

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ школа № 17


« 13 » марта 2025г.

СОГЛАСОВАНО

Индивидуальный предприниматель
Гапоненко О.И.

« 13 » марта 2025 г.

Примерное циклическое двухнедельное меню для обучающихся в общеобразовательных учреждениях (горячих завтраков и обедов) категории детей с 7 до 11 лет на зимне-весенний период 2025г. (2 смена)

обучающихся осваивающих программы общего образования, а так же детей-сирот, детей оставшихся без попечения родителей, детей с ограниченными возможностями здоровья, детей-инвалидов, а также детей из семей имеющих среднедушевой доход ниже величины прожиточного минимума установленного в городе Феодосии).

2025г.

Неделя №1

1 день Понедельник

№ РЕЦ.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции и	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества					
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг
Обед																	
70/71	ОВОЩИ СВЕЖИЕ ИЛИ КОНСЕРВ. (ПО СЕЗОНУ)	60	0,66	0,12	2,28	13,20	0,04	10,50	0,00	0,06	0,02	8,40	12,00	79,80	0,54	174,00	2,40
82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТ.	200/10	4,52	6,20	13,24	108,72	0,00	10,00	0,16	0,24	0,00	37,92	18,72	39,28	0,96	272,88	5,12
285/291	ПЛОВ (МЯСО ИЛИ КУРА)	175	15,19	18,52	35,75	400,00	0,11	6,88	22,24	0,11	0,15	52,96	61,76	200,37	2,25	325,40	9,02
492	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ЯГОД ЗАМОРОЖЕННЫХ	200	0,32	0,00	30,25	160,00	0,02	2,40	0,00	0,00	0,02	22,46	7,26	18,50	0,20	149,64	0,00
ПР	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,12	0,22	8,44	45,98	0,02	0,00	0,00	0,46	0,00	4,60	5,00	21,20	0,62	18,40	1,14
ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,16	0,32	17,40	93,52	0,04	0,00	0,00	0,54	0,00	9,20	13,20	34,80	0,44	49,06	0,00
	Итого за обед:	705	24,97	25,38	107,36	821,42	0,23	29,78	22,40	1,41	0,19	135,54	117,94	393,95	4,05	989,38	17,68
	Итого за день:	705	24,97	25,38	107,36	821,42	0,23	29,78	22,40	1,41	0,19	135,54	117,94	393,95	4,05	989,38	17,68

Неделя №1

2 день Вторник

№ РЕЦ.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порци и	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества					
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг
Обед																	
70/71	ОВОЩИ СВЕЖИЕ ИЛИ КОНСЕРВ. (ПО СЕЗОНУ)	60	0,66	0,12	2,28	13,20	0,04	10,50	0,00	0,06	0,02	8,40	12,00	79,80	0,54	174,00	2,40
102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	3,56	3,60	20,04	111,20	0,24	3,68	0,16	1,68	0,00	28,56	26,00	62,24	1,60	375,20	1,72
297/331	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР. В ТОМАТНО-СМЕТАННОМ СОУСЕ	90/30	8,96	15,90	9,30	173,40	0,00	0,50	0,10	0,10	0,10	32,30	13,50	109,70	0,90	154,80	5,20
303	КАША ПШЕНИЧНАЯ "АРТЕК"	150	6,32	4,50	28,85	168,40	0,12	0,00	0,00	0,30	0,50	24,05	34,22	158,97	2,69	132,72	0,00
388	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,51	0,21	15,57	101,60	0,01	100,00	0,00	0,00	0,06	21,34	3,44	3,44	0,63	10,34	0,00
ПР	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,12	0,22	8,44	45,98	0,02	0,00	0,00	0,46	0,00	4,60	5,00	21,20	0,62	18,40	1,14
ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,16	0,32	17,40	93,52	0,04	0,00	0,00	0,54	0,00	9,20	13,20	34,80	0,44	49,06	0,00
	Итого за обед:	790	24,29	24,87	101,88	707,30	0,47	114,68	0,26	3,14	0,68	128,45	107,36	470,15	7,42	914,52	10,46
	Итого за день:	790	24,29	24,87	101,88	707,30	0,47	114,68	0,26	3,14	0,68	128,50	107,40	470,20	7,40	914,52	10,50

Неделя №1

3 день Среда

Неделя №1			3 день Среда														
№ РЕЦ.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порци и	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества					
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг
Обед																	
70/71	ОВОЩИ СВЕЖИЕ ИЛИ КОНСЕРВ. (ПО СЕЗОНУ)	60	0,66	0,12	2,28	13,20	0,04	10,50	0,00	0,06	0,02	8,40	12,00	79,80	0,54	174,00	2,40
112	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	2,10	7,10	16,60	87,20	0,10	4,90	0,00	1,50	0,00	23,10	19,40	46,20	0,80	288,50	0,00
213	ОМЛЕТ С КАРТОФЕЛЕМ ЖАРЕНЫМ	180/5	15,90	19,00	35,00	420,00	0,16	5,63	0,23	6,30	0,43	89,50	30,80	224,00	2,81	663,00	9,02
349	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,16	0,08	32,20	132,80	0,02	0,72	0,02	0,00	0,00	32,48	17,46	32,44	0,70	229,80	0,00
ПР	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,12	0,22	8,44	45,98	0,02	0,00	0,00	0,46	0,00	4,60	5,00	21,20	0,62	18,40	1,14
ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,16	0,32	17,40	93,52	0,04	0,00	0,00	0,54	0,00	9,20	13,20	34,80	0,44	49,06	0,00
	Итого за обед:	705	23,10	26,84	111,92	792,70	0,38	21,75	0,25	8,86	0,45	167,3	97,86	438,4	5,91	1422,76	12,6
	Итого за день:	705	23,10	26,84	111,92	792,70	0,38	21,75	0,25	8,86	0,45	167,28	97,86	438,40	5,91	1422,76	12,60

Неделя №1

4 день Четверг

Неделя №1			4 день Четверг														
№ РЕЦ.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порци и	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества					
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг
Обед																	
70/71	ОВОЩИ СВЕЖИЕ ИЛИ КОНСЕРВ. (ПО СЕЗОНУ)	60	0,66	0,12	2,28	13,20	0,04	10,50	0,00	0,06	0,02	8,40	12,00	79,80	0,54	174,00	2,40
99	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	200	1,27	5,20	20,46	76,20	0,05	8,30	0,00	0,24	0,03	27,68	16,6	39,42	0,62	307,2	0,00
239/331	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ С ТОМАТНО-СМЕТАННЫМ СОУСОМ	90/30	14,60	15,60	12,30	170,40	0,00	0,50	0,10	0,10	0,10	32,30	13,50	109,70	0,90	154,80	5,20
305	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	150	4,64	4,30	27,60	197,15	0,02	0,00	0,00	0,40	0,01	2,41	19,02	60,66	0,51	40,28	1,40
342	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,10	0,10	17,90	115,00	0,00	1,00	0,00	0,20	0,00	4,00	1,80	2,50	0,50	71,70	0,50
ПР	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,12	0,22	8,44	45,98	0,02	0,00	0,00	0,46	0,00	4,60	5,00	21,20	0,62	18,40	1,14
ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,16	0,32	17,40	93,52	0,04	0,00	0,00	0,54	0,00	9,20	13,20	34,80	0,44	49,06	0,00
	Итого за обед:	790	25,55	25,86	106,38	711,45	0,17	20,30	0,10	2,00	0,13	88,79	64,52	308,66	3,51	508,24	10,64
	Итого за день:	790	25,55	25,86	106,38	711,45	0,17	20,30	0,10	2,00	0,13	88,79	64,52	308,66	3,51	508,24	10,64

Неделя №1

5 день Пятница

Неделя №1			5 день Пятница														
№ РЕЦ.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порци и	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества					
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг
Обед																	
70/71	ОВОЩИ СВЕЖИЕ ИЛИ КОНСЕРВ. (ПО СЕЗОНУ)	80	0,66	0,12	2,28	13,20	0,04	10,50	0,00	0,06	0,02	8,40	12,00	79,80	0,54	174,00	2,40
83	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ (СВЕКОЛЬНИК) СО СМЕТ.	200/10	1,62	6,12	18,75	93,60	0,05	7,34	0,00	0,06	0,04	33,58	23,88	52,64	1,10	396,54	1,68
204	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	175	17,36	17,51	38,12	330,80	0,07	0,19	89,20	2,99	1,00	235,01	17,55	160,72	0,94	53,53	0,70
342	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,16	0,08	32,20	132,80	0,02	0,72	0,02	0,00	0,00	32,48	17,46	32,44	0,70	229,80	0,00
ПР	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,12	0,22	8,44	45,98	0,02	0,00	0,00	0,46	0,00	4,60	5,00	21,20	0,62	18,40	1,14
ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,16	0,32	17,40	93,52	0,04	0,00	0,00	0,54	0,00	9,20	13,20	34,80	0,44	49,06	0,00
	Итого за обед:	705	24,08	24,37	117,19	709,90	0,24	18,75	89,22	4,11	1,06	323,27	89,07	381,60	4,34	921,33	5,92
	Итого за день:	705	24,08	24,37	117,19	709,90	0,24	18,75	89,22	4,11	1,06	323,27	89,70	381,60	4,34	921,33	5,92

Неделя №2

6 день Понедельник

Неделя №2			6 день Понедельник														
№ РЕЦ.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порци и	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества					
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг
Обед																	
70/71	ОВОЩИ СВЕЖИЕ ИЛИ КОНСЕРВ. (ПО СЕЗОНУ)	60	0,66	0,12	2,28	13,20	0,04	10,50	0,00	0,06	0,02	8,40	12,00	79,80	0,54	174,00	2,40
82	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТ.	200/10	4,52	6,20	13,24	108,72	0,00	10,00	0,16	0,24	0,00	37,92	18,72	39,28	0,96	272,88	5,12
268	КОТЛЕТЫ,БИТОЧКИ,ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ(МЯСНЫЕ)	90	9,31	14,30	9,89	147,00	0,04	0,19	0,02	2,00	0,09	32,10	33,20	112,00	2,25	325,40	9,00
309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	6,52	2,78	26,45	219,20	0,06	0,00	0,00	1,20	0,03	4,86	21,12	37,17	1,63	122,00	0,80
492	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ЯГОД ЗАМОРОЖЕННЫХ	200	0,32	0,00	30,25	160,00	0,02	2,40	0,00	0,00	0,02	22,46	7,26	18,50	0,20	149,64	0,00
ПР	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,12	0,22	8,44	45,98	0,02	0,00	0,00	0,46	0,00	4,60	5,00	21,20	0,62	18,40	1,10
ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,16	0,32	17,40	93,52	0,04	0,00	0,00	0,54	0,00	9,20	13,20	34,80	0,44	49,06	0,00
	Итого за обед:	770	25,61	23,94	107,95	787,62	0,22	23,09	0,18	4,50	0,16	119,54	110,50	342,75	5,68	1111,38	18,40
	Итого за день:	770	25,61	23,94	107,95	787,62	0,22	23,09	0,18	4,50	0,16	119,54	110,50	342,80	5,70	1111,38	18,40

Неделя №2

7 день Вторник

Неделя №2		7 день Вторник																
№ РЕЦ.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порци и	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества						
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	
Обед																		
70/71	ОВОЩИ СВЕЖИЕ ИЛИ КОНСЕРВ. (ПО СЕЗОНУ)	60	0,66	0,12	2,28	13,20	0,04	10,50	0,00	0,06	0,02	8,40	12,00	79,80	0,54	174,00	2,40	
96	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТ.	200/10	3,62	6,80	16,58	110,80	0,08	6,70	0,00	0,30	0,04	23,32	19,34	45,38	0,74	381,24	6,10	
297/331	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР В ТОМАТНО-СМЕТАННОМ СОУСЕ	90/30	8,96	11,90	15,30	185,40	0,00	0,50	0,10	0,10	0,10	32,30	13,50	109,70	0,90	154,80	5,20	
303	КАША ПШЕНИЧНАЯ "АРТЕК"	150	6,32	4,50	28,85	158,40	0,12	0,00	0,00	0,30	0,50	24,06	34,22	158,97	2,69	132,72	0,00	
388	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,51	0,21	15,57	101,60	0,01	100,00	0,00	0,00	0,06	21,34	3,44	3,44	0,63	10,34	0,00	
ПР	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,12	0,22	8,44	45,98	0,02	0,00	0,00	0,46	0,00	4,60	5,00	21,20	0,62	18,40	1,14	
ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,16	0,32	17,40	93,52	0,04	0,00	0,00	0,54	0,00	9,20	13,20	34,80	0,44	49,06	0,00	
	Итого за обед:	800	24,35	24,07	104,42	708,90	0,31	117,70	0,10	1,76	0,72	123,21	100,70	453,29	6,56	920,56	14,84	
	Итого за день:	800	24,35	24,07	104,42	708,90	0,31	117,70	0,10	1,76	0,72	123,21	100,70	453,29	6,56	920,56	14,84	

Неделя №2

8 день Среда

Неделя №2			8 день Среда														
№ РЕЦ.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества					
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг
Обед																	
70/71	ОВОЩИ СВЕЖИЕ ИЛИ КОНСЕРВ. (ПО СЕЗОНУ)	60	0,66	0,12	2,28	13,20	0,04	10,50	0,00	0,06	0,02	8,40	12,00	79,80	0,54	174,00	2,40
102	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	3,56	3,60	20,04	111,20	0,24	3,68	0,16	1,68	0,00	28,56	26,00	62,24	1,60	375,20	1,72
223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ	150/30	19,10	19,91	34,51	320,00	0,10	0,89	123,88	1,51	0,56	372,70	50,61	410,05	1,22	372,47	3,60
342	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,16	0,08	32,20	132,60	0,02	0,72	0,02	0,00	0,00	32,48	17,46	32,44	0,70	229,80	0,00
ПР	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,12	0,22	8,44	45,98	0,02	0,00	0,00	0,46	0,00	4,60	5,00	21,20	0,62	18,40	1,14
ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,16	0,32	17,40	93,52	0,04	0,00	0,00	0,54	0,00	9,20	13,20	34,80	0,44	49,06	0,00
Итого за обед:		700	27,76	24,25	114,87	716,70	0,46	15,79	124,06	4,25	0,58	455,94	124,27	640,53	5,12	1218,93	8,86
Итого за день		700	27,76	24,25	114,87	716,70	0,46	15,79	124,06	4,25	0,58	455,94	124,27	640,53	5,12	1218,93	8,86

Неделя №2

9 день Четверг

Неделя №2			9 день Четверг														
№ РЕЦ.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порци и	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества					
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг
Обед																	
70/71	ОВОЩИ СВЕЖИЕ ИЛИ КОНСЕРВ. (ПО СЕЗОНУ)	60	0,66	0,12	2,28	13,20	0,04	10,50	0,00	0,06	0,02	8,40	12,00	79,80	0,54	174,00	2,40
104	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/15	9,76	11,32	16,31	96,80	0,01	8,86	0,00	1,16	0,05	23,76	23,74	46,18	0,80	497,90	0,00
395	ВАРЕНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	155/10	9,44	13,86	40,77	365,29	0,10	0,10	0,10	0,55	0,07	33,58	0,00	0,00	ф мся	0,00	0,00
492	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ЯГОД ЗАМОРОЖЕННЫХ	200	0,32	0,00	30,25	160,00	0,02	2,40	0,00	0,00	0,02	22,46	7,26	18,50	0,20	149,64	0,00
ПР	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,12	0,22	8,44	45,98	0,02	0,00	0,00	0,46	0,00	4,60	5,00	21,20	0,62	18,40	1,14
ПР	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,16	0,32	17,40	93,52	0,04	0,00	0,00	0,54	0,00	9,20	13,20	34,80	0,44	49,06	0,00
	Итого за обед:	700	24,5	25,8	115,5	774,8	0,2	21,9	0,1	2,8	0,2	102,0	61,2	200,5	2,6	1174,4	3,5
	Итого за день :	700	24,5	25,8	115,5	774,8	0,2	21,9	0,1	2,8	0,2	102,0	61,2	200,5	2,6	1 174,4	3,5

