



Циклическое меню 4 недели Школы

на период с 25.05.2026г. по 26.05.2026

Сборник рецептур	Код	Наименование	Выход	Пищевая ценность				Витамины					Минеральные вещества					ХЕ			
				Белки	Жиры	Угле-ды	Ккал	A (мг)	B1 (мг)	B2 (мг)	C (мг)	E (мг)	Zn (мкг)	I (мкг)	Ca (мг)	Mg (мг)	P (мг)		Fe (мг)		
Понедельник																					
Завтрак бесплатный для обучающихся с 1 по 4 класс, ОВЗ с 1 по 4 класс, учащихся с 1 по 4 класс, один из родителей (законных представителей) которых принимает участие в специальной военной операции																					
Таб. №24/96	10235	Десерт фруктовый (яблоко)	90	0,36	0,36	10,17	45,36		0,03	0,02	9,00						14,40	8,10	9,90	1,98	
Таб. №4/96	5376	Каша молочная пшенная с маслом	200/5	8,57	8,64	39,82	271,32	0,05	0,25	0,17	1,25	8,57	8,57	405,76			133,64	65,16	205,15	1,49	
628/96г	259	Чай с сахаром	200			14,97	66,18									0,45				0,05	
Таб. №25/96	2311	Сыр порционный	15	3,69	4,69		56,97	0,04	0,01	0,05	0,11	3,69	3,71			132,00	5,25	75,00	0,15		
Пром	350	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20					3,80				10,00	7,00	32,50	0,55		
Итого:			560	16,42	14,09	89,56	557,03	0,09	0,35	0,26	10,36	16,06	12,28	405,76			290,49	75,51	322,55	4,22	7,46
Завтрак для обучающихся, получающих льготное, бесплатное питание с 5 по 11 класс, обучающихся с ОВЗ с 5 по 11 класс																					
Таб. №4/96	5376	Каша молочная пшенная с маслом	200/5	8,57	8,64	39,82	271,32	0,05	0,25	0,17	1,25	8,57	8,57	405,76			133,64	65,16	205,15	1,49	
628/96г	259	Чай с сахаром	200			14,97	66,18									0,45				0,05	
ТТК	16323	Бутерброд с сыром (батон)	20/25	6,75	6,92	12,85	140,67	0,05	0,04	0,07	0,15	4,87	4,87			189,55	10,60	121,25	0,51		
Итого:			450	15,32	15,56	67,64	478,17	0,10	0,29	0,24	1,40	13,44	13,44	405,76			323,64	65,76	326,40	2,05	5,64
Завтрак для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств с 5 по 11 класс																					
Таб. №24/96	3532	Десерт фруктовый (яблоко)	130	0,52	0,52	12,74	57,72		0,04	0,04	13,00	0,52				20,80	11,70	14,30	2,86		
Таб. №4/96	5376	Каша молочная пшенная с маслом	200/5	8,57	8,64	39,82	271,32	0,05	0,25	0,17	1,25	8,57	8,57	405,76			133,64	65,16	205,15	1,49	
628/96г	259	Чай с сахаром	200			14,97	66,18									0,45				0,05	
ТТК	16323	Бутерброд с сыром (батон)	20/25	6,75	6,92	12,85	140,67	0,05	0,04	0,07	0,15	4,87	4,87			189,55	10,60	121,25	0,51		
Итого:			580	15,84	16,08	80,38	535,89	0,10	0,33	0,28	14,40	13,96	13,44	405,76			344,44	77,46	340,70	4,91	6,70
Завтрак для обучающихся 5-11 классов, один из родителей (законных представителей) которых принимает участие в специальной военной операции																					
Таб. №24/96	3532	Десерт фруктовый (яблоко)	130	0,52	0,52	12,74	57,72		0,04	0,04	13,00	0,52				20,80	11,70	14,30	2,86		
Таб. №4/96	5376	Каша молочная пшенная с маслом	200/5	8,57	8,64	39,82	271,32	0,05	0,25	0,17	1,25	8,57	8,57	405,76			133,64	65,16	205,15	1,49	
628/96г	259	Чай с сахаром	200			14,97	66,18									0,45				0,05	
ТТК	16323	Бутерброд с сыром (батон)	20/25	6,75	6,92	12,85	140,67	0,05	0,04	0,07	0,15	4,87	4,87			189,55	10,60	121,25	0,51		
Итого:			580	15,84	16,08	80,38	535,89	0,10	0,33	0,28	14,40	13,96	13,44	405,76			344,44	77,46	340,70	4,91	6,70
Бесплатное одноразовое питание для обучающихся в 5-11 классах, для детей из многодетных семей, обучающихся в первую смену (завтрак)																					
Таб. №24/96	3532	Десерт фруктовый (яблоко)	130	0,52	0,52	12,74	57,72		0,04	0,04	13,00	0,52				20,80	11,70	14,30	2,86		
Таб. №4/96	5376	Каша молочная пшенная с маслом	200/5	8,57	8,64	39,82	271,32	0,05	0,25	0,17	1,25	8,57	8,57	405,76			133,64	65,16	205,15	1,49	
628/96г	259	Чай с сахаром	200			14,97	66,18									0,45				0,05	
ТТК	16323	Бутерброд с сыром (батон)	20/25	6,75	6,92	12,85	140,67	0,05	0,04	0,07	0,15	4,87	4,87			189,55	10,60	121,25	0,51		
Итого:			580	15,84	16,08	80,38	535,89	0,10	0,33	0,28	14,40	13,96	13,44	405,76			344,44	77,46	340,70	4,91	6,70
Обед бесплатный для обучающихся с 1 по 4 класс во вторую смену, ОВЗ с 1 по 4 класс, обучающихся с 1 по 4 класс, один из родителей (законных представителей) которых принимает участие в специальной военной операции																					
№ 148/94	166	Суп с макаронными изделиями	200	2,17	4,21	13,02	98,65		0,04	0,02	7,65	2,17	2,17	480,99	22,61	10,89	29,04	77,38			
ТТК	20517	Котлета куриная "Пожарская" со свежим огурцом	70/20	11,80	12,03	10,80	198,67		0,00	0,00	0,01	0,00	0,00	0,01	0,03	0,03	0,12	0,00			
464/96	3714	Каша гречневая вязкая	150	4,58	4,81	22,12	150,09	0,02	0,16	0,08		4,58			13,97	72,33	109,91	2,47			
628/96г	259	Чай с сахаром	200			14,97	66,18								0,45					0,05	
ТТК	7153	Плошка Московская	30	2,55	1,91	18,77	102,47	3,76	0,04	0,02		2,55	2,45	0,35	5,89	3,88	22,36	0,32			
Пром	3026	Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,48		0,05	0,01		3,42	3,42	0,72	9,00	6,30	29,25	0,50			
Итого:			715	24,52	23,32	101,82	721,54	3,78	0,29	0,13	7,66	12,72	8,04	482,07	51,95	93,43	190,68	80,72			8,49
Обед для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств с 1 по 4 класс																					
№ 148/94	166	Суп с макаронными изделиями	200	2,17	4,21	13,02	98,65		0,04	0,02	7,65	2,17	2,17	480,99	22,61	10,89	29,04	77,38			
ТТК	20517	Котлета куриная "Пожарская" со свежим огурцом	70/20	11,80	12,03	10,80	198,67		0,00	0,00	0,01	0,00	0,00	0,01	0,03	0,03	0,12	0,00			
464/96	3714	Каша гречневая вязкая	150	4,58	4,81	22,12	150,09	0,02	0,16	0,08		4,58			13,97	72,33	109,91	2,47			
628/96г	259	Чай с сахаром	200			14,97	66,18								0,45					0,05	
ТТК	7153	Плошка Московская	30	2,55	1,91	18,77	102,47	3,76	0,04	0,02		2,55	2,45	0,35	5,89	3,88	22,36	0,32			
Пром	3026	Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,48		0,05	0,01		3,42	3,42	0,72	9,00	6,30	29,25	0,50			
Итого:			715	24,52	23,32	101,82	721,54	3,78	0,29	0,13	7,66	12,72	8,04	482,07	51,95	93,43	190,68	80,72			8,49
Обед для обучающихся, получающих льготное, бесплатное питание с 5 по 11 класс, обучающихся с ОВЗ с 5 по 11 класс																					
№ 148/94	166	Суп с макаронными изделиями	200	2,17	4,21	13,02	98,65		0,04	0,02	7,65	2,17	2,17	480,99	22,61	10,89	29,04	77,38			
ТТК	18963	Котлета куриная "Пожарская"	70	11,80	12,03	10,80	198,64								9,35	48,22	73,32	1,65			
464/96	1958	Каша гречневая вязкая	100	3,05	3,33	14,75	101,17	0,01	0,10	0,05					0,45					0,05	
628/96г	259	Чай с сахаром	200			14,97	66,18								0,45					0,05	
ПП	420	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32		0,03	0,01		2,28	2,28	0,48	6,00	4,20	19,50	0,33			
Итого:			600	19,30	19,81	68,30	534,96	0,01	0,17	0,08	7,65	7,90	4,45	481,47	38,41	63,31	121,92	79,41			5,69
Обед для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств с 5 по 11 класс																					
Таб. №24/96	3532	Десерт фруктовый (яблоко)	130	0,52	0,52	12,74	57,72		0,04	0,04	13,00	0,52				20,80	11,70	14,30	2,86		
№ 148/94	166	Суп с макаронными изделиями	200	2,17	4,21	13,02	98,65		0,04	0,02	7,65	2,17	2,17	480,99	22,61	10,89	29,04	77,38			
ТТК	20517	Котлета куриная "Пожарская" со свежим огурцом	70/20	11,80	12,03	10,80	198,67		0,00	0,00	0,01	0,00	0,00	0,01	0,03	0,03	0,12	0,00			
464/96	3714	Каша гречневая вязкая	150	4,58	4,81	22,12	150,09	0,02	0,16	0,08		4,58			13,97	72,33	109,91	2,47			
628/96г	259	Чай с сахаром	200			14,97	66,18								0,45					0,05	
ТТК	7153	Плошка Московская	30	2,55	1,91	18,77	102,47	3,76	0,04	0,02		2,55	2,45	0,35	5,89	3,88	22,36	0,32			
ПП	420	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32		0,03	0,01		2,28	2,28	0,48	6,00	4,20	19,50	0,33			
Итого:			830	23,90	23,72	107,18	744,10	3,78	0,31	0,17	20,66	12,10	6,90	481,83	69,75	103,03	195,23	83,41			8,93
Обед для обучающихся 5-11 классов, один из родителей (законных представителей) которых принимает участие в специальной военной операции																					
Таб. №24/96	3532	Десерт фруктовый (яблоко)	130	0,52	0,52	12,74	57,72		0,04	0,04	13,00	0,52				20,80	11,70	14,30	2,86		
№ 148/94	166	Суп с макаронными изделиями	200	2,17	4,21	13,02	98,65		0,04	0,02	7,65	2,17	2,17	480,99	22,61	10,89	29,04	77,38			
ТТК	20517	Котлета куриная "Пожарская" со свежим огурцом	70/20	11,80	12,03	10,80	198,67		0,00	0,00	0,01	0,00	0,00	0,01	0,03	0,03	0,12	0,00			
464/																					

Вторник

Завтрак бесплатный для обучающихся с 1 по 4 класс, ОВЗ с 1 по 4 класс,

учащихся с 1 по 4 класс, один из родителей (законных представителей) которых принимает участие в специальной военной операции

Таб №24/96	5324	Десерт фруктовый (яблоко)	120	0,48	0,48	11,76	53,28		0,04	0,04	12,00	0,48				19,20	10,80	13,20	2,64	
Тольятти 2013г.	20527	Макароны отварные с сыром	180	9,56	7,16	44,42	280,32	0,03	0,11	0,06	0,08	9,56	9,56	0,95	111,67	14,05	111,52	1,12		
№629/96	264	Чай лимонный	200	0,06	0,01	15,21	61,25		0,00	0,00	3,20	0,08	0,08	0,16	3,65	0,96	1,76	0,09		
ТТК	3026	Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,48		0,05	0,01		3,42	3,42	0,72	9,00	6,30	29,25	0,50		
ТТК	20364	Мясо прессованное порционное (изд.кул.мясное)	15	1,65	3,00		33,60													
Итого:			560	16,19	11,01	93,53	533,93	0,03	0,20	0,11	15,28	13,54	13,06	1,83	143,52	32,11	155,73	4,35	7,79	

Завтрак для обучающихся, получающих льготное, бесплатное питание с 5 по 11 класс, обучающихся с ОВЗ с 5 по 11 класс

Таб №24/96	10185	Десерт фруктовый (яблоко)	70	0,28	0,28	7,91	35,28		0,02	0,01	7,00					11,20	6,30	7,70	1,54	
Тольятти 2013г.	20527	Макароны отварные с сыром	180	9,56	7,16	44,42	280,32	0,03	0,11	0,06	0,08	9,56	9,56	0,95	111,67	14,05	111,52	1,12		
№629/96	264	Чай лимонный	200	0,06	0,01	15,21	61,25		0,00	0,00	3,20	0,08	0,08	0,16	3,65	0,96	1,76	0,09		
ТТК	20364	Мясо прессованное порционное (изд.кул.мясное)	15	1,65	3,00		33,60													
ТТК	3026	Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,48		0,05	0,01		3,42	3,42	0,72	9,00	6,30	29,25	0,50		
Итого:			510	14,99	10,81	89,68	515,93	0,03	0,18	0,08	10,28	13,06	13,06	1,83	135,52	27,61	150,23	3,25	7,47	

Завтрак для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств с 5 по 11 класс

Таб №24/96	12131	Десерт фруктовый (груша)	85	0,34	0,26	6,76	38,74		0,02	0,03	4,25	0,34	0,03	0,17	16,15	10,20	13,60	1,96		
ТТК	19761	Бутерброд с мясом прессованным (изд.кул.батон)	20/25	2,10	1,13	12,85	69,99		0,03	0,01					4,75	3,25	16,25	0,30		
Тольятти 2013г.	20527	Макароны отварные с сыром	180	9,56	7,16	44,42	280,32	0,03	0,11	0,06	0,08	9,56	9,56	0,95	111,67	14,05	111,52	1,12		
№629/96	264	Чай лимонный	200	0,06	0,01	15,21	61,25		0,00	0,00	3,20	0,08	0,08	0,16	3,65	0,96	1,76	0,09		
Итого:			510	12,08	8,56	81,24	450,39	0,03	0,16	0,10	7,53	9,98	9,67	1,28	136,22	28,46	143,13	3,47	6,77	

Завтрак для обучающихся 5-11 классов, один из родителей (законных представителей) которых принимает участие в специальной военной операции

ТТК	19761	Бутерброд с мясом прессованным (изд.кул.батон)	20/25	2,10	1,13	12,85	69,99		0,03	0,01					4,75	3,25	16,25	0,30		
Таб №24/96	12131	Десерт фруктовый (груша)	85	0,34	0,26	6,76	38,74		0,02	0,03	4,25	0,34	0,03	0,17	16,15	10,20	13,60	1,96		
Тольятти 2013г.	20527	Макароны отварные с сыром	180	9,56	7,16	44,42	280,32	0,03	0,11	0,06	0,08	9,56	9,56	0,95	111,67	14,05	111,52	1,12		
№629/96	264	Чай лимонный	200	0,06	0,01	15,21	61,25		0,00	0,00	3,20	0,08	0,08	0,16	3,65	0,96	1,76	0,09		
Итого:			510	12,08	8,56	81,24	450,39	0,03	0,16	0,10	7,53	9,98	9,67	1,28	136,22	28,46	143,13	3,47	6,77	

Бесплатное одноразовое питание для обучающихся в 5-11 классах, для детей из многодетных семей, обучающихся в первую смену (завтрак)

Таб №24/96	12131	Десерт фруктовый (груша)	85	0,34	0,26	6,76	38,74		0,02	0,03	4,25	0,34	0,03	0,17	16,15	10,20	13,60	1,96		
ТТК	19761	Бутерброд с мясом прессованным (изд.кул.батон)	20/25	2,10	1,13	12,85	69,99		0,03	0,01					4,75	3,25	16,25	0,30		
Тольятти 2013г.	20527	Макароны отварные с сыром	180	9,56	7,16	44,42	280,32	0,03	0,11	0,06	0,08	9,56	9,56	0,95	111,67	14,05	111,52	1,12		
№629/96	264	Чай лимонный	200	0,06	0,01	15,21	61,25		0,00	0,00	3,20	0,08	0,08	0,16	3,65	0,96	1,76	0,09		
Итого:			510	12,08	8,56	81,24	450,39	0,03	0,16	0,10	7,53	9,98	9,67	1,28	136,22	28,46	143,13	3,47	6,77	

Обед бесплатный для обучающихся с 1 по 4 класс во вторую смену, ОВЗ с 1 по 4 класс, обучающихся с 1 по 4 класс, один из родителей (законных представителей) которых принимает участие в специальной военной операции

138/96	169	Суп картофельный с горохом	200	4,83	4,41	15,87	122,49		0,21	0,07	10,96	4,83			30,96	29,71	72,81	20,68		
ТТК	18867	Рис оригинальный с мясом птицы	50/150	17,41	15,61	41,89	377,70		0,06	0,04	4,61	4,20			29,21	36,41	100,39	0,99		
628/96г.	259	Чай с сахаром	200			14,97	66,18								0,45			0,05		
ТТК	5295	Булочка с маком	50	4,31	1,87	29,72	152,95	0,01	0,07	0,02		4,31	4,30	0,61	9,76	6,69	36,81	0,52		
Пром	350	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20		0,06	0,02		3,80			10,00	7,00	32,50	0,55		
Итого:			700	30,35	22,29	127,05	836,52	0,01	0,40	0,15	15,57	17,14	4,30	0,61	80,38	79,81	242,51	22,79	10,59	

Обед для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств с 1 по 4 класс

138/96	169	Суп картофельный с горохом	200	4,83	4,41	15,87	122,49		0,21	0,07	10,96	4,83			30,96	29,71	72,81	20,68		
ТТК	18867	Рис оригинальный с мясом птицы	50/150	17,41	15,61	41,89	377,70		0,06	0,04	4,61	4,20			29,21	36,41	100,39	0,99		
628/96г.	259	Чай с сахаром	200			14,97	66,18								0,45			0,05		
ТТК	5295	Булочка с маком	50	4,31	1,87	29,72	152,95	0,01	0,07	0,02		4,31	4,30	0,61	9,76	6,69	36,81	0,52		
Пром	350	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20		0,06	0,02		3,80			10,00	7,00	32,50	0,55		
Итого:			700	30,35	22,29	127,05	836,52	0,01	0,40	0,15	15,57	17,14	4,30	0,61	80,38	79,81	242,51	22,79	10,59	

Обед для обучающихся, получающих льготное, бесплатное питание с 5 по 11 класс, обучающихся с ОВЗ с 5 по 11 класс

138/96	169	Суп картофельный с горохом	200	4,83	4,41	15,87	122,49		0,21	0,07	10,96	4,83			30,96	29,71	72,81	20,68		
ТТК	18867	Рис оригинальный с мясом птицы	40/150	14,75	14,78	42,02	360,08		0,06	0,04	4,35	4,20			22,86	35,88	98,44	0,92		
628/96г.	259	Чай с сахаром	200			14,97	66,18								0,45			0,05		
Пром	2974	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76		0,04	0,01		3,04	3,04	0,64	8,00	5,60	26,00	0,44		
Итого:			630	22,82	19,51	92,54	642,51		0,31	0,12	15,31	12,07	3,04	0,64	62,27	71,19	197,25	22,09	7,71	

Обед для обучающихся, получающих питание за счет родительских средств с 5 по 11 класс

Таб №24/96	2464	Десерт фруктовый (апельсин)	100	0,90	0,20	8,10	37,80		0,04	0,03	60,00	0,90	0,90	2,00	34,00	13,00	23,00	0,30		
138/96	169	Суп картофельный с горохом	200	4,83	4,41	15,87	122,49		0,21	0,07	10,96	4,83			30,96	29,71	72,81	20,68		
ТТК	18867	Рис оригинальный с мясом птицы	50/150	17,41	15,61	41,89	377,70		0,06	0,04	4,61	4,20			29,21	36,41	100,39	0,99		
628/96г.	259	Чай с сахаром	200			14,97	66,18								0,45			0,05		
ТТК	5295	Булочка с маком	50	4,31	1,87	29,72	152,95	0,01	0,07	0,02		4,31	4,30	0,61	9,76	6,69	36,81	0,52		
ТТК	3026	Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,48		0,05	0,01		3,42	3,42	0,72	9,00	6,30	29,25	0,50		
Итого:			795	30,87	22,45	132,69	862,60	0,01	0,43	0,17	75,57	17,66	8,62	3,33	113,38	92,11	262,26	23,04	11,06	

Обед для обучающихся 5-11 классов, один из родителей (законных представителей) которых принимает участие в специальной военной операции

Таб №24/96	2464	Десерт фруктовый (апельсин)	100	0,90	0,20	8,10	37,80		0,04	0,03	60,00	0,90	0,90	2,00	34,00	13,00	23,00	0,30		
138/96	169	Суп картофельный с горохом	200	4,83	4,41	15,87	122,49		0,21	0,07	10,96	4,83			30,96	29,71	72,81	20,68		
ТТК	18867	Рис оригинальный с мясом птицы	50/150	17,41	15,61	41,89	377,70		0,06	0,04	4,61	4,20			29,21	36,41	100,39	0,99		
628/96г.	259	Чай с сахаром	200			14,97	66,18								0,45			0,05		
ТТК	5295	Булочка с маком	50	4,31	1,87	29,72	152,95	0,01	0,07	0,02		4,31	4,30	0,61	9,76	6,69	36,81			