

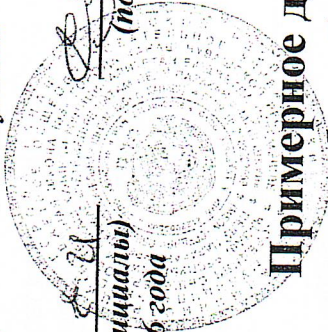
СОГЛАСОВАНО:

Директор Муниципального бюджетного
общеобразовательного учреждения
«Средняя общеобразовательная школа №5»
города Канаш Чувашской Республики

Иванова Е.И.
(фамилия, инициалы)

1 сентября 2026 года

(подпись)



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

(подпись)

1 сентября 2026 года



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00D6A799E6BC4E8FB7DD4C2B6642681926
Владелец: Иванова Елена Ивановна
Действителен: с 02.02.2026 до 28.04.2027

**Примерное двухнедельное цикличное меню для обучающихся
общеобразовательных учреждений города Канаш**

Возраст с 12 лет и старше

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.

НЕДЕЛЯ:

ДЕНЬ :

ВОЗРАСТНАЯ

КАТЕГОРИЯ: С 12 ЛЕТ И СИТАРШЕ

СЕЗОН: осенне-зимний

г.Канаш Чувашская республика

ООО"Комбинат школьного питания"

2026г

ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧЕСКОЕ МЕНЮ

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещ-ва, гр.			Энерг. ц. ккал	Витамины(мг)				Минеральные вещества(мг)			
				белки	жиры	угле-ы		A	B	C	E	Ca	Mg	P	Fe
№120 2017 Г	ЗАВТРАК		250	5,47	4,74	17,95	150	33	0,09	0,82	0,37	163	26,7	136,9	0,65
№14 2017 Г		СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	5	0,04	3,62	0,06	33	20	0	0	0,05	1,2	0	1,5	0,01
№15 2017 Г		МАСЛО ПОРЦИЕЙ	10	2,32	2,95	0	36	26	0	0,07	0,05	88	3,5	50	0,1
№376 2017 Г		СЫР ПОРЦИЕЙ	200/15	0,07	0,02	15	60	0	0	0,03	0	11,1	1,4	2,8	0,28
№428 2017 Г		ЧАЙ С САХАРОМ	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
		БУЛОЧКА ШКОЛЬНАЯ	40	2,24	0,44	19,76	91,96	0	0,04	0	0,36	9,2	10	42,4	1,24
		ХЛЕБ РЖАНО -ПШЕНИЧНЫЙ	550	12,64	12,73	66,23	443,46	85,75	9,83	23,97	1,27	279	51,3	256,6	2,72
		ИТОГО:													
№59 2017 Г	ОБЕД		100	1,06	0,17	8,52	39,9	0	0,05	4,37	0,34	24	30,4	44,52	1,06
№82 2017 Г		САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ													
№260 2017 Г		БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250	1,8	4,92	10,93	103,75	0	0,05	10,67	2,4	49,7	26,1	54,6	1,22
№171 2017 Г		ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	100(50/50)	10,64	28,19	2,89	309	0	0,28	0,92	2,6	20	22,4	128,6	2,21
№699 2004 Г		КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	9,95	10,76	44,84	315	45	0,23	0	0,56	29,7	158	236,6	5,32
№428 2017 Г		НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,1	0	24,2	93	0	0	5,66	0,01	14,2	2,4	4,4	0,16
		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:	870	28,29	45,44	124,6	1025,1	45	0,69	21,62	6,93	154	259	534,2	11,65

ПРИМЕРНОЕ ПИЩЕВОЕ МЕНЮ

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
 ДЕНЬ: ВТОРОЙ
 ВОЗРАСТНАЯ

КАТЕГОРИЯ: С12 ЛЕТ И СТАРШЕ
 СЕЗОН: осенне-зимний

г.Канаш Чувашская республика										ООО"Комбинат школьного питания" 2026г									
№ рецептуры		Прием пищи		Масса порции	Пищевые вещ-ва, гр		Энерг.д.	Витамины(мг)					Минер-ные вещества(мг)						
		Наименование блюд		белки	жиры	угле-ы	ккал	A	B	C	E	Ca	Mg	P	Fe				
		ЗАВТРАК																	
№183 2017 Г	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ			10,82	15,46	41,88	351,19	77,61	0,25	1,95	0,46	219	118,13	292,56	3,41				
№14 2017 Г	КРУПЫ С МАСЛОМ			0,04	3,62	0,06	33	20	0	0	0,05	1,2	0	1,5	0,01				
№209 2017Г	МАСЛО ПОРЦИЕЙ			5,08	4,6	0,28	63	100	0,03	0	0,24	22	4,8	76,8	1				
№376 2017 Г	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ			0,07	0,02	15	60	0	0	0,03	0	11,1	1,4	2,8	0,28				
№421 2017 Г	ЧАЙ С САХАРОМ			3,88	2,36	23,55	131	13	0,07	0	0,69	11	14,5	37	0,69				
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ			19,89	26,06	80,77	638,19	210,6	0,35	1,98	1,44	264	138,83	410,66	5,39				
	ИТОГО:																		
	ОБЕД																		
№45 2017 Г	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ			1,31	3,24	6,46	60,4	0	0,02	17,1	8,39	25	15,1	28,3	0,46				
№96 2017 Г	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ			2,01	5,09	11,98	107,25	0	0,09	8,37	2,35	29,2	24,17	56,72	0,92				
№289 2017 Г	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ			13,2	11,88	15,2	221	39	0,08	11,7	2,15	39	36	145,1	2,09				
№342 2017 Г	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ(яблоки)			0,16	0,16	27,88	114,6	0	0,01	0,9	0,08	14,2	5,14	4,4	0,95				
№428 2017 Г	БУЛОЧКА ШКОЛЬНАЯ			2,5	0,96	13,46	72,5	6,75	9,7	23,1	0,44	6,75	9,7	23,05	0,44				
	ХЛЕБ РЖАНО -ПШЕНИЧНЫЙ			2,24	0,44	19,76	91,96	0	0,04	0	0,36	9,2	10	42,4	1,24				
	ИТОГО:			21,42	21,77	94,74	667,71	45,75	9,94	61,1	13,8	123	100,11	299,97	6,1				

ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧЕСКОЕ МЕНЮ

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
 ДЕНЬ : ТРЕТИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ

КАТЕГОРИЯ: С 12 ЛЕТ И СТАРШЕ
 СЕЗОН: осенне-зимний

г.Канаш Чувашская республика										ООО"Комбинат школьного питания" 2026 г									
№ рецептуры		Прием пищи		Масса порции	Пищевые белки	Пищевые жиры	Угле-ы	ккал	Витамины(мг)				Минерные вещества(мг)						
		Наименование блюд							A	B	C	E	Ca	Mg	P	Fe			
		ЗАВТРАК																	
№174	2017Г	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА С МАСЛОМ		250	8,94	13,95	44,1	339,29	69	0,22	1,39	0,25			164	56,7	219,5	1,46	
№14	2017 Г	МАСЛО ПОРЦИЕЙ		5	0,04	3,62	0,06	33	20	0	0	0,05	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	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	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:		550	16,11	21,94	92,38	632,75	122	9,96	24,54	1,15	281	81,3	339,2	3,53			
		ОБЕД																	
№67	2017 Г	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ		100	1,38	10	6,54	122	0	0,03	11,73	4,62	41,5	20,1	38,52	0,85			
№99	2017 Г	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ		250	1,58	4,98	9,14	95,25	0	0,5	10,37	2,32	34,9	20,8	49,27	0,77			
№301	2017 Г	КНЕПЛИ 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			
№303	2017 Г	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ		180	3,07	5	21,08	184,86	0	0,02	0	0,23	4,95	21,6	66,69	0,44			
№349	2017 Г	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		200	0,66	0,09	32,01	132	0	0,01	0,72	0,5	32,5	17,5	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:		900	23,1	38,84	102,2	919,07	98,5	10,33	47,14	8,8	180	112	320,4	5,49			

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

ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧЕСКОЕ 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		Масса порции	Пищевые вещ-ва, гр.			Энерг. ккал	Витамины(мг)				Минерные вещества(мг)			
		Наименование блюд			белки	жиры	угле-ы		A	B	C	E	Ca	Mg	P	Fe
ЗАВТРАК																
№173 2017 Г			КАША вязкая молочная "ГЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ	250	9,89	15,61	44,79	360,1	65,23	0,21	1,14	0,73	178,1	84,3	279,73	2,06
№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	23,1	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:	550	17,06	23,6	93,07	653,5	118	9,95	24,3	1,63	294,4	109	399,48	4,13
ОБЕД																
№52 2017 Г			САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	100	1,4	6,01	8,26	92,8	0	0,01	6,65	2,7	35,46	20,7	40,63	1,32
№88 2017 Г			ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	1,76	4,95	7,9	89,75	0	0,05	15,8	2,35	49,25	22,1	49	0,82
№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	17,5	83,42	5,1
№312 2017 Г			КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	180	3,67	5,76	24,52	164,7	0	0,16	21,8	0,21	44,37	33,3	103,91	1,21
№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	23,1	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:	910	24,56	33,08	214,12	863,3	23,74	10,17	69,6	6,99	189,8	118	346,81	11,1

ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧЕСКОЕ МЕНЮ

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
 ДЕНЬ: ПЯТЫЙ
 ВОЗРАСТНАЯ

КАТЕГОРИЯ: С 12 ЛЕТ И СТАРШЕ
 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.		Витамины(мг)				Минер-ные вещества(мг)															
						белки		жиры		угле-ы		ккал		А		В		С		Е		Ca		Mg		P		Fe			
		ЗАВТРАК																													
№181 2017 Г				КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ		250		7,27		12,76		38,54		298,81		69,04		0,09		1,39		0,61		159,25		24,16		140,7		0,56	
№14 2017 Г				КРУПЫ С МАСЛОМ		5		0,16		3,62		0,06		33		20		0		0		0,05		1,2		0		1,5		0,01	
№15 2017 Г				МАСЛО 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		1,67		0,64		8,97		48,33		0		0,03		0		0,44		4,5		6,46		15,36		0,29	
				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:		550		13,73		44,03		82,33		568,1		115,04		0,16		1,49		1,51		273,25		45,52		252,76		2,48	
				ОБЕД																											
№47 2017 Г				САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ		100		1,7		5		8,48		85,7		0		0,02		19,81		15,4		52,24		16,01		33,95		0,66	
№102 2017 г				СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ		250		5,49		4,21		16,53		148,25		0		0,22		5,82		2,42		42,67		35,57		88,1		2,05	
№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		180		6,54		6,94		36,54		234,85		34,28		0,06		0		0,97		14,57		9,77		45,08		0,97	
№348 2017 Г				КОМПОТ ИЗ КУРАГИ		200		0,78		0,04		27,63		114,8		0		0,01		0,6		0,82		32,32		17,56		21,9		0,48	
№428 2017-г				БУЛОЧКА ШКОЛЬНАЯ		30		1,67		0,64		8,97		48,33		0		0,03		0		0,44		4,5		6,46		15,36		0,29	
				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:		900		25,22		34,04		128,01		924,89		50,59		0,56		26,88		47		178,44		110,9		315,81		10,61	

г.Канаш Чувашская республика

ООО"Комбинат школьного питания"

2026г

НЕДЕЛЯ:

ДЕНЬ :

ВОЗРАСТНАЯ

КАТЕГОРИЯ: С 12 ЛЕТ И СТАРШЕ

СЕЗОН: осенне-зимний

ПРИМЕРНОЕ ДИЕТИЧЕСКОЕ МЕНЮ

ВТОРАЯ

ШЕСТОЙ

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

г.Канаш Чувашская республика															ООО"Комбинат школьного питания"										2026 г				
№		Прием пищи		Масса			Пищевые вещ-а, г.			Энерг.ч.		Витамины(мг)					Минер-ные вещ-а(мг)												
рецептуры		Наименование блюд		порции		белки		жиры		угле-ы		ккал		А		В		С		Е		Са		Mg		P		Fe	
		ЗАВТРАК																											
№120	2017 Г	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ		250	5,47	4,74	17,95					150	33	0,09	0,82	0,37						163	26,67	136,87					
№14	2017Г	МАСЛО ПОРЦИЕЙ		5	0,04	3,62	0,06					33	20	0	0	0,05	1,2	0											0,65
№209	2017 Г	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ		40	5,08	4,6	0,28					63	100	0,03	0	0,24	22	4,8									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									76,8		1
№421	2017 Г	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ		50	3,88	2,36	23,55					131	13	0,07	0	0,69	11	14,5									2,8		0,28
				560	14,54	15,34	56,84					437	166	0,19	0,9	1,35	208	47,4									255		2,63
				Итого:																									
		ОБЕД																											
№54	2017 Г	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКОМ		100	1,09	6,08	11,2					103,9	0	0,02	6,44	10,6	29,26	16,83									31,8		1,48
№99	2017 Г	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ		250	1,58	4,98	9,14					95,25	0	0,05	10,4	2,32	34,85	20,75									49,27		0,77
№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
№303	2017 Г	КАША ВЯЗКАЯ ПШЕНИЧНАЯ		180	4,8	5,09	29,46					182,88	0	0,09	0	0,8	18,77	25,92									121,14		2,04
№689	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
				40	2,24	0,44	19,76					91,96	0	0,04	0	0,36	9,2	10									42,4		1,24
				900	24,09	27,67	110,14					789,49	37,5	0,29	24	15,7	152	98,7									363		7,04
				Итого:																									

НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
 ДЕНЬ : СЕДЬМОЙ
 ВОЗРАСТНАЯ

КАТЕГОРИЯ: С 12 ЛЕТ И СТАРШЕ
 СЕЗОН: осенне-зимний

г. Канаш Чувашская республика

ООО "Комбинат школьного питания"

2026г

№ рецептуры	Прием пищи		Масса порции	Пищевые вещ-а, г.			Энерг.ц ккал	Витамины(мг)				Минерные вещ-а(мг)			
	Наименование блюд	белки		жиры	угл-ы	A		B	C	E	Ca	Mg	P	Fe	
		ЗАВТРАК													
№174 2017 Г		КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА С МАСЛОМ	250	7,14	51,13	51,13	350	65,23	0,7	1,14	0,27	155,56	43,4	187,42	0,71
№15 2017 Г		СЫР ПОРЦИЕЙ	10	2,32	2,95	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:	550	14,31	59,12	99,4	643,46	111,2	0,78	1,24	1,39	272	68	307,2	2,78
		ОБЕД													
№47 2017 Г		САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ	100	1,7	5	8,45	85,7	0	0,02	19,81	15,4	52,24	16,01	33,92	0,66
№102 2017 Г		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	250	5,49	5,27	16,53	148,25	0	0,22	5,82	2,42	42,67	35,57	88,1	2,05
№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	180	3,67	5,76	24,52	164,7	0	0,16	21,79	0,21	44,37	33,3	103,91	1,21
№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:	910	28,59	32,39	222,9	914,71	16,99	0,69	49,75	20	200	127	379,2	11,65

ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧЕСКОЕ МЕНЮ

НЕДЕЛЯ:

ВТОРАЯ

ВОСЬМОЙ

ВОЗРАСТНАЯ

КАТЕГОРИЯ:

С 12 ЛЕТ И СТАРШЕ

СЕЗОН

осенне-зимний /

г. Канаш Чувашская республика

ООО "Комбинат школьного питания"

2026 г

№ рецептуры	Прием пищи	Масса порции	Пищевые вещ-а, г.			Энерг. ккал	Витамины(мг)				Минеральные вещ-а(мг)			
			белки	жиры	угле- воды		А	В	С	Е	Са	Mg	P	Fe
	Наименование блюд													
	ЗАВТРАК													
№173 2017 Г	КАША вязкая молочная "ТЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ	250	9,89	15,61	44,79	360,07	65,23	0,21	1,14	0,73	178,1	84,3	280	2,06
№15 2017 Г	СЫР ПОРЦИЕЙ	10	2,32	2,95	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	23,1	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:	550	17,06	23,6	93,06	653,53	111,2	0,29	1,24	1,85	294,4	109	399	4,13
	ОБЕД													
№56 2017 Г	САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЯБЛОКАМИ	100	1,15	0,18	7,19	35,1	0	0,03	15,5	0,17	33,14	17,3	29	1,27
№88 2017 Г	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	250	1,76	4,95	7,9	89,75	0	0,05	15,8	2,35	49,25	22,1	49	0,82
№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	68,6	0,8
№203 2017 Г	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	9,09	9,64	50,76	326,19	47,61	0,09	0	1,35	20,23	13,6	62,6	1,35
№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	23,1	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:	900	28,26	26,17	125,22	850,5	73,81	0,29	39,3	5,11	169,2	79,4	279	6,08

ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ

НЕДЕЛЯ:

ВТОРАЯ

ДЕНЬ :

ДЕВЯТЫЙ

ВОЗРАСТНАЯ

КАТЕГОРИЯ: С 12 лет и старше

СЕЗОН: осенне-зимний

г. Канаш Чувашская республика

ООО "Комбинат школьного питания"

2026 г

№ рецептуры	Прием пищи		Масса порции	Пищевые вещ-а, г/ж			Энерг.ц. ккал	Витамины(мг)			Минеральные вещества(мг)					
	Наименование блюд	белки		жиры	угле-ы	А		В	С	Е	Ca	Mg	P	Fe		
		ЗАВТРАК														
№173 2017 Г		КАША вязкая МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ	250	8,22	10,53	42,21	297,14	52,19	0,13	0,91	0,73	139,8	42,2	210,8	2,22	
№15 2017 Г		СЫР ПОРЦИЕЙ	10	2,32	2,95	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:	550	15,39	18,52	90,48	590,6	98,19	0,21	1,01	1,85	256	66,8	330,5	4,29	
		ОБЕД														
№52 2017 Г		САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	100	1,4	6,01	8,26	92,8	0	0,01	6,65	2,7	35,46	20,7	40,63	1,32	
№103 2017 Г		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	2,68	2,83	17,45	118,25	0	0,11	8,25	1,42	29,2	27,3	67,57	1,12	
№259 2017 Г		ЖАРКОЕ ПО -ДОМАШНЕМУ(свинина)	200	14,05	33,71	18,94	437,71	0	0,42	7,72	3,53	32,78	49	206	3,45	
№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	17,5	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:	820	23,53	44,85	109,87	946,02	0	0,63	23,34	9,17	145,9	134	403,1	8,26	

ПРИМЕРНОЕ ДИЕТИЧЕСКОЕ МЕНЮ

НЕДЕЛЯ:

ВТОРАЯ

ДЕНЬ:

ДЕСЯТЫЙ

ВОЗРАСТНАЯ

КАТЕГОРИЯ:

С 7-11 ЛЕТ

СЕЗОН

осенне-зимний

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

№ рецептуры	Прием пищи		Масса порции	Пищевые вещ-а, г.			Энерг. ц ккал	Витамины(мг)					Минер-ные вещества(мг)				
	Наименование блюд			белки	жиры	угле-ы		А	В	С	Е	Са	Mg	P	Fe		
	ЗАВТРАК																
№181 2017 Г	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ			7,27	12,76	38,54	298,81	69,04	0,09	1,39	0,61	159	24,2	140,7	0,56		
№14 2017 Г	КРУПЫ С МАСЛОМ		250	0,04	3,62	0,06	33	20	0	0	0,05	1,2	0	1,5	0,01		
№376 2017 Г	МАСЛО ПОРЦИЕЙ		5														
№410 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		
№410 2017 Г	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ		75	4,46	2,98	44,12	222	18	0,08	0,08	0,86	15,6	17,4	42,8	1,08		
№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		
	итого:		575	14,34	20,34	111,17	686,31	107	0,21	1,5	2,18	194	52,7	210,9	2,37		
	ОБЕД																
№45 2017 Г	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ		100	1,31	3,24	6,46	60,4	0	0,02	17,1	8,39	25	15,1	28,3	0,46		
№82 2017 Г	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ		250	1,8	4,92	10,93	103,75	0	0,05	10,7	2,4	49,7	26,1	54,6	1,22		
№295 2017 Г	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ		100(50/50)	8,04	9,07	9,5	152	26,3	0,06	0,53	1,47	35,4	12	54,58	0,76		
№173 2017 Г	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ		150	6,17	7,9	31,65	222,85	39,14	0,1	0,68	0,55	105	31,7	158,1	1,67		
№348 2017 Г	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ		200	0,78	0,04	27,63	114,8	0	0,01	0,6	0,48	32,3	17,6	21,9	0,48		
№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:		870	22,84	26,57	119,38	818,26	65,44	0,32	29,6	14,3	263	122	382,9	6,27		