

«СОГЛАСОВАНО»

Директор МБОУ «Школа №18»

И.А. Бурдашова  
12.05.2025



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБУ «Дирекция по организации питания»



Е.В. Пороховой  
2025 г.

2-х недельное примерное циклическое меню трёхразового горячего питания учащихся начальных классов с 14 по 31 мая 2025 года в общеобразовательных учреждениях:

- Канавинского района школы № 41, 51, 52, 55, 75, 96, 109, 109Ф, 110, 121, 167, 168, 168Ф, 176, 181, гимназия №50
- Ленинского района школы № 60, 62, 72, 91, 94, 97, 100, 101, 106, 120, 123, 138, 160, 175, 177, 182(1к), 182(2к), 185Ф, гимназия №184, лицей №180
- Московского района школы № 21, 64, 64Ф, 66, 69, 70, 73, 74, 93, 115(1к), 115(2к), 118, 139, 146, 149, 172, 178, лицей №87, гимназия №67
- Сормовского района школы № 9, 26, 27, 76, 77, 78, 81, 84, 85, 117, 117Ф, 141, 183Ф, лицей №82
- Нижегородского района школы № 3, 7, 14, 19, 22, 30, 33, 35, 42, 102, 103, 113, лицеи №№ 8, 40, 40Ф, гимназии №№1, 1Ф, 13Ф
- Советского района школы № 18, 24, 29, 44, 46, 47, 49, 54, 122, 151, 173, 188, гимназии №№25, 53, лицей №28Ф
- Приокского района № 11, 32, 34, 45, 48, 88, 88Ф, 89, 132, 134, 135, 140, 152, 154, 174, гимназия №17
- Авгосаводского района №5, 6, 12, 15, 16, 20, 37, 43, 58, 59, 63, 105, 114, 119, 124, 125, 126, 127, 128, 129, 130, 133, 137, 144, 145, 161, 169, 170, 171, 179, 190, лицеи №№ 36, 165, гимназия №136

Организатор питания МБУ «Дирекция по организации питания»

№ рецептуры по Сборнику блюд 2015г.	Наименование блюда	Выход порции (г)	Пищевые вещества			Энергетиче ская ценность (ккал)	Микроэлементы (мг)					Витамины (мг)				
			белки	жиры	углеводы		Са	Mg	P	Fe	В <sub>1</sub>	С	А			
	<i>Первая неделя</i>															
	<i>Понедельник</i>															
	<b>Завтрак</b>															
14	Масло сливочное	10	0.1	7.3	0.1	66	2	0	3	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
ТТК 57	Пудинг "Лакомка" с вареньем	150/30	14.1	12.6	56.4	379	12	5	23	0.4	0.0	0.2	0.2	0.0	0.0	0.0
338	Фрукты свежие	110	0.4	0.4	10.8	49	18	10	12	2.4	0.0	11.0	0.0	0.0	0.0	0.0
376	Чай с сахаром	200	0.2	0.1	10.1	41	5	4	8	0.9	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0
	Батон витаминный с микроэлементами	36	2.9	0.7	20.6	101	14	0	0	0.7	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	<b>Всего:</b>		17.7	21.1	98.0	636	51	19	46	4.4	0.2	11.3	0.0	0.0	0.0	0.1
	<b>Обед</b>															
ТТК 370	Суп сырный с тренками, зеленью	250/15	6.1	6.3	22.8	173	120	16	91	1.0	0.2	10.1	0.0	0.0	0.0	0.0
265	Плов из говядины	200	11.6	11.7	37.1	300	9	41	176	1.5	0.1	0.7	0.0	0.0	0.0	0.0
71	Помидоры свежие (доп.гарнир)	20	0.2	0.0	0.8	4	3	4	5	0.2	0.0	5.0	0.0	0.0	0.0	0.0
342	Компот из яблок	200	0.2	0.2	13.9	58	7	4	4	0.9	0.0	4.1	0.0	0.0	0.0	0.0
	Хлеб пшеничный с микроэлементами/Батон витаминный с микроэлементами	25/26	3.9	0.8	25.7	126	28	0	0	1.5	0.2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	<b>Всего:</b>		22.0	19.1	100.2	661	167	65	276	5.1	0.5	19.9	0.0	0.0	0.0	0.0
	<b>Полдник</b>															
ТТК 376	Пирожок печёный слоёный с творогом	100	12.0	9.3	27.9	243	91	19	128	0.7	0.1	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0
700	Напиток клюквенный	200	0.1	0.1	15.9	65	4	4	3	0.2	0.0	3.8	0.0	0.0	0.0	0.0
	<b>Всего:</b>		12.1	9.4	43.8	308	95	23	131	0.9	0.1	3.8	0.0	0.0	0.0	0.0
	<b>Итого:</b>		51.8	49.6	242.0	1605	314	107	453	10.4	0.7	35.1	0.1	0.1	0.1	0.1
	<b>Вторник</b>															
	<b>Завтрак</b>															
14	Масло сливочное	10	0.1	7.3	0.1	66	2	0	3	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
15	Сыр порционно	20	4.6	5.8	0.0	71	200	11	120	0.2	0.0	0.1	0.0	0.1	0.1	0.1
182	Каша молочная рисовая жидкая с маслом	200/5	5.3	7.0	30.0	205	151	30	149	0.4	0.0	1.6	0.0	0.2	0.2	0.2
	Кисломолочный продукт "Биолакт"	100	2.8	3.2	8.0	75	0	0	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
377	Чай с лимоном	200/7	0.3	0.1	10.3	43	8	5	10	0.9	0.0	2.9	0.0	0.0	0.0	0.0
	Батон витаминный с микроэлементами	23	1.8	0.5	13.2	64	9	0	0	0.5	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	<b>Всего:</b>		14.9	23.9	61.6	524	370	46	282	2.0	0.1	4.6	0.0	0.0	0.0	0.3
	<b>Обед</b>															
119	Суп с горохом, мясом, тренками, зеленью	260/10	10.5	4.4	24.6	180	44	38	97	3.1	0.5	1.3	0.0	0.0	0.0	0.0
295	Котлета куриная	100	20.2	9.0	16.8	229	42	72	151	1.8	0.2	1.3	0.0	0.1	0.1	0.1
309	Рожки отварные	150	5.4	4.9	27.9	178	6	8	35	0.8	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
389	Сок фруктовый	200	0.2	0.1	10.1	41	5	4	8	0.9	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0









	<b>Всего:</b>			<b>10.0</b>	<b>11.2</b>	<b>66.3</b>	<b>436</b>	<b>89</b>	<b>43</b>	<b>104</b>	<b>3.8</b>	<b>0.1</b>	<b>12.0</b>	<b>0.0</b>
	<b>Итого:</b>			<b>58.7</b>	<b>81.3</b>	<b>278.9</b>	<b>1730</b>	<b>371</b>	<b>130</b>	<b>472</b>	<b>9.2</b>	<b>0.5</b>	<b>52.9</b>	<b>0.2</b>
		<b>Пятница</b>												
		<b>Завтрак</b>												
	ТТК 499	Котлета куриная	90	14.6	7.9	5.2	156	8	20	91	0.9	0.1	0.5	0.0
	304	Рис отварной	150	3.7	6.3	28.5	185	1	12	62	0.5	0.0	0.0	0.0
	71	Огурцы свежие (доп.гарнир)	60	0.5	0.0	1.5	8	14	8	25	0.4	0.0	6.0	0.0
	ТТК 243	Кисель плодово-ягодный витаминизированный (горячий напиток)	200	0.0	0.0	28.0	112	3	0	6	0.0	0.0	7.6	0.0
		Батон, обогащенный йодоказеином	29	2.0	0.7	14.5	70	0	0	0	0.0	0.0	0.0	0.0
		<b>Всего:</b>		<b>20.8</b>	<b>14.9</b>	<b>77.7</b>	<b>531</b>	<b>26</b>	<b>40</b>	<b>184</b>	<b>1.8</b>	<b>0.2</b>	<b>14.1</b>	<b>0.1</b>
		<b>Обед</b>												
	177/2004	Бульон с куриным филе, гречками, зеленью	30/15/250	12.7	1.0	15.9	124	13	28	44	0.9	0.1	0.8	0.0
	431/2004	Печень по-строгановски	100	13.7	10.5	7.5	179	18	16	233	4.9	0.2	8.2	0.0
	302	Каша гречневая рассыпчатая	150	8.5	7.3	36.6	246	15	133	201	4.5	0.2	0.0	0.0
	338	Фрукты свежие	110	0.4	0.4	10.8	49	18	10	12	2.4	0.0	11.0	0.0
	377	Чай с лимоном	200/15	0.3	0.1	10.5	44	11	6	11	0.9	0.0	6.1	0.0
		Хлеб пшеничный с микроэлементами/Батон, обогащенный йодоказеином	25/42	4.7	1.4	31.8	154	18	0	0	1.0	0.1	0.0	0.0
		<b>Всего:</b>		<b>40.3</b>	<b>20.7</b>	<b>113.1</b>	<b>796</b>	<b>93</b>	<b>193</b>	<b>501</b>	<b>14.6</b>	<b>0.6</b>	<b>26.1</b>	<b>0.0</b>
		<b>Подник</b>												
	421	Сдоба обыкновенная	50	4.1	3.3	29.9	165	8	6	37	0.5	0.1	0.0	0.0
		Молоко витаминизированное	200	6.0	6.4	9.4	120	240	28	180	0.2	0.3	17.0	0.2
		<b>Всего:</b>		<b>10.1</b>	<b>9.7</b>	<b>39.3</b>	<b>285</b>	<b>248</b>	<b>34</b>	<b>217</b>	<b>0.7</b>	<b>0.4</b>	<b>17.0</b>	<b>0.2</b>
		<b>Итого:</b>		<b>71.3</b>	<b>45.3</b>	<b>230.1</b>	<b>1611</b>	<b>367</b>	<b>267</b>	<b>902</b>	<b>17.1</b>	<b>1.2</b>	<b>57.2</b>	<b>0.3</b>
		Итого по меню:		603.1	549.2	2380.5	16526	4626	2006	6815	128.4	9.6	356.2	7.0
		<b>среднее за день</b>		<b>60.3</b>	<b>54.9</b>	<b>238.0</b>	<b>1653</b>	<b>463</b>	<b>201</b>	<b>682</b>	<b>12.8</b>	<b>1.0</b>	<b>35.6</b>	<b>0.7</b>

Начальник производственно-технологического отдела МБУ "Дирекция по организации питания" Н.В.Решетникова

пак 25	1.8	0.3	10.8	53	18	0	0	0	0.98	0.09
пак 20	1.4	0.2	8.6	42.4	14.4	0.0	0.0	0.0	0.8	0.1
пак30	2.2	0.4	13.0	63.6	21.6	0.0	0.0	0.0	1.2	0.1
пак 35	2.5	0.4	15.1	74.2	25.2	0.0	0.0	0.0	1.4	0.1
гат 25	2.0	0.5	14.3	70	10	0	0	0	0.5	0.1
39	3.1	0.8	22.3	109.2	15.6	0.0	0.0	0.0	0.8	0.1
25/39	4.9	1.1	33.1	162.2	33.6	0.0	0.0	0.0	1.8	0.2
23	1.8	0.5	13.2	64.4	9.2	0.0	0.0	0.0	0.5	0.1
30	2.4	0.6	17.2	84.0	12.0	0.0	0.0	0.0	0.6	0.1
гат 35	2.8	0.7	20.02	98	14	0	0	0	0.7	0.112
40	3.2	0.8	22.88	112	16	0	0	0	0.8	0.128
гат 50	4	1	28.6	140	20	0	0	0	1	0.16
25/35	4.6	1.0	30.8	151.0	32.0	0.0	0.0	0.0	1.7	0.2
25/40	5.0	1.1	33.7	165.0	34.0	0.0	0.0	0.0	1.8	0.2
25/30	4.2	0.9	28.0	137.0	30.0	0.0	0.0	0.0	1.6	0.2
25/23	3.6	0.8	24.0	117.4	27.2	0.0	0.0	0.0	1.4	0.2
нод 20	1.4	0.5	10.0	48	0	0	0	0	0.0	0.0
25	1.8	0.6	12.5	60.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
30	2.1	0.8	15.0	72.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
35	2.45	0.875	17.5	84	0	0	0	0	0	0
40	2.8	1	20	96	0	0	0	0	0	0
45	3.15	1.125	22.5	108	0	0	0	0	0	0
50	3.5	1.25	25	120	0	0	0	0	0	0
25/30	3.9	1.1	25.8	125.0	18.0	0.0	0.0	0.0	1.0	0.1
25/35	4.3	1.2	28.3	137.0	18.0	0.0	0.0	0.0	1.0	0.1
25/40	4.6	1.3	30.8	149.0	18.0	0.0	0.0	0.0	1.0	0.1
25/20	3.2	0.8	20.8	101.0	18.0	0.0	0.0	0.0	1.0	0.1
20/20	2.8	0.7	18.6	90.4	14.4	0.0	0.0	0.0	0.8	0.1
29 гат	2.32	0.58	16.588	81.2	11.6	0	0	0	0.58	0.0928
25/29										
25/50	5.8	1.3	39.4	193.0	38.0	0.0	0.0	0.0	2.0	0.3
30/40	5.4	1.2	35.8	175.6	37.6	0.0	0.0	0.0	2.0	0.2
нод 35/50	6.0	1.7	40.1	194.2	25.2	0.0	0.0	0.0	1.4	0.1
н25/20	3.2	0.8	20.8	101.0	18.0	0.0	0.0	0.0	1.0	0.1
н25/25	3.6	0.9	23.3	113.0	18.0	0.0	0.0	0.0	1.0	0.1
н25/30	3.9	1.1	25.8	125.0	18.0	0.0	0.0	0.0	1.0	0.1
н25/40	4.6	1.3	30.8	149.0	18.0	0.0	0.0	0.0	1.0	0.1
н45	3.15	1.125	22.5	108	0	0	0	0	0	0
25/45	5.0	1.4	33.3	161.0	18.0	0.0	0.0	0.0	1.0	0.1
20/20	2.8	0.7	18.6	90.4	14.4	0.0	0.0	0.0	0.8	0.1

0.0  
0.0  
0  
0.0  
0.0  
0.0  
0.0  
0.0  
0.0  
0.0  
0.0  
0.0  
0.0

0.0  
0.0  
0  
0.0  
0.0  
0.0  
0.0  
0.0  
0.0  
0.0  
0.0  
0.0  
0.0

0.0

0  
0.0  
0.0  
0.0  
0.0  
0.0  
0  
0  
0  
0  
0

0  
0.0  
0.0  
0.0  
0.0  
0.0  
0  
0  
0  
0  
0

0.0  
0.0  
0.0

0.0  
0.0  
0.000

0.0	0.000
-----	-------



0.0  
0.0  
0.0  
0.0  
0  
0  
0

0.0  
0.0  
0.0  
0.0  
0  
0  
0

0.0  
0.0  
0.0  
0.0

0.0  
0.0  
0.0  
0.0

0.0	0.000
-----	-------

0.0  
0.0  
0.0

0.0  
0.0  
0.0

0.00	0.000
------	-------