



РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
АКЦИОНЕРНОЕ ОБЩЕСТВО
«Фабрика школьного питания»

Согласовано

Директор ГБОУ СОШ № 8 ОЦ

Черкасова - С. В. Черкасова



«УТВЕРЖДАЮ»
Директор АО «ФШП»

О.С. Петрухина



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

2026год.

Согласовано:

Председатель Совета родителей (законных представителей)
учащихся
София А. В. Дорманова

Меню приготовляемых блюд

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецентуры				
			Белки	Жиры	Углеводы						
Неделя 1 День 1											
Обед											
c5-11кл	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					
	Итого:	800	37,12	14,25	126,20	764,43					
	<i>Итого за день:</i>		<i>37,12</i>	<i>14,25</i>	<i>126,20</i>	<i>764,43</i>					
Неделя 1 День 2											
Обед											
c5-11кл	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					
	Итого:	800	20,66	22,84	108,37	745,30					
	<i>Итого за день:</i>		<i>20,66</i>	<i>22,84</i>	<i>108,37</i>	<i>745,30</i>					
Неделя 1 День 3											
Обед											
c5-11кл	Суп картофельный с рисом	250	2,00	2,76	20,90	116,30	101				
	Котлета из птицы с соусом	100	10,13	11,00	11,60	186,00	295/331				
	Горох отварной с огурцом соленым	180	13,44	7,56	44,01	241,00	197/70				
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,10	0,00	21,80	87,60	349				
	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,60	21,00	106,00					
	Хлеб ржаной	20	1,30	0,20	8,00	39,00					
	Итого:	800	30,97	22,12	127,31	775,90					
	<i>Итого за день:</i>		<i>30,97</i>	<i>22,12</i>	<i>127,31</i>	<i>775,90</i>					

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: 12 лет и старше

Возрастная категория: 12 лет и старше							
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 4		250	1,95	5,90	19,19	122,55	82
Обед	Борщ с капустой и картофелем	250	1,95	5,90	19,19	122,55	82
c5-11кл	Птица тушенная в соусе	100	13,90	15,50	3,80	210,00	290/331
	Рис припущеный 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	
	Итого:	810	26,63	27,47	133,79	874,40	
Неделя 1 День 5							
Обед	Салат из свежей капусты	100	1,40	4,60	10,30	88,00	45
c5-11кл	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	
	Итого:	890	24,87	31,51	128,48	923,25	
Неделя 2 День 1							
Обед	Суп картофельный с горохом	250	5,08	5,35	23,85	163,80	102
c5-11кл	Птица тушенная в соусе	100	13,90	15,50	3,80	210,00	290/331
	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	
	Итого:	800	32,38	34,37	145,21	1018,90	

Меню приготовляемых блюд

Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 День 2							
Обед	Салат из свеклы отварной	100	1,60	6,00	11,00	104,00	52
5-11кл	Суп из овощей	250	1,88	5,93	14,37	118,55	99
	Запеканка картофельная с мясом	180	27,69	36,00	19,00	360,00	284
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,10	0,00	21,80	87,60	349
	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,60	21,00	106,00	
	Хлеб ржаной	20	1,30	0,20	8,00	39,00	
	Итого:	800	36,57	48,73	95,17	815,15	
Неделя 2 День 3							
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,65	2,80	24,23	132,50	103
с5-11кл	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	
	Итого:	800	29,55	23,76	135,97	848,10	
Неделя 2 День 4							
Обед	Салат Витаминка	100	1,50	5,00	11,00	95,00	1*
с5-11кл	Борщ с капустой и картофелем	250	1,95	5,90	19,19	122,55	82
	Тефтели с соусом	100	7,46	12,28	11,09	184,00	279/331
	Макароны отварные	180	6,80	7,56	43,92	215,00	202/309
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,10	0,00	21,80	87,60	349
	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,40	12,60	63,60	
	Хлеб ржаной	20	1,30	0,20	8,00	39,00	
	Итого:	880	21,51	31,34	127,60	806,75	

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 2 День 5							
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,65	2,80	24,23	132,50	103
с5-11кл	Котлета из птицы с соусом	100	10,13	11,00	11,60	186,00	295/331
	Рагу овощное с огурцом свежим	180	2,50	12,50	16,30	184,70	143
	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	
	Итого:	800	21,58	27,10	115,13	788,40	