



РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ  
АКЦИОНЕРНОЕ ОБЩЕСТВО  
«Фабрика школьного питания»



Согласовано  
Директор ГБОУ СОШ № 8 ОЦ  
г. Новокуйбышевск  
член - Е. В. Черкасова



«УТВЕРЖДАЮ»  
Директор АО «ФСП»  
ФСП  
О.С. Петрухина

Примерное циклическое меню  
завтраков учащихся с заболеванием (аллергия) 5-11 класс  
общеобразовательной школы  
г. о. Новокуйбышевск

2026год.

Согласовано:  
Председатель Совета родителей  
(законных представителей)  
обучающихся.  
Юлия А. В. Портнягина

## 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 1</b>							
Завтрак	Тефтели с соусом	100	7,46	12,28	11,09	184,00	279/331
c5-11кл	Макароны отварные с огурцом соленым	200	5,38	4,89	29,20	183,00	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>550</b>	<b>16,94</b>	<b>17,77</b>	<b>76,29</b>	<b>533,00</b>	
<b>Неделя 1 День 2</b>							
Завтрак	Булочка "бутербродная" с сыром	130	16,00	10,80	57,40	390,00	110*/15
c5-11кл	Каша вязкая молочная	220	6,70	13,30	38,50	300,00	173-175
	Кофеинный напиток с молоком	200	3,58	2,68	28,30	151,80	379
	<b>Итого:</b>	<b>550</b>	<b>26,28</b>	<b>26,78</b>	<b>124,20</b>	<b>841,80</b>	
<b>Неделя 1 День 3</b>							
Завтрак	Запеканка из творога	200	25,00	7,50	37,30	330,00	223
c5-11кл	Плоды свежие	150	0,60	0,00	18,90	78,00	338
	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00	376
	<b>Итого:</b>	<b>550</b>	<b>25,70</b>	<b>7,50</b>	<b>71,20</b>	<b>468,00</b>	
<b>Неделя 1 День 4</b>							
Завтрак							
c5-11кл	Птица тушенная в соусе	100	13,90	15,50	3,80	210,00	290/331
	Каша рассыпчатая гречневая с огурцом свежим	260	11,24	9,22	59,95	366,30	171/302/70
	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00	376
	Хлеб пшеничный	340	8,00	6,40	1,07	33,60	169,60
	<b>Итого:</b>	<b>640</b>	<b>31,64</b>	<b>25,79</b>	<b>112,35</b>	<b>805,90</b>	
<b>Неделя 1 День 5</b>							
Завтрак	Кнели из птицы с соусом	100	9,88	12,55	0,44	180,00	301/331
c5-11кл	Макароны отварные с огурцом соленым	200	5,38	4,89	29,20	183,00	202/309/71
	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>555</b>	<b>19,86</b>	<b>19,54</b>	<b>64,14</b>	<b>538,80</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>							
Завтрак	Котлета с соусом	100	7,10	9,20	10,90	185,00	268
c5-11кл	Макароны отварные с икрой кабачковой	180	8,52	11,04	13,08	204,00	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>552</b>	<b>19,82</b>	<b>20,84</b>	<b>60,98</b>	<b>560,00</b>	
<b>Неделя 2 День 2</b>							
Завтрак	Булочка Творожная	100	5,90	2,90	25,30	144,00	121*
c5-11кл	Каша вязкая молочная	230	9,78	15,30	77,53	326,00	173-175
	Какао с молоком	200	3,70	3,20	26,70	150,80	382
	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,27	8,40	42,40	
	<b>Итого:</b>	<b>550</b>	<b>20,98</b>	<b>21,67</b>	<b>137,93</b>	<b>663,20</b>	
<b>Неделя 2 День 3</b>							
Завтрак	Плов из птицы с огурцом свежим	300	25,90	30,20	38,90	508,00	291
c5-11кл	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>550</b>	<b>30,00</b>	<b>30,80</b>	<b>74,90</b>	<b>674,00</b>	
<b>Неделя 2 День 4</b>							
Завтрак	Птица тушенная в соусе	100	13,90	15,50	3,80	210,00	290/331
c5-11кл	Макароны отварные с огурцом соленым	200	5,38	4,89	29,20	183,00	202/309
	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>550</b>	<b>23,38</b>	<b>20,99</b>	<b>69,00</b>	<b>559,00</b>	
<b>Неделя 2 День 5</b>							
Завтрак	Плоды свежие	100	4,00	0,00	12,60	52,00	338
c5-11кл	Омлет натуральный	205	21,20	42,80	22,40	560,00	210
	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>555</b>	<b>29,30</b>	<b>43,40</b>	<b>71,00</b>	<b>778,00</b>	

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

Технолог: