Подписано цифровой подписью: Бехоева М.М.
Дата: 2026.09.01 21:00:54 +03'00'

Утверждаю
Директор_____М.М.Бехоева

ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ НА 2026-2027 УЧЕБНЫЙ ГОД

День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорий-ность	№ рецептуры	Цена
	ПЕРВАЯ НЕДЕЛЯ									
ПОНЕДЕЛЬНИК	**Завтрак**	Горячее блюдо	Котлета куриная	70	6,65	12,6	19,6	218,4	283	56
		Горячее блюдо	Картофельное пюре	100	2,7	4	5,8	70	377	20
		Горячий напиток	Чай с лимоном	180	0,03	0,1	9,5	39,02	459	5
		Хлеб	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82	878	3
		Фрукты	Яблоко	100	1,2	0,4	16,8	75,6	338	13,77
		Итого		**500**	**14,52**	**17,6**	**75,84**	**519,84**		**97,77**
	Обед	1 блюдо	Суп картофельный с бобовыми №113	200	5,04	2,86	11,68	92,62	113	24,35
		2 блюдо	Котлета куриная	90	8,58	16,25	25,28	262,7		23,25
		Гарнир	Греча отварная №4.3	150	8,59	6,09	38,64	243,73	313	18,35
		Напиток	Чай с лимоном №459	180	0,03	0,09	8,55	35,13	459	4,09
		Хлеб белый	Хлеб пшеничный	80	6,32	0,8	38,64	187,04		27,73
		Итого		**700**	**28,56**	**26,09**	**122,79**	**821,22**		**97,77**
ВТОРНИК	**Завтрак**	Горячее блюдо	Каша рисовая с изюмом №177	170	4,93	8,81	38,85	254,41	177	35
		Горячий напиток	Чай с молоком или сливками №378	180	1,52	1,35	15,9	81,83	378	31
		Хлеб	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82		8,77
		Фрукты	Яблоко №338	100	1,2	0,4	16,8	75,6	338	23
		Итого		**500**	**11,59**	**11,06**	**95,69**	**528,66**		**97,77**
	Обед	1 блюдо	Суп-пюре из картофеля №131	200	4,64	4,76	13,72	116,28	131	24,35
		2 блюдо	Сосиски "Любимые"	90	8,55	12,15	2,47	153,43		23,25
		Гарнир	Рис отварной №304	150	3,64	5,37	36,69	214	304	18,35
		Напиток	Чай с лимоном №459	180	0,03	0,09	8,55	35,13	459	4,09
		Хлеб белый	Хлеб пшеничный	80	6,32	0,8	38,64	187,04		27,73
		Итого		**700**	**23,18**	**23,17**	**100,07**	**705,88**		**97,77**

СРЕДА	**Завтрак**	Горячее блюдо	Омлет с сыром №275	150	16,87	23,25	2,81	276	275	32,55
		Горячий напиток	Чай с лимоном №459	180	0,03	0,1	9,5	39,02	459	35,3
		Хлеб	Хлеб пшеничный	60	4,73	0,6	24,14	120,88		10,58
		Фрукты	Яблоко №338	100	1,2	0,4	16,8	75,6	338	17,64
		Кисломолочные	Масло сливочное (порциями) №14	10	0,08	8,2	0,13	74,64	14	1,7
		Итого		**500**	**22,91**	**32,55**	**53,38**	**586,14**		**97,77**
	Обед	Закуска	Салат из моркови с сухофруктами №24	60	0,72	3,66	9,72	86	24	7,17
		1 блюдо	Борщ №81	250	9,1	10,85	8,56	171	81	30,59
		2 блюдо	Макаронные изделия отварные с маслом №203	120	5,46	5,79	30,46	182	203	30,52
		Напиток	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,09	8,55	39	459	16,52
		Хлеб белый	Хлеб пшеничный	60	3,94	0,5	24,14	133		6,17
		Кисломолочные	Масло сливочное (порциями) №14	10	0,08	8,2	0,13	75		1,11
		Кисломолочные	Сметана	10	0,25	2	0,34	19		5,69
		Итого		**710**	**19,58**	**31,09**	**81,9**	**705**		**97,77**
ЧЕТВЕРГ	**Завтрак**	Горячее блюдо	Рис припущенный №305	100	2,43	2,87	24,45	133,35	305	24,35
		Горячее блюдо	Сосиски "Любимые"	50	4,75	6,75	1,37	85,23		9,18
		Горячий напиток	Чай с молоком или сливками №378	180	1,52	1,35	15,9	81,83	378	33,04
		Хлеб	Хлеб пшеничный	70	5,52	0,7	33,8	163,58		12,85
		Фрукты	Яблоко №338	100	1,2	0,4	16,8	75,6	338	18,35
		Итого		**500**	**15,42**	**12,07**	**92,32**	**539,59**		**97,77**
	Обед	1 блюдо	Суп гороховый №127	200	5,92	2,62	12,62	97,74	127	24,35
		2 блюдо	Котлета куриная	90	8,58	16,25	25,28	281,69		23,25
		Гарнир	Картофельное пюре №377	150	4,05	6	8,7	105	377	18,35
		Напиток	Чай с лимоном №459	180	0,03	0,09	8,55	35,13	459	4,09
		Хлеб белый	Хлеб пшеничный	80	6,32	0,8	38,64	187,04		27,73
		Итого		**700**	**24,9**	**25,76**	**93,79**	**706,6**		**97,77**

ПЯТНИЦА	**Завтрак**	Горячее блюдо	Рыба припущенная	90	15,6	0,6	0,96	77	296	22,52
		Горячее блюдо	Картофельное пюре №377	150	4,04	6	8,7	116	377	27,53
		Горячий напиток	Чай с молоком или сливками №378	200	1,52	1,35	15,9	82	378	36,7
		Хлеб	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	120		9,18
		Кисломолочные	Масло сливочное (порциями) №14	10	0,08	8,2	0,13	75	14	1,84
		Итого		**500**	**25,18**	**16,65**	**49,83**	**470**		**97,77**
	Обед	Закуска	Салат из свеклы с яблоками №28	70	0,7	4,2	7,7	79	28	24,35
		1 блюдо	Суп картофельный №112	200	2,6	2,7	8,6	80	112	27,52
		2 блюдо	Плов с курицей №291	120	13,56	8,38	28,58	266	291	30,53
		Напиток	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,09	8,55	39	459	8,17
		Хлеб белый	Хлеб пшеничный	110	7,89	1	48,29	241		7,2
		Итого		**700**	**24,78**	**16,37**	**101,72**	**705**		**97,77**
	ВТОРАЯ НЕДЕЛЯ									
ПОНЕДЕЛЬНИК	**Завтрак**	Горячее блюдо	Рыба припущенная	90	13	0,5	0,8	60	296	19,77
		Горячее блюдо	Рис отварной №304	250	2,43	3,58	24,46	130	304	18,35
		Хлеб	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	109		45,89
		Сладкое	Булочка домашняя	90	4,2	6,7	27,8	172		11,01
		Кисломолочные	Масло сливочное (порциями) №14	20	0,12	12,3	0,19	116	14	2,75
		Итого		**500**	**23,69**	**23,58**	**77,39**	**587**		**97,77**
	Обед	Закуска	Салат из квашеной капусты с луком №9	100	1,6	6	8,2	103	9	24,35
		1 блюдо	Борщ со свежей капустой и томатом №83	205	5,01	3,8	12	114	83	27,52
		2 блюдо	Макаронные изделия отварные с маслом №203	120	5,46	5,79	30,46	196	203	30,53
		Напиток	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,09	8,55	39	459	8,17
		Хлеб белый	Хлеб пшеничный	60	5,53	0,7	33,81	185		6,2
		Кисломолочные	Масло сливочное (порциями) №14	20	0,12	12,3	0,19	98	14	1
		Итого		**705**	**17,75**	**28,68**	**93,21**	**735**		**97,77**

ВТОРНИК	**Завтрак**	Горячее блюдо	Сырники из творога запеченые №286	150	15,8	5,3	17,9	199	286	27,53
		Горячий напиток	Чай с молоком или сливками №378	200	1,52	1,35	15,9	82	378	36,71
		Хлеб	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	117		9,18
		Фрукты	Яблоко №338	100	1,2	0,4	16,8	76	338	24,35
		Кисломолочные	Масло сливочное (порциями) №14	10	0,08	8,2	0,13	79	14	
		Итого		**510**	**22,54**	**15,75**	**74,87**	**553**		**97,77**
	Обед	1 блюдо	Суп картофельный с бобовыми №113	200	5,04	2,86	11,68	92,62	113	24,35
		2 блюдо	Котлета куриная	90	8,58	16,25	25,28	262,7		23,25
		Гарнир	Греча отварная №4.3	150	8,59	6,09	38,64	243,73	313	18,35
		Напиток	Чай с лимоном №459	180	0,03	0,09	8,55	35,13	459	4,09
		Хлеб белый	Хлеб пшеничный	80	6,32	0,8	38,64	187,04		27,73
		Итого		**700**	**28,56**	**26,09**	**122,79**	**821,22**		**97,77**
СРЕДА	**Завтрак**	Горячее блюдо	Запеканка из творога №279	150	23,85	11,55	22,5	289,35	279	27,53
		Горячий напиток	Чай с лимоном №459	180	0,03	0,1	9,5	39,02	459	33,04
		Хлеб	Хлеб пшеничный	60	4,73	0,6	24,14	121		11,01
		Фрукты	Яблоко №338	100	1,2	0,4	16,8	72	338	24,35
		Кисломолочные	Масло сливочное (порциями) №14	10	0,08	8,2	0,13	65	14	1,84
		Итого		**500**	**29,89**	**20,85**	**73,07**	**586,37**		**97,77**
	Обед	1 блюдо	Суп гороховый №127	200	5,92	2,62	12,62	98	127	18,35
		2 блюдо	Котлета куриная	90	8,58	16,25	25,28	282		23,25
		Гарнир	Рис отварной №304	150	3,64	5,37	36,69	210	304	24,35
		Напиток	Чай с лимоном №459	180	0,03	0,09	8,55	35	459	4,09
		Хлеб белый	Хлеб пшеничный	80	6,32	0,8	38,64	187		27,73
		Итого		**700**	**24,49**	**25,13**	**121,78**	**812**		**97,77**

ЧЕТВЕРГ	**Завтрак**	Горячее блюдо	Котлета куриная	70	6,65	12,6	19,6	203		24,35
		Горячее блюдо	Греча отварная №4,3	100	5,73	4,06	25,76	151	313	12,85
		Горячий напиток	Чай с лимоном №459	180	0,03	0,1	9,5	39	459	33,04
		Хлеб	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	117		9,18
		Фрукты	Яблоко №338	100	1,2	0,4	16,8	76	338	18,35
		Итого		**500**	**17,55**	**17,66**	**95,8**	**586**		**97,77**
	Обед	Закуска	Салат из моркови с сухофруктами №24	80	0,84	4,27	11,34	87	24	24,35
		1 блюдо	Суп с фасолью №119	200	5,72	19,4	17,49	241	119	27,52
		2 блюдо	Плов с курицей №291	120	13,56	8,38	28,58	220	291	30,53
		Напиток	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39	459	8,17
		Хлеб белый	Хлеб пшеничный	100	6,32	0,8	38,64	171		7,2
		Итого		**700**	**26,47**	**32,95**	**105,55**	**758**		**97,77**
ПЯТНИЦА	**Завтрак**	Горячее блюдо	Котлета куриная	70	6,65	12,6	19,6	218		24,35
		Горячее блюдо	Рис отварной №304	100	2,43	3,58	24,46	130	304	12,85
		Горячий напиток	Чай с лимоном №459	180	0,02	0,09	8,55	35	459	33,04
		Хлеб	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	121		9,18
		Фрукты	Яблоко №338	100	1,2	0,4	16,8	76	338	18,35
		Итого		**500**	**14,24**	**17,17**	**93,55**	**580**		**97,77**
	Обед	1 блюдо	Суп гороховый №127	200	5,92	2,62	12,62	98	127	24,35
		2 блюдо	Котлета куриная	90	8,58	16,25	25,28	282		23,25
		Гарнир	Рис отварной №304	150	3,64	5,37	36,69	210	304	18,35
		Напиток	Чай с лимоном №459	180	0,03	0,09	8,55	35	459	4,09
		Хлеб белый	Хлеб пшеничный	80	6,32	0,8	38,64	187		27,73
		Итого		**700**	**24,49**	**25,13**	**121,78**	**812**		**97,77**