

УТВЕРЖДАЮ

И.о. директора МБОУ школа № 17



Гармашева А.В.
В. е. 17 2026г.

СОГЛАСОВАНО



Индивидуальный предприниматель
Гармашева А.В.

2026 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 2026г. (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).

2026г.

Неделя №1

1 день Понедельник

Неделя №1																	
№ 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 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	200/10	4,5	5,2	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
ТТК	МАКАРОНЫ ПОД СОУСОМ "АЛЬФРЕДО" С КУРИЦЕЙ	180	15,16	18,21	35,12	350,80	1,10	0,20	90,50	3,99	1,00	235,01	17,55	160,72	0,94	53,53	0,70
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:	710	24,78	25,15	108,68	745,02	1,22	21,42	90,68	5,29	1,02	327,61	83,93	368,24	3,24	797,67	9,36
	Итого за день:	710	24,78	25,15	108,68	745,02	1,22	21,42	90,68	5,29	1,02	327,61	83,93	368,24	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 ПО СЕЗОНУ	60	0,66	0,12	2,28	13,2	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	200	1,62	6,80	14,58	104,80	0,08	6,70	0,00	0,30	0,04	23,32	19,34	45,38	0,74	381,24	6,10
265/291	ПЛОВ (МЯСО ИЛИ КУРА)	180	15,03	16,98	40,42	335,40	0,11	6,88	22,24	0,11	0,15	52,96	61,76	200,37	2,25	325,40	9,02
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:	700	21,69	24,54	101,02	707,90	0,29	25,08	22,24	1,67	0,21	102,48	113,10	384,05	5,09	1019,80	19,16
	Итого за день:	700	21,69	24,54	101,02	707,90	0,29	25,08	22,24	1,67	0,21	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 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 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	
89	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	200	1,3	5,2	20,5	76,20	0,05	8,3	0,0	0,2	0,03	27,9	16,6	39,42	0,62	307,2	0,0	
223	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ (СОУС ФРУКТОВО-ЯГОДНЫЙ)	150/30	16,60	17,91	35,51	325,00	0,10	0,89	123,88	1,51	0,56	372,70	50,61	410,05	1,22	372,47	3,60	
492	КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕЗАМ. ПЛОДОВ	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	23,13	23,77	114,34	713,90	0,27	22,09	123,88	2,81	0,60	445,2	88,07	564,4	3,02	763,57	7,1	
	Итого за день:	700	23,13	23,77	114,34	713,90	0,27	22,09	123,88	2,81	0,60	445,24	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 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
109	СУП-ХАРЧО	200	9,6	9,3	11,50	80,56	0,01	1,18	0,00	0,24	0,01	17,10	4,14	9,82	0,22	54,72	5,12
395	ВАРЕНИКИ С КАРТОФЕЛЕМ С М/СЛИВ.	180	9,44	13,86	45,77	373,29	0,10	0,10	0,10	0,55	0,07	33,58	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
388	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,51	0,21	15,57	101,60	0,01	100	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	45,96	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	24,45	24,05	100,96	708,15	0,22	111,78	0,10	1,85	0,16	94,22	37,78	149,06	2,45	306,52	8,66
	Итого за день:	700	24,45	24,05	100,96	708,15	0,22	111,78	0,10	1,85	0,16	94,22	64,52	308,66	3,51	508,24	10,64

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 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	4,56	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	
357/330	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ ПО - КУНЦЕВСКИ СО СМЕТ.СОУСОМ	90/30	10,28	15,45	8,25	218,36	0,21	77,94	6484,90	1,50	1,60	19,65	15,08	223,38	11,47	248,55	4,20	
302	КАША РАССЫПЧАТАЯ "АРТЕК"	150	6,32	4,50	28,85	158,40	0,12	0,00	0,00	0,30	0,50	24,05	34,22	158,97	2,69	132,72	0,00	
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	26,20	24,31	103,16	755,68	0,67	93,12	6485,06	4,74	2,12	98,46	107,30	582,89	17,86	1069,64	9,96	
	Итого за день:	790	26,20	24,31	103,16	755,66	0,67	93,12	6485,06	4,74	2,12	98,46	89,70	381,60	4,34	921,33	5,92	

Неделя №2

6 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	Р, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг
Обед																	
70/71	ОВОЩИ 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	200/10	4,5	6,2	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
204	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	180	14,36	17,51	45,12	330,80	0,07	0,19	89,20	2,99	1,00	235,01	17,55	160,72	0,94	53,53	0,70
492	КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕЗАМОРОЖ. ПЛОДОВ	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:	710	24,14	24,37	116,73	752,22	0,19	23,09	89,36	4,29	1,04	317,59	73,73	354,30	2,74	717,51	9,36
	Итого за день:	710	24,14	24,37	116,73	752,22	0,19	23,09	89,36	4,29	1,04	317,59	110,50	342,80	5,70	1111,38	18,50

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 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	4,56	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	
239/331	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ С ТОМАТ.- СМЕТАН. СОУСОМ	90/30	9,60	15,60	12,30	143,40	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	3,64	4,30	25,60	197,15	0,02	0,00	0,00	0,40	0,01	2,41	19,02	60,66	0,51	40,28	1,40	
368	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	23,25	24,37	101,63	706,05	0,37	114,68	0,26	3,24	0,19	106,81	92,16	371,84	5,24	822,08	11,86	
	Итого за день:	790	23,25	24,37	101,63	706,05	0,37	114,68	0,26	3,24	0,19	106,81	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 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 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	
88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ ИЛИ КВАШЕН. КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200/10	2,42	6,96	9,32	71,80	0,04	12,62	0,00	0,60	0,04	39,40	17,70	39,20	0,66	306,60	3,00	
ТТК	ГРЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ	180	18,04	17,60	30,90	349,00	0,70	0,26	0,70	7,00	0,09	45,10	39,20	112,00	2,25	325,40	9,02	
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:		710	25,56	25,30	100,54	706,30	0,86	24,10	0,72	8,66	0,15	139,18	104,56	319,44	5,21	1103,26	15,56	
Итого за день		710	25,56	25,30	100,54	706,30	0,86	24,10	0,72	8,66	0,15	139,18	124,27	640,53	5,12	1218,93	8,86	

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 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	200/20	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
401		ОЛАДЬИ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ ИЛИ ДЖЕМОМ	180/25	9,64	12,73	38,67	385,00	0,09	0,07	18,51	0,27	0,22	62,09	19,20	80,87	0,84	115,88	4,60
492		КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕЗАМОРОЖ. ПЛОДОВ	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:	745	24,7	24,7	113,4	794,5	0,2	21,8	18,5	2,5	0,3	130,5	80,4	281,4	3,4	1174,4	8,1
		Итого за день :	745	24,7	24,7	113,4	794,5	0,2	21,8	18,5	2,5	0,3	130,5	61,2	200,5	2,6	1 174,4	3,5

ПРИМЕЧАНИЕ

Допускается замена одного вида пищевой продукции, блюд и кулинарных изделий на иные виды пищевой продукции, блюд и кулинарных изделий в соответствии с таблицей замены пищевой продукции с учетом ее пищевой ценности (приложение № 11 к СанПиН

Овощи урожая прошлого года, в период после первого марта допускается использовать только после термической обработки.