

СОГЛАСОВАНО:

И.о.директор Муниципального бюджетного
общеобразовательного учреждения
«Средняя общеобразовательная школа №6»
города Канаш Чувашской Республики



(фамилия, инициалы)
1 сентября 2026 года

(подпись)

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО «Комбинат
школьного питания» МО
г.Канаш Чувашской Республики


Омарова З.А.
(фамилия, инициалы)
1 сентября 2026 года


(подпись)

**Примерное двухнедельное цикличное меню для обучающихся
общеобразовательных учреждений города Канаш
Возраст с 7 до 11 лет**

ООО «Комбинат школьного питания» МО город Канаш ЧР

Меню составлено и соответствует рецептурам блюд из Сборника:

«Сборник рецептур блюд на продукцию для обучающихся во всех общеобразовательных учреждениях»
Тутельян В.А. Никитюк Д.Б. изд. 2017 года

«Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий ОП при общеобразовательных школах» изд. 2004 года

Третьи блюда витаминизированы витамином С.

Для приготовления блюд использована йодированная соль.

ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ

ДЕНЬ : ПЕРВЫЙ

ВОЗРАСТНАЯ

КАТЕГОРИЯ: С 7-11 ЛЕТ

СЕЗОН: осенне-зимний

г.Канаш Чувашская республика

ООО"Комбинат школьного питания"

2026г

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещ-ва, гр.			Энер.ц. ккал	Витамины(мг)				Минеральные вещества(мг)			
			белки	жиры	угле-ы		А	В	С	Е	Ca	Mg	P	Fe
	ЗАВТРАК													
№120 2017 Г	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	4,37	3,79	14,36	120	26,4	0,07	0,66	0,3	130,4	21,34	109,5	0,52
№14 2017 Г	МАСЛО ПОРЦИЕЙ	5	0,04	3,62	0,06	33	20	0	0	0,05	1,2	0	1,5	0,01
№15 2017 Г	СЫР ПОРЦИЕЙ	10	2,32	2,95	0	36	26	0	0,07	0,05	88	3,5	50	0,1
№376 2017 Г	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,07	0,02	15	60	0	0	0,03	0	11,1	1,4	2,8	0,28
№428 2017 Г	БУЛОЧКА ШКОЛЬНАЯ	30	2,5	0,96	13,46	72,5	0	0,04	0	0,66	6,75	9,7	23,05	0,44
	ХЛЕБ РЖАНО -ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,24	0,44	19,76	91,96	0	0,04	0	0,36	9,2	10	42,4	1,24
	итога:	500	11,54	11,78	62,64	413,46	72,4	0,15	0,76	1,42	247	45,9	229,3	2,59
	ЗАВТРАК													
№59 2017 Г	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	60	0,63	0,1	5,11	23,94	0	0,03	2,62	0,2	14,39	18,23	26,71	0,63
№260 2017 Г	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	100(50/50)	10,64	28,19	2,89	309	0	0,28	0,92	2,6	20	22,39	128,62	2,21
№171 2017 Г	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8,29	8,95	37,36	262,5	37,5	0,197	0	0,46	24,74	131,7	197,2	4,43
№699 2004 г	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1	0	24,2	93	0	0	5,66	0,01	14,2	2,4	4,4	0,16
№428 2017 Г	БУЛОЧКА ШКОЛЬНАЯ	30	2,5	0,96	13,46	72,5	0	0,04	0	0,66	6,75	9,7	23,05	0,44
	ХЛЕБ РЖАНО -ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,24	0,44	19,76	91,96	0	0,04	0	0,36	9,2	10	42,4	1,24
	итога:	580	24,4	38,64	102,78	852,9	37,5	0,587	9,2	4,29	89,3	194	422,4	9,11
	ОБЕД													
№59 2017 Г	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	60	0,63	0,1	5,11	23,94	0	0,03	2,62	0,2	14,39	18,23	26,71	0,63
№82 2017 Г	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	1,44	3,93	8,74	83	0	0,04	8,54	1,92	39,78	20,9	43,68	0,98
№260 2017 Г	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	100(50/50)	10,64	28,19	2,89	309	0	0,28	0,92	2,6	20	22,39	128,62	2,21
№171 2017 Г	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8,29	8,95	37,36	262,5	37,5	0,197	0	0,46	24,74	131,7	197,2	4,43
№699 2004 г	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1	0	24,2	93	0	0	5,66	0,01	14,2	2,4	4,4	0,16
№428 2017 Г	БУЛОЧКА ШКОЛЬНАЯ	30	2,5	0,96	13,46	72,5	0	0,04	0	0,66	6,75	9,7	23,05	0,44
	ХЛЕБ РЖАНО -ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,24	0,44	19,76	91,96	0	0,04	0	0,36	9,2	10	42,4	1,24
	итога:	780	25,84	42,57	111,52	935,9	37,5	0,627	17,74	6,21	129	215	466,1	10,09

ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
 ДЕНЬ : ВТОРОЙ
 ВОЗРАСТНАЯ
 КАТЕГОРИЯ: С 7-11 ЛЕТ
 СЕЗОН: осенне-зимний

г. Канаш Чувашская республика

ООО "Комбинат школьного питания" 2026г

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещ-ва, гр			Энер.ц. ккал	Витамины(мг)				Минеральные вещества(мг)			
			белки	жиры	угле-ы		A	B	C	E	Ca	Mg	P	Fe
	ЗАВТРАК													
№183 2017 Г	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ	200	9,09	12,99	35,18	295	65,2	0,21	1,64	0,39	183,6	99,23	245,75	2,87
№14 2017 Г	МАСЛО ПОРЦИЕЙ	5	0,04	3,62	0,06	33	20	0	0	0,05	1,2	0	1,5	0,01
№209 2017 Г	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	5,08	4,6	0,28	63	100	0,03	0	0,24	22	4,8	76,8	1
№376 2017 Г	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,07	0,02	15	60	0	0	0,03	0	11,1	1,4	2,8	0,28
№421 2017 Г	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,88	2,36	23,55	131	13	0,07	0	0,69	11	14,5	37	0,69
	ИТОГО:	510	18,16	23,59	74,07	582	198,2	0,31	1,67	1,37	229	119,93	363,85	4,85
	ЗАВТРАК													
№45 2017 Г	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,78	1,94	3,88	36,24	0	0,01	10,25	5,03	15	9,05	16,98	0,28
№289 2017 Г	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	175(50/125)	13,2	11,88	15,2	221	39	0,08	11,65	2,15	39	36	145,1	2,09
№342 2017 Г	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ(яблоки)	200	0,16	0,16	27,88	114,6	0	0,01	0,9	0,08	14,18	5,14	4,4	0,95
№428 2017 Г	БУЛОЧКА ШКОЛЬНАЯ	30	2,5	0,96	13,46	72,5	0	0,04	0	0,66	6,75	9,7	23,05	0,44
	ХЛЕБ РЖАНО -ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,24	0,44	19,76	91,96	0	0,04	0	0,36	9,2	10	42,4	1,24
	ИТОГО:	505	18,88	15,38	80,18	536,3	39	0,18	22,8	8,28	84,1	69,89	231,93	5
	ОБЕД													
№45 2017 Г	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,78	1,94	3,88	36,24	0	0,01	10,25	5,03	15	9,05	16,98	0,28
№96 2017 Г	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	1,6	4,07	9,58	85,8	0	1,85	6,7	1,88	23,32	19,34	45,38	0,74
№289 2017 Г	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	175(50/125)	13,2	11,88	15,2	221	39	0,08	11,65	2,15	39	36	145,1	2,09
№342 2017 Г	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ(яблоки)	200	0,16	0,16	27,88	114,6	0	0,01	0,9	0,08	14,18	5,14	4,4	0,95
№428 2017 Г	БУЛОЧКА ШКОЛЬНАЯ	30	2,5	0,96	13,46	72,5	0	0,04	0	0,66	6,75	9,7	23,05	0,44
	ХЛЕБ РЖАНО -ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,24	0,44	19,76	91,96	0	0,04	0	0,36	9,2	10	42,4	1,24
	ИТОГО:	705	20,48	19,45	89,76	622,1	39	2,03	29,5	10,2	107	89,23	277,31	5,74

ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
 ДЕНЬ : ТРЕТИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ
 КАТЕГОРИЯ: С 7-11 ЛЕТ
 СЕЗОН: осенне-зимний

г.Канаш Чувашская республика

ООО"Комбинат школьного питания" 2026 г

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюд	Масса порции	Пищев. белки	Пищевые вещ-ва, гр.			Витамины(мг)				Минеральные вещества(мг)			
				жиры	угле-ы	ккал	A	B	C	E	Ca	Mg	P	Fe
	ЗАВТРАК													
№174 2017 Г	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА С МАСЛОМ	200	6	10,85	42,95	294	54,8	0,06	0,96	0,23	130,7	36,46	157,44	0,6
№14 2017 Г	МАСЛО ПОРЦИЕЙ	5	0,04	3,62	0,06	33	20	0	0	0,05	1,2	0	1,5	0,01
№15 2017 Г	СЫР ПОРЦИЕЙ	10	2,32	2,95	0	36	26	0	0,07	0,05	88	3,5	50	0,1
№378 2017 Г	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,07	0,02	15	60	0	0	0,03	0	11,1	1,4	2,8	0,28
№428 2017 Г	БУЛОЧКА ШКОЛЬНАЯ	30	2,5	0,96	13,46	72,5	6,75	9,7	23,05	0,44	6,75	9,7	23,05	0,44
	ХЛЕБ РЖАНО -ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,24	0,44	19,76	91,96	0	0,04	0	0,36	9,2	10	42,4	1,24
	ИТОГО:	500	13,17	18,84	91,23	587,46	108	9,8	24,11	1,13	247	61,1	277,2	2,67
	ЗАВТРАК													
№67 2017 Г	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,84	6,02	4,37	75,06	0	0,2	5,77	2,7	18,74	11,71	25,96	0,49
№301 2017 Г	КНЕЛИ ИЗ КУР	100(70/30)	11,67	17,37	0,17	220,5	91,7	0,03	1,27	0,33	50,4	12,7	77	1,06
№174 2017 Г	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	150	4,28	7,75	30,67	210	39,14	0,04	0,68	0,16	93,33	26,04	112,45	0,42
№349 2017 Г	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,66	0,09	32,01	132	0	0,01	0,72	0,5	32,48	17,46	23,44	0,69
№428 2017 Г	БУЛОЧКА ШКОЛЬНАЯ	30	2,5	0,96	13,46	72,5	6,75	9,7	23,05	0,44	6,75	9,7	23,05	0,44
	ХЛЕБ РЖАНО -ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,24	0,44	19,76	91,96	0	0,04	0	0,36	9,2	10	42,4	1,24
	ИТОГО:	580	22,19	32,63	100,4	802,02	138	10,02	31,49	4,49	211	87,6	304,3	4,34
	ОБЕД													
№67 2017 Г	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,84	6,02	4,37	75,06	0	0,2	5,77	2,7	18,74	11,71	25,96	0,49
№99 2017 Г	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	200	1,27	3,99	7,31	76,2	0	0,05	8,3	1,86	27,88	16,6	39,42	0,62
№301 2017 Г	КНЕЛИ ИЗ КУР	100(70/30)	11,67	17,37	0,17	220,5	91,7	0,03	1,27	0,33	50,4	12,7	77	1,06
№312 2017 Г	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	150	4,28	7,75	30,67	210	39,14	0,04	0,68	0,16	93,33	26,04	112,45	0,42
№349 2017 Г	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,66	0,09	32,01	132	0	0,01	0,72	0,5	32,48	17,46	23,44	0,69
№428 2017 Г	БУЛОЧКА ШКОЛЬНАЯ	30	2,5	0,96	13,46	72,5	6,75	9,7	23,05	0,44	6,75	9,7	23,05	0,44
	ХЛЕБ РЖАНО -ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,24	0,44	19,76	91,96	0	0,04	0	0,36	9,2	10	42,4	1,24
	ИТОГО:	780	23,46	36,62	107,8	878,22	138	10,07	39,79	6,35	239	104	343,7	4,96

ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ

ДЕНЬ : ЧЕТВЕРТЫЙ

ВОЗРАСТНАЯ

КАТЕГОРИЯ: С 7-11 ЛЕТ

СЕЗОН: осенне-зимний

г. Канаш Чувашская республика

ООО "Комбинат школьного питания"

2026 г

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещ-ва, гр.			Энерг. ккал	Витамины(мг)				Минеральные вещества(мг)			
			белки	жиры	угле-ы		A	B	C	E	Ca	Mg	P	Fe
	ЗАВТРАК													
№173 2017 Г	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ "ГЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ	200	7,91	12,49	35,83	288,57	52,19	0,17	0,91	0,59	142,49	67,44	223,79	1,64
№14 2017 Г	МАСЛО ПОРЦИЕЙ	5	0,04	3,62	0,06	33	20	0	0	0,05	1,2	0	1,5	0,01
№15 2017 Г	СЫР ПОРЦИЕЙ	10	2,32	2,95	0	36	26	0	0,07	0,05	88	3,5	50	0,1
№376 2017 Г	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,07	0,02	15	60	0	0	0,03	0	11,1	1,4	2,8	0,28
№428 2017 Г	БУЛОЧКА ШКОЛЬНАЯ	30	2,5	0,96	13,46	72,5	6,75	9,7	23,05	0,44	6,75	9,7	23,05	0,44
	ХЛЕБ РЖАНО -ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,24	0,44	19,76	91,96	0	0,04	0	0,36	9,2	10	42,4	1,24
	ИТОГО:	500	15,08	20,48	84,11	582	104,9	9,91	24,1	1,49	258,7	92	343,54	3,71
	ЗАВТРАК													
№52 2017 Г	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	60	0,84	3,6	4,95	55,68	0	0,01	1,62	1,62	21,27	12,41	24,37	0,79
№312 2017 Г	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С СОУСОМ(СВИНИНА)	110(60/50)	12,83	14,8	112,34	237	16,99	0,2	1,43	0,85	30,55	17,47	83,42	5,1
№312 2017 Г	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,06	4,8	20,43	137,25	0	0,14	18,16	0,18	36,97	27,75	86,59	1,01
№34 2017 Г	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ(яблоки)	200	0,16	0,16	27,88	114,6	0	0,01	0,9	0,08	14,18	5,14	4,4	0,95
№428 2017 Г	БУЛОЧКА ШКОЛЬНАЯ	30	2,5	0,96	13,46	72,5	6,75	9,7	23,05	0,44	6,75	9,7	23,05	0,44
	ХЛЕБ РЖАНО -ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,24	0,44	19,76	91,96	0	0,04	0	0,36	9,2	10	42,4	1,24
	ИТОГО:	590	21,63	24,76	198,82	709	23,74	10,1	45,2	3,53	118,9	82,5	264,23	9,53
	ОБЕД													
№52 2017 Г	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	60	0,84	3,6	4,95	55,68	0	0,01	3,99	1,62	21,27	12,41	24,37	0,79
№88 2017 Г	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ МЯСОМ	200	1,41	3,96	6,32	71,8	0	0,04	12,62	1,88	39,4	17,7	39,2	0,66
№278 2017 Г	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С СОУСОМ(СВИНИНА)	110(60/50)	12,83	14,8	112,34	237	16,99	0,22	1,43	0,85	30,55	17,47	83,42	5,1
№312 2017 Г	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,06	4,8	20,43	137,25	0	0,14	18,16	0,18	36,97	27,75	86,59	1,01
№342 2017 Г	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ(яблоки)	200	0,16	0,16	27,88	114,6	0	0,01	0,9	0,08	14,18	5,14	4,4	0,95
№428 2017 Г	БУЛОЧКА ШКОЛЬНАЯ	30	2,5	0,96	13,46	72,5	6,75	9,7	23,05	0,44	6,75	9,7	23,05	0,44
	ХЛЕБ РЖАНО -ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,24	0,44	19,76	91,96	0	0,04	0	0,36	9,2	10	42,4	1,24
	ИТОГО:	790	23,04	28,72	205,14	780,8	23,74	10,16	60,2	5,41	158,3	100	303,43	10,2

ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ

ДЕНЬ : ПЯТЫЙ

ВОЗРАСТНАЯ

КАТЕГОРИЯ: С 7-11 ЛЕТ

СЕЗОН: осенне-зимний

г.Канаш Чувашская республика

ООО"Комбинат школьного питания"

2026г

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещ-ва, гр.			Энерг.ц. ккал	Витамины(мг)				Минеральные вещества(мг)			
			белки	жиры	угле-ы		А	В	С	Е	Ca	Mg	P	Fe
	ЗАВТРАК													
№181 2017 Г	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ	200	5,81	10,21	30,83	239	55,23	0,07	1,11	0,49	127,4	19,33	112,56	0,44
№14 2017 Г	МАСЛО ПОРЦИЕЙ	5	0,04	3,62	0,06	33	20	0	0	0,05	1,2	0	1,5	0,01
№15 2017 Г	СЫР ПОРЦИЕЙ	10	2,32	26,55	0	36	26	0	0,07	0,05	88	3,5	50	0,1
№376 2017 Г	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,07	0,02	15	60	0	0	0,03	0	11,1	1,4	2,8	0,28
№428 2017 Г	БУЛОЧКА ШКОЛЬНАЯ	30	2,5	0,96	13,46	72,5	0	0,04	0	0,66	6,75	9,7	23,05	0,44
	ХЛЕБ РЖАНО -ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,24	0,44	19,76	91,96	0	0,04	0	0,36	9,2	10	42,4	1,24
	итога:	500	12,98	41,8	79,11	532,46	101,23	0,15	1,21	1,61	243,65	43,93	232,31	2,51
	ЗАВТРАК													
№47 2017 Г	САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТОЙ	60	1,02	3	5,07	51,42	0	0,01	11,88	9,24	31,34	9,6	20,37	0,4
№280 2017 Г	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ(свинина)	100(50/50)	6,8	16,77	10,1	201	16,31	0,18	0,65	26,6	22,94	15,49	69,02	4,92
№203 2017 Г	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,45	5,78	30,45	195,71	14	0,02	0	0,81	12,14	8,14	37,57	0,81
№342 2017 Г	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	0,78	0,04	27,63	114,8	0	0,01	0,6	0,48	32,32	17,56	21,9	0,48
№428 2017 Г	БУЛОЧКА ШКОЛЬНАЯ	30	2,5	0,96	13,46	72,5	0	0,04	0	0,66	6,75	9,7	23,05	0,44
	ХЛЕБ РЖАНО -ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,24	0,44	19,76	91,96	0	0,04	0	0,36	9,2	10	42,4	1,24
	итога:	600	18,79	26,99	106,47	727,39	30,31	0,3	13,13	38,2	114,69	70,49	214,31	8,29
	ОБЕД													
№47 2017 Г	САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТОЙ	60	1,02	3	5,07	51,42	0	0,01	11,88	9,24	31,34	9,6	20,37	0,4
№102 2017 Г	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	200	4,39	0,04	13,22	118,6	0	0,18	4,66	1,94	34,14	28,46	70,48	1,64
№280 2017 Г	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ(свинина)	100(50/50)	6,8	16,77	10,1	201	16,31	0,18	0,65	26,6	22,94	15,49	69,02	4,92
№203 2017 Г	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,45	5,78	30,45	195,71	14	0,02	0	0,81	12,14	8,14	37,57	0,81
№348 2017 Г	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	0,78	0,04	27,63	114,8	0	0,01	0,6	0,48	32,32	17,56	21,9	0,48
№428 2017 Г	БУЛОЧКА ШКОЛЬНАЯ	30	2,5	0,96	13,46	72,5	0	0,04	0	0,66	6,75	9,7	23,05	0,44
	ХЛЕБ РЖАНО -ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,24	0,44	19,76	91,96	0	0,04	0	0,36	9,2	10	42,4	1,24
	итога:	780	23,18	27,03	119,69	845,99	30,31	0,48	17,79	40,1	148,83	98,95	284,79	9,93

ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ

НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
 ДЕНЬ : ШЕСТОЙ
 ВОЗРАСТНАЯ
 КАТЕГОРИЯ: С 7-11 ЛЕТ
 СЕЗОН осенне-зимний

г.Канаш Чувашская республика

ООО"Комбинат школьного питания" 2026 г

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещ-а, г.			Энер.ц. ккал	Витамины(мг)				Минеральные вещ-а(мг)			
			белки	жиры	угле-ы		А	В	С	Е	Са	Mg	P	Fe
	ЗАВТРАК													
№120 2017 Г	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	4,37	3,79	14,36	120	26,4	0,07	0,66	0,3	130,4	21,34	109,5	0,52
№14 2017 Г	МАСЛО ПОРЦИЕЙ	5	0,04	3,62	0,06	33	20	0	0	0,05	1,2	0	1,5	0,01
№209 2017 Г	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	5,08	4,6	0,28	63	100	0,03	0	0,24	22	4,8	76,8	1
№376 2017 Г	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,07	0,02	15	60	0	0	0,03	0	11,1	1,4	2,8	0,23
№421 2017 Г	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,88	2,36	23,55	131	13	0,07	0	0,69	11	14,5	37	0,69
	ИТОГО:	510	13,44	14,39	53,25	407	159	0,17	0,7	1,28	176	42	228	2,5
	ЗАВТРАК													
№54 2017 Г	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКОМ	60	0,65	3,65	6,72	0,62	0	0,01	3,86	6,36	12,16	2,805	19,08	0,88
№290 2017 Г	ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	100(50/50)	11,78	10,12	2,93	150	37,5	0,05	1,44	0,96	38,9	13,14	90,5	0,91
№171 2017 Г	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8,29	8,95	37,36	262,5	37,5	0,19	0	0,46	24,74	131,7	197,21	4,43
№699 2004 Г	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1	0	24,2	93	0	0	5,66	0,01	14,2	2,4	4,4	0,16
№428 2017 Г	БУЛОЧКА ШКОЛЬНАЯ	30	2,5	0,96	13,45	72,5	0	0,04	0	0,66	6,75	9,7	23,05	0,44
	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,24	0,44	19,76	91,96	0	0,04	0	0,36	9,2	10	42,4	1,24
	ИТОГО:	580	25,56	24,12	104,42	670,58	75	0,33	11	8,81	106	170	377	8,06
	ОБЕД													
№54 2017 Г	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКОМ	60	0,65	3,65	6,72	0,62	0	0,01	3,86	6,36	12,16	2,805	19,08	0,88
№99 2017 Г	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	200	1,27	3,99	7,31	76,2	0	0,05	8,3	1,86	27,88	16,6	39,42	0,62
№290 2017 Г	ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	100(50/50)	11,78	10,12	2,93	150	37,5	0,05	1,44	0,96	38,9	13,14	90,5	0,91
№171 2017 Г	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8,29	8,95	37,36	262,5	37,5	0,19	0	0,46	24,74	131,7	197,21	4,43
№699 2004 Г	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1	0	24,2	93	0	0	5,66	0,01	14,2	2,4	4,4	0,16
№428 2017 Г	БУЛОЧКА ШКОЛЬНАЯ	30	2,5	0,96	13,45	72,5	0	0,04	0	0,66	6,75	9,7	23,05	0,44
	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,24	0,44	19,76	91,96	0	0,04	0	0,36	9,2	10	42,4	1,24
	ИТОГО:	780	26,83	28,11	111,73	746,78	75	0,38	19	10,7	134	186	416	8,68

ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ

НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ

ДЕНЬ : СЕДЬМОЙ

ВОЗРАСТНАЯ

КАТЕГОРИЯ: С 7-11 ЛЕТ

СЕЗОН осенне-зимний

г.Канаш Чувашская республика

ООО"Комбинат школьного питания"

2026г

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещ-а, г.			Энер.ц ккал	Витамины(мг)				Минеральные вещ-а(мг)			
			белки	жиры	угл-ы		А	В	С	Е	Са	Mg	Р	Fe
	ЗАВТРАК													
№174 2017 Г	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА С МАСЛОМ	200	6	10,85	42,95	294	54,8	0,06	0,96	0,23	131	36,5	157,4	0,6
№15 2017 Г	СЫР ПОРЦИЕЙ	10	2,32	26,55	0	36	26	0	0,07	0,05	88	3,5	50	0,1
№14 2017 Г	МАСЛО ПОРЦИЕЙ	5	0,04	3,62	0,06	33	20	0	0	0,05	1,2	0	1,5	0,01
№376 2017 Г	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,07	0,02	15	60	0	0	0,03	0	11,1	1,4	2,8	0,28
№428 2017 Г	БУЛОЧКА ШКОЛЬНАЯ	30	2,5	0,96	13,45	72,5	0	0,04	0	0,66	6,75	9,7	23,05	0,44
	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,24	0,44	19,76	91,96	0	0,04	0	0,36	9,2	10	42,4	1,24
	итого:	500	13,17	42,44	91,22	587,46	100,8	0,14	1,06	1,35	247	61,1	277,2	2,67
	ЗАВТРАК													
№47 2017 Г	САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ	60	1,02	3	5,07	51,42	0	0,01	11,88	9,24	31,34	9,6	20,37	0,4
№278 2017 Г	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С СОУСОМ(свинина)	110(60/50)	12,83	14,8	112,34	237	16,99	0,2	1,43	0,85	30,55	17,47	83,42	5,1
№312 2017 Г	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,06	4,8	20,43	137,3	0	0,14	18,2	0,18	36,97	27,8	86,59	1,01
№342 2017 Г	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ(яблоки)	200	0,16	0,16	27,88	114,6	0	0,01	0,9	0,08	14,18	5,14	4,4	0,95
№428 2017 Г	БУЛОЧКА ШКОЛЬНАЯ	30	2,5	0,96	13,45	72,5	0	0,04	0	0,66	6,75	9,7	23,05	0,44
	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,24	0,44	19,76	91,96	0	0,04	0	0,36	9,2	10	42,4	1,24
	итого:	590	21,81	24,16	198,9	704,78	16,99	0,44	32,41	11,4	129	79,7	260,2	9,14
	ОБЕД													
№47 2017 Г	САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ	60	1,02	3	5,07	51,42	0	0,01	11,88	9,24	31,34	9,6	20,37	0,4
№102 2017 Г	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	200	4,39	0,04	13,22	118,6	0	0,18	4,66	1,94	34,14	28,46	70,48	1,64
№278 2017 Г	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С СОУСОМ (свинина)	110(60/50)	12,83	14,8	112,34	237	16,99	0,2	1,43	0,85	30,55	17,47	83,42	5,1
№312 2017 Г	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,06	4,8	20,43	137,3	0	0,14	18,2	0,18	36,97	27,8	86,59	1,01
№342 2017 Г	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ(яблоки)	200	0,16	0,16	27,88	114,6	0	0,01	0,9	0,08	14,18	5,14	4,4	0,95
№428 2017 Г	БУЛОЧКА ШКОЛЬНАЯ	30	2,5	0,96	13,45	72,5	0	0,04	0	0,66	6,75	9,7	23,05	0,44
	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,24	0,44	19,76	91,96	0	0,04	0	0,36	9,2	10	42,4	1,24
	итого:	790	26,2	24,2	212,2	823,38	16,99	0,62	37,07	13,3	163	108	330,7	10,78

ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ

НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
 ДЕНЬ : ВОСЬМОЙ
 ВОЗРАСТНАЯ
 КАТЕГОРИЯ: С 7-11 ЛЕТ
 СЕЗОН осенне-зимний

г.Канаш Чувашская республика

ООО"Комбинат школьного питания"

2026 г

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещ-а, г.			Энер.ц. ккал	Витамины(мг)				Минеральные вещ-а(мг)			
			белки	жиры	угле-ы		А	В	С	Е	Са	Mg	P	Fe
	ЗАВТРАК													
№173 2017 Г	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ "ГЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ	200	7,91	12,49	35,83	288,57	52,19	0,17	0,91	0,59	142,5	67,4	224	1,64
№14 2017 Г	МАСЛО ПОРЦИЕЙ	5	0,04	3,62	0,06	33	20	0	0	0,05	1,2	0	1,5	0,01
№15 2017 Г	СЫР ПОРЦИЕЙ	10	2,32	26,55	0	36	26	0	0,07	0,05	88	3,5	50	0,1
№376 2017 Г	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,07	0,02	15	60	0	0	0,03	0	11,1	1,4	2,8	0,28
№428 2017 Г	БУЛОЧКА ШКОЛЬНАЯ	30	2,5	0,96	13,45	72,5	0	0,04	0	0,66	6,75	9,7	23,05	0,44
	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,24	0,44	19,76	91,96	0	0,04	0	0,36	9,2	10	42,4	1,24
	ИТОГО:	500	15,08	44,08	84,1	582,03	98,19	0,25	1,01	1,71	258,7	92	344	3,71
	ЗАВТРАК													
№56 2017 Г	САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЯБЛОКАМИ	60	0,69	0,11	4,31	21,06	0	0,01	9,3	0,1	19,88	10,36	17,41	0,76
№288 2017 Г	ФИЛЕ ОТВАРНОЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ	100(50/50)	11,42	10	1,96	142	26,2	0,04	2,36	0,21	36,4	4,28	66,62	0,8
№203 2017 Г	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,45	5,78	30,45	195,71	14	0,02	0	0,81	12,14	8,14	37,57	0,81
№699 2004 Г	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1	0	24,2	93	0	0	5,66	0,01	14,2	2,4	4,4	0,16
№428 2017 Г	БУЛОЧКА ШКОЛЬНАЯ	30	2,5	0,96	13,45	72,5	0	0,04	0	0,66	6,75	9,7	23,05	0,44
	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,24	0,44	19,76	91,96	0	0,04	0	0,36	9,2	10	42,4	1,24
	ИТОГО:	580	22,4	17,29	94,13	616,23	40,2	0,15	17,3	2,15	98,57	44,9	191	4,21
	ОБЕД													
№56 2017 Г	САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЯБЛОКАМИ	60	0,69	0,11	4,31	21,06	0	0,01	9,3	0,1	19,88	10,36	17,41	0,76
№88 2017 Г	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	1,41	3,96	6,32	71,8	0	0,04	12,6	1,88	39,4	17,7	39,2	0,66
№288 2017 Г	ФИЛЕ ОТВАРНОЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ	100(50/50)	11,42	10	1,96	142	26,2	0,04	2,36	0,21	36,4	4,28	66,62	0,8
№203 2017 Г	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,45	5,78	30,45	195,71	14	0,02	0	0,81	12,14	8,14	37,57	0,81
№699 2004 Г	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1	0	24,2	93	0	0	5,66	0,01	14,2	2,4	4,4	0,16
№428 2017 Г	БУЛОЧКА ШКОЛЬНАЯ	30	2,5	0,96	13,45	72,5	0	0,04	0	0,66	6,75	9,7	23,05	0,44
	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,24	0,44	19,76	91,96	0	0,04	0	0,36	9,2	10	42,4	1,24
	ИТОГО:	780	23,81	21,25	100,45	688,03	40,2	0,19	29,9	4,03	138	62,6	231	4,87

ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ

НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
 ДЕНЬ : ДЕВЯТЫЙ
 ВОЗРАСТНАЯ
 КАТЕГОРИЯ: С 7-11 ЛЕТ
 СЕЗОН осенне-зимний

г.Канаш Чувашская республика ООО"Комбинат школьного питания" 2026 г

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещ-а, г.			Энер.ц. ккал	Витамины(мг)				Минеральные вещества(мг)			
			белки	жиры	угле-ы		А	В	С	Е	Ca	Mg	P	Fe
	ЗАВТРАК													
№173 2017 Г	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ	200	8,22	10,53	42,21	297,14	52,19	0,13	0,91	0,73	139,78	42,21	210,76	2,22
№15 2017 Г	СЫР ПОРЦИЕЙ	10	2,32	26,55	0	36	26	0	0,07	0,05	88	3,5	50	0,1
№14 2017 Г	МАСЛО ПОРЦИЕЙ	5	0,04	3,62	0,06	33	20	0	0	0,05	1,2	0	1,5	0,01
№376 2017 Г	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	0,07	0,02	15	60	0	0	0,03	0	11,1	1,4	2,8	0,28
№428 2017 Г	БУЛОЧКА ШКОЛЬНАЯ	30	2,5	0,96	13,45	72,5	0	0,04	0	0,66	6,75	9,7	23,05	0,44
	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,24	0,44	19,76	91,96	0	0,04	0	0,36	9,2	10	42,4	1,24
	ИТОГО:	500	15,39	42,12	90,48	590,6	98,19	0,21	1,01	1,85	256	66,8	330,5	4,29
	ЗАВТРАК													
№52 2017 Г	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	60	0,84	3,6	4,95	55,68	0	0,01	1,62	1,62	21,27	12,4	24,37	0,79
№259 2017 Г	ЖАРКОЕ ПО -ДОМАШНЕМУ(свинина)	175	12,3	29,5	16,58	383	0	0,37	6,76	3,09	28,69	42,84	180,22	3,02
№349 2017 Г	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,66	0,9	32,01	132,8	0	0,01	0,72	0,5	32,48	17,46	23,44	0,69
№428 2017 Г	БУЛОЧКА ШКОЛЬНАЯ	30	2,5	0,96	13,45	72,5	0	0,04	0	0,66	6,75	9,7	23,05	0,44
	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,24	0,44	19,76	91,96	0	0,04	0	0,36	9,2	10	42,4	1,24
	ИТОГО:	505	18,54	35,4	86,75	735,94	0	0,47	9,1	6,23	98,39	92,4	293,5	6,18
	ОБЕД													
№52 2017 Г	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	60	0,84	3,6	4,95	55,68	0	0,01	1,62	1,62	21,27	12,4	24,37	0,79
№103 2017 Г	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	2,15	2,27	13,96	94,6	0	0,09	6,6	1,14	23,36	21,82	54,06	0,9
№259 2017 Г	ЖАРКОЕ ПО -ДОМАШНЕМУ(свинина)	175	12,3	29,5	16,58	383	0	0,37	6,76	3,09	28,69	42,84	180,22	3,02
№349 2017 Г	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,66	0,9	32,01	132,8	0	0,01	0,72	0,5	32,48	17,46	23,44	0,69
№428 2017 Г	БУЛОЧКА ШКОЛЬНАЯ	30	2,5	0,96	13,45	72,5	0	0,04	0	0,66	6,75	9,7	23,05	0,44
	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,24	0,44	19,76	91,96	0	0,04	0	0,36	9,2	10	42,4	1,24
	ИТОГО:	705	20,69	37,67	100,71	830,54	0	0,56	15,7	7,37	121,8	114	347,5	7,08

ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ

НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
 ДЕНЬ : ДЕСЯТЫЙ
 ВОЗРАСТНАЯ
 КАТЕГОРИЯ: С 7-11 ЛЕТ
 СЕЗОН: осенне-зимний

г.Канаш Чувашская республика ООО"Комбинат школьного питания" 2026 г

КАТЕГОРИЯ:		С 7-11 ЛЕТ		г.Канаш Чувашская республика			ООО"Комбинат школьного питания										
СЕЗОН		осенне-зимний					2020 г.										
№		Прием пищи		Масса		Пищевые вещ-а, г.			Энер.ц		Витамины(мг)			Минеральные вещества(мг)			
рецептуры		Наименование блюд		порции		белки жиры угле-ы			ккал		А В С Е			Са Mg P Fe			
		ЗАВТРАК															
№181	2017 Г	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ		200	5,81	10,21	30,83	239	55,23	0,07	1,11	0,49	127,4	19,33	112,56	0,44	
				5	0,04	3,62	0,06	33	20	0	0	0,05	1,2	0	1,5	0,01	
№14	2017 Г	МАСЛО ПОРЦИЕЙ		200/15	0,07	0,02	15	60	0	0	0,03	0	11,1	1,4	2,8	0,28	
№376	2017 Г	ЧАЙ С САХАРОМ		75	4,46	2,98	44,12	222	18	0,08	0,08	0,86	15,6	17,4	42,8	1,08	
№410	2017 Г	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ		30	2,5	0,96	13,45	72,5	0	0,04	0	0,66	6,75	9,7	23,05	0,44	
№428	2017 Г	БУЛОЧКА ШКОЛЬНАЯ		итого:	525	12,88	17,79	103,46	626,5	93,23	0,19	1,22	2,06	162	47,8	182,7	2,25
		ЗАВТРАК															
№45	2017 Г	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ		60	0,78	1,94	3,88	36,24	0	0,01	10,25	5,03	15	9,05	16,98	0,28	
				100(50/50)	8,04	9,07	9,5	152	26,3	0,06	0,53	1,47	35,37	11,98	54,58	0,76	
№295	2017 Г	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ		150	6,17	7,9	31,65	222,85	39,14	0,1	0,68	0,55	104,8	31,66	158,07	1,67	
№173	2017 Г	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ		200	0,78	0,04	27,63	114,8	0	0,01	0,6	0,48	32,32	17,56	21,9	0,48	
№348	2017 Г	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ		30	2,5	0,96	13,45	72,5	0	0,04	0	0,66	6,75	9,7	23,05	0,44	
№428	2017 Г	БУЛОЧКА ШКОЛЬНАЯ		40	2,24	0,44	19,76	91,96	0	0,04	0	0,36	9,2	10	42,4	1,24	
				итого:	580	20,51	20,35	105,87	690,35	65,44	0,26	12,1	8,55	203	90	317	4,87
		ОБЕД															
№45	2017 Г	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ		60	0,78	1,94	3,88	36,24	0	0,01	10,25	5,03	15	9,05	16,98	0,28	
				200	1,44	3,93	8,74	83	0	0,04	8,54	1,92	39,78	20,9	43,68	0,98	
№82	2017 Г	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ		100(50/50)	8,04	9,07	9,5	152	26,3	0,06	0,53	1,47	35,37	11,98	54,58	0,76	
№295	2017 Г	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ		150	6,17	7,9	31,65	222,85	39,14	0,1	0,68	0,55	104,8	31,66	158,07	1,67	
№173	2017 Г	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ		200	0,78	0,04	27,63	114,8	0	0,01	0,6	0,48	32,32	17,56	21,9	0,48	
№348	2017 Г	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ		30	2,5	0,96	13,45	72,5	0	0,04	0	0,66	6,75	9,7	23,05	0,44	
№428	2017 Г	БУЛОЧКА ШКОЛЬНАЯ		40	2,24	0,44	19,76	91,96	0	0,04	0	0,36	9,2	10	42,4	1,24	
				итого:	780	21,95	24,28	114,61	773,35	65,44	0,3	20,6	10,5	243	111	360,7	5,85