,121	919,407	5901,75
	СРЕДНЕЕ ЗА ПЕРИОД:		519.17	17,82	13,34	76.62	491.81
	СООТНОШЕНИЕ:			1	0,749	4,3	

**Циклическое меню обедов для учащихся 1-4 классов
на период 2025-2026 год**

	9642	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность
	Понедельник						
	1 неделя						
	Обед						
		9/2018.	60	0.180	4.800	0.823	47.047
1	Овощная закуска						
2	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне	307/3/1998.	200	4.870	5.000	18.780	136.716
3	Жаркое из курицы	820/3/1998.	240	13.343	18.775	28.198	328.619
4	Хлеб пшеничный	ТПП	60	4.560	0.540	29.820	135.600
5	Компот фруктово-ягодный	54-1хн-2020	200	0.000	0.000	14.970	59.850
	Итого за Обед:		760	22,953	29,115	92,591	707,832
	Итого за день:		760	22,953	29,115	92,591	707,832
	Вторник						
	1 неделя						
	Обед						
		198/1998	60	1.292	5.730	7.985	88.014
1	Овощная закуска	262/1998.	200	4.300	7.852	12.515	136.440
2	Борщ с капустой и картофелем на курином	ТТК	200	16.128	13.386	24.570	277.168
3	Каша гречневая с мясом по-купечески	ТПП	40	3.040	0.360	19.880	90.400
4	Хлеб пшеничный	1113/3/98	200	0.640	0.000	28.570	114.450
5	Компот из сухофруктов		700	25,4	27,328	93,52	706,472
	Итого за Обед:		700	25,4	27,328	93,52	706,472
	Итого за день:						
	Среда						
	1 неделя						
	Обед						
		54-13з	60	0.968	2.997	6.152	54.311
1	Овощная закуска	306/3/1998.	225	8.179	8.381	19.008	181.994
2	Суп гороховый на курином бульоне	640/3/1998.	90	10.814	8.745	4.771	140.684
3	Рыба тушеная в томате с овощами	946/2/1998.	150	3.226	2.882	26.059	137.304
4	Картофельное пюре	ТПП	60	4.560	0.540	29.820	135.600
5	Хлеб пшеничный	1113/3/98г.	200	0.000	0.000	14.970	59.850
6	Компот фруктово-ягодный		785	27,747	23,545	100,78	709,743
	Итого за Обед:		785	27,747	23,545	100,78	709,743
	Итого за день:						
	Четверг						
	1 неделя						
	Обед						
		334/2011.	60	0.880	1.752	5.039	38.919
1	Овощная закуска						
2	ПЦи из свежей капусты, с картофелем на курином бульоне	282/3/1998.	200	4.079	7.834	8.394	118.984
3	Фрикасе из курицы	599/2022	90	11.071	13.213	7.661	193.720
4	Макаронные изделия отварные	940/2/1998.	150	5.514	2.824	35.227	188.533
5	Хлеб пшеничный	ТПП	45	3.420	0.405	22.365	101.700
6	Компот фруктово-ягодный с сахаром	54-1хн-2020	200	0.000	0.000	14.970	59.850
	Итого за Обед:		745	24,964	26,028	93,656	701,706
	Итого за день:		745	24,964	26,028	93,656	701,706
	Пятница						
	1 неделя						
	Обед						
		147/2018.	60	0.088	3.003	0.286	28.455
1	Овощная закуска						
2	Суп картофельный с макаронными изделиями и фрикадельками	307/3/1998.	200	5.763	3.601	18.874	128.135
3	Рагу овощное с мясом птицы	887/3/1998.	200	12.758	16.779	24.863	296.077
4	Хлеб пшеничный	ТПП	60	4.560	0.540	29.820	135.600
5	Компот из сухофруктов	1113/3/98	200	0.640	0.000	28.570	114.450
	Итого за Обед:		720	23,809	23,923	102,413	702,717
	Итого за день:		720	23,809	23,923	102,413	702,717
	Суббота						
	1 неделя						
	Обед						
		56/2017	60	0.654	1.686	4.967	37.079
1	Овощная закуска	262/1998.	200	4.300	7.852	12.515	136.440
2	Борщ с капустой и картофелем на курином	ТТК	240	16.308	15.677	29.358	323.135
3	Каша гречневая с курицей по-купечески	ТПП	70	5.320	0.630	34.790	158.200
4	Хлеб пшеничный	1131/3/98.	200	0.129	0.040	23.548	96.620
5	Кисель фруктово-ягодный с сахаром		770	26,682	25,845	97,560	720,304
6	Итого за Обед:		770	26,682	25,845	97,560	720,304
7	Итого за день:						
	Понедельник						
	2 неделя						
	Обед						

1	Овощная закуска	198/1998	60	1.292	5.730	7.985	88.014
2	Борщ с капустой и картофелем на курином	262/1998.	200	4.300	7.852	12.515	136.440
3	Печень по-строгановски	748/3/1998.	90	10.844	12.462	6.448	181.456
4	Рис отварной	934/3/1998.	150	3.736	2.705	39.275	196.393
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:		730	22,581	29,059	104,681	766,723
	Итого за день:		730	22,581	29,059	104,681	766,723
	Вторник						
	2 неделя						
	Обед						
1	Овощная закуска	54-13з	60	1.139	3.270	5.537	55.187
2	Суп гороховый на курином бульоне	306/3/1998.	200	7.270	7.450	16.896	161.773
3	Рыба тушеная в томате с овощами	640/3/1998.	90	10.814	8.745	4.771	140.684
4	Картофельное пюре	946/2/1998.	150	3.226	2.882	26.059	137.304
5	Хлеб пшеничный	ТПП	40	3.040	0.360	19.880	90.400
6	Компот из сухофруктов	1113/3/98	200	0.640	0.000	28.570	114.450
	Итого за Обед:		740	26,129	22,707	101,713	699,798
	Итого за день:		740	26,129	22,707	101,713	699,798
	Среда						
	2 неделя						
	Обед						
1	Овощная закуска	130/3/1998.	60	0.964	3.005	6.124	54.914
2	Свекольник с фрикадельками	95/2018.	200	5.261	6.121	14.752	132.685
3	Паста сливочная с говядиной	406/2022	200	14.831	24.232	31.584	401.088
4	Хлеб пшеничный	ТПП	40	3.040	0.360	19.880	90.400
5	Компот фруктово-ягодный с сахаром	1113/3/98г.	200	0.000	0.000	14.970	59.850
	Итого за Обед:		700	24,096	33,718	87,31	738,937
	Итого за день:		700	24,096	33,718	87,31	738,937
	Четверг						
	2 неделя						
	Обед						
1	Овощная закуска	1070/3/1998.	60	1.055	6.030	6.585	84.371
2	Щи из свежей капусты, с картофелем на курином бульоне	282/3/1998.	200	4.079	7.834	8.394	118.984
3	Рагу овощное с мясом птицы	887/3/1998.	220	13.107	17.616	27.922	316.578
4	Хлеб пшеничный	ТПП	55	4.180	0.495	27.335	124.300
5	Компот фруктово-ягодный с сахаром	54-1хн-2020	200	0.000	0.000	14.970	59.850
	Итого за Обед:		735	22,421	31,975	85,206	704,083
	Итого за день:		735	22,421	31,975	85,206	704,083
	Пятница						
	2 неделя						
	Обед						
1	Овощная закуска	198/1998	60	1.292	5.730	7.985	88.014
2	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне	307/3/1998.	200	4.870	5.000	18.780	136.716
3	Фрикасе из курицы	599/2022	90	11.071	13.213	7.661	193.720
4	Картофельное пюре	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	1113/3/98	200	0.640	0.000	28.570	114.450
	Суббота						
	2 неделя						
	Обед						
1	Овощная закуска	54-13з	60	0.968	2.997	6.152	54.311
2	Суп картофельный с рисовой крупой	304/3/1998	200	4.270	4.936	16.100	122.996
3	Капуста тушеная с мясом	440/3/1998	240	15.867	21.274	23.859	342.665
4	Хлеб пшеничный	ТПП	55	4.180	0.495	27.335	124.300
5	Компот фруктово-ягодный с сахаром	1203/3/1998	200	0.000	0.000	14.970	59.850
	Итого за Обед:		755	25,285	29,702	88,416	704,122
	Итого за день:						
	Итого за Обед:		730	23,379	27,095	103,965	738,004
	Итого за день:		730	23,379	27,095	103,965	738,004
	ИТОГО ЗА ОБЕД:		8805	291,832	330,936	1151,946	8590,319
	ИТОГО ЗА ПЕРИОД:		8805	291,832	330,936	1151,946	8590,319
	СРЕДНЕЕ ЗА ПЕРИОД:		733.75	24,32	27,58	96	715,86
	СООТНОШЕНИЕ:			1	1,134	3,947	

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, объемно-планировочных решений пищеблока учреждения, наличия необходимого технологического оборудования и по согласованию с Заказчиком