Приложение № 3
к техническому заданию

Примерное цикличное меню для организации питания
в общеобразовательных учреждениях

Период		Наименование комплекса	Наименование блюд	Выход порции, г.
Неделя	День недели			
1 неделя	Понедельник	Завтрак для учащихся 1-4 классов, завтрак для учащихся 1-4 классов из малообеспеченных семей, многодетных семей, детей одиноких родителей	Колбаса в/к	1/20
			Каша молочная манная с маслом	200/10
			Какао с молоком	1/200
			Фрукты свежие	1/100
			Хлеб пшеничный/хлеб ржано-пшеничный	30/20
		Завтрак для учащихся 5-11классов, в том числе ЦО, завтрак для учащихся 5-11 классов, в том числе ЦО из малообеспеченных семей, многодетных семей, детей одиноких родителей	Овощи консервированные	1/30
			Гуляш из говядины	1/200
			Макаронные изделия отварные	1/180
			Какао с молоком	1/200
			Фрукты свежие	1/100
			Хлеб ржано-пшеничный	1/40
			Хлеб пшеничный	1/20
		Обед для учащихся 1-4 классов, в так же учащихся, посещающих группу продленного дня, обед для учащихся посещающих группу продленного дня из малообеспеченных семей, многодетных семей, детей одиноких родителей	Икра свекольная	1/60
			Суп из овощей со сметаной	250/10
			Шницель мясной	1/80
			Макароны отварные	1/150
			Компот из свежих апельсинов с вит. «С»	1/200
			Хлеб пшеничный, ржано-пшеничный	45/20
		Обед для учащихся 5-11 классов, в том числе ЦО, обед для учащихся 5-11 (коррекционных) классов, посещающих группу продленного дня и 8-11 классов ЦО из малообеспеченных семей, многодетных семей, детей одиноких родителей	Икра свекольная	1/100
			Суп из овощей со сметаной	250/10
			Шницель мясной	1/100
			Картофельное пюре	1/180
			Компот из свежих апельсинов с вит. «С»	1/200
			Хлеб пшеничный, ржано-пшеничный	60/40
		Полдник для учащихся 1- 11 классов	Пирожки печеные с капустой	1/75
			Сок	1/200
1 неделя	Вторник	Завтрак для учащихся 1-4 классов, завтрак для учащихся 1-4 классов из малообеспеченных семей, многодетных семей, детей одиноких родителей	Овощи консервированные	1/20
			Тефтели мясные школьные	1/155
			Каша гречневая рассыпчатая	1/150
			Чай с молоком	150/50/15
			Фрукты свежие	1/100
			Хлеб пшеничный/ хлеб ржано-пшеничный	30/20
		Завтрак для учащихся 5-11классов, в том числе ЦО, завтрак для учащихся 5-11 классов, в том числе ЦО из малообеспеченных семей, многодетных семей, детей одиноких родителей	Огурцы консервированные	1/30
			Тефтели мясные школьные	1/200
			Каша гречневая рассыпчатая	1/180
			Чай с молоком	150/50/15
			Фрукты свежие	1/100
			Хлеб ржано-пшеничный	1/20
			Хлеб пшеничный	1/40

		Обед для учащихся 1-4 классов, в так же учащихся, посещающих группу продленного дня, обед для учащихся посещающих группу продленного дня из малообеспеченных семей, многодетных семей, детей одиноких родителей	Салат из свежей капусты	1/60
			Суп картофельный с клецками	1/250
			Рыба тушеная с овощами	1/150
			Картофель отварной	1/150
			Кисель из яблок с вит. «С»	1/200
			Хлеб пшеничный, ржано-пшеничный	45/20
		Обед для учащихся 5-11 классов, в том числе ЦО, обед для учащихся 5-11 (коррекционных) классов, посещающих группу продленного дня и 8-11 классов ЦО из малообеспеченных семей, многодетных семей, детей одиноких родителей	Салат из свежей капусты	1/100
			Суп картофельный с клецками	1/250
			Рыба тушеная с овощами	1/200
			Картофель отварной	1/180
			Кисель из яблок) с вит. «С»	1/200
			Хлеб пшеничный, ржано-пшеничный	60/40
		Полдник для учащихся 1- 11 классов	Пирожки печеные с яблоками	1/75
			Молоко кипяченое	1/200
1 неделя	Среда	Завтрак для учащихся 1-4 классов, завтрак для учащихся 1-4 классов из малообеспеченных семей, многодетных семей, детей одиноких родителей	Бутерброд с маслом	1/40
			Запеканка из творога с молоком сгущенным	1/170
			Фрукты свежие	1/100
			Чай с лимоном	200/15/7
		Завтрак для учащихся 5-11классов, в том числе ЦО, завтрак для учащихся 5-11 классов, в том числе ЦО из малообеспеченных семей, многодетных семей, детей одиноких родителей	Сыр	1/30
			Запеканка из творога с молоком сгущенным	1/230
			Фрукты свежие	1/100
			Чай с лимоном	200/15/7
			Хлеб пшеничный	1/40
		Обед для учащихся 1-4 классов, в так же учащихся, посещающих группу продленного дня, обед для учащихся посещающих группу продленного дня из малообеспеченных семей, многодетных семей, детей одиноких родителей	Салат из моркови с яблоками	1/60
			Борщ из свежей капусты со сметаной	250/10
			Котлеты рубленые из птицы с маслом сливочным	80/5
			Рагу из овощей	1/150
			Компот из сухофруктов с вит. «С»	1/200
			Хлеб пшеничный, ржано-пшеничный	45/20
		Обед для учащихся 5-11 классов, в том числе ЦО, обед для учащихся 5-11 (коррекционных) классов, посещающих группу продленного дня и 8-11 классов ЦО из малообеспеченных семей, многодетных семей, детей одиноких родителей	Салат из моркови с яблоками	1/100
			Борщ из свежей капусты со сметаной	250/10
			Котлеты рубленые из птицы с маслом сливочным	100/10
			Рагу из овощей	1/180
			Компот из сухофруктов с вит. «С»	1/200
			Хлеб пшеничный, ржано-пшеничный	60/40
		Полдник для учащихся 1- 11 классов	Пирожки печеные с картофелем, луком	1/75
			Кефир	1/200
1 неделя	Четверг	Завтрак для учащихся 1-4 классов, завтрак для учащихся 1-4 классов из	Овощи консервированные	1/20
			Сосиски отварные	1/50
			Макаронные изделия	1/150

		малообеспеченных семей, многодетных семей, детей одиноких родителей	Чай с сахаром	200/15
			Хлеб пшеничный/ хлеб ржано-пшеничный	30/20
			Фрукты свежие (яблоки)	1/100
		Завтрак для учащихся 5-11классов, в том числе ЦО, завтрак для учащихся 5-11 классов, в том числе ЦО из малообеспеченных семей, многодетных семей, детей одиноких родителей	Овощи консервированные	1/30
			Сосиски отварные	1/100
			Макаронные изделия отварные	1/180
			Чай с сахаром	200/15
			Фрукты свежие	1/100
			Хлеб ржано-пшеничный	1/20
			Хлеб пшеничный	1/40
		Обед для учащихся 1-4 классов, в так же учащихся, посещающих группу продленного дня, обед для учащихся посещающих группу продленного дня из малообеспеченных семей, многодетных семей, детей одиноких родителей	Салат «Мазайка»	1/60
			Суп картофельный с мясными фрикадельками	250/35
			Печень тушеная в соусе	1/150
			Каша гречневая рассыпчатая	1/150
			Компот из свежих апельсинов и мандаринов с вит. «С»	1/200
			Хлеб пшеничный, ржано-пшеничный	45/20
		Обед для учащихся 5-11 классов, в том числе ЦО, обед для учащихся 5-11 (коррекционных) классов, посещающих группу продленного дня и 8-11 классов ЦО из малообеспеченных семей, многодетных семей, детей одиноких родителей	Салат «Мазайка»	1/100
			Суп картофельный с мясными фрикадельками	250/35
			Печень тушеная в соусе	1/200
			Каша гречневая рассыпчатая	1/180
			Компот из свежих апельсинов и мандаринов с вит. «С»	1/200
			Хлеб пшеничный, ржано-пшеничный	60/40
		Полдник для учащихся 1- 11 классов	Ватрушка с повидлом	1/75
			Чай с лимоном	200/15/7
1 неделя	Пятница	Завтрак для учащихся 1-4 классов, завтрак для учащихся 1-4 классов из малообеспеченных семей, многодетных семей, детей одиноких родителей	Овощи консервированные	1/20
			Биточки рыбные с маслом сливочным	80/5
			Картофельное пюре	1/150
			Чай с лимоном	200/15/7
			Фрукты свежие	1/100
			Хлеб пшеничный	1/30
			Хлеб ржано-пшеничный	1/20
		Завтрак для учащихся 5-11классов, в том числе ЦО, завтрак для учащихся 5-11 классов, в том числе ЦО из малообеспеченных семей, многодетных семей, детей одиноких родителей	Овощи консервированные	1/30
			Биточки рыбные с маслом сливочным	100/10
			Картофельное пюре	1/180
			Чай с лимоном	200/15/7
			Фрукты свежие	1/100
			Хлеб ржано-пшеничный	1/20
			Хлеб пшеничный	1/40
		Обед для учащихся 1-4 классов, в так же учащихся, посещающих группу продленного дня, обед для учащихся посещающих группу продленного дня из малообеспеченных семей, многодетных семей, детей одиноких родителей	Салат «Бурячок»	1/60
			Щи со свежей капустой, сметаной	250/10
			Плов	1/200
			Компот из свежих плодов с вит. «С»	1/200
			Хлеб пшеничный, ржано-пшеничный	45/20
		Обед для учащихся 5-11	Салат «Бурячок»	1/100

		классов, в том числе ЦО, обед для учащихся 5-11 (коррекционных) классов, посещающих группу продленного дня и 8-11 классов ЦО из малообеспеченных семей, многодетных семей, детей одиноких родителей	Щи из свежей капусты, сметана	250/10
			Плов	100/200
			Компот из свежих плодов с вит. «С»	1/200
			Хлеб пшеничный, ржано-пшеничный	60/40
		Полдник для учащихся 1- 11 классов	Пирожки печеные с мясом, рисом	1/75
			Молоко кипяченое	1/200
1 неделя	Суббота	Завтрак для учащихся 1-4 классов, завтрак для учащихся 1-4 классов из малообеспеченных семей, многодетных семей, детей одиноких родителей	Сыр	1/20
			Оладьи с яблоками, соус шоколадный	150/30
			Чай с сахаром	200/15
			Фрукты свежие	1/100
			Хлеб пшеничный	1/30
			Хлеб ржано-пшеничный	1/20
		Завтрак для учащихся 5-11 классов, а также учащихся 8-11 классов МБОУ "Центр образования", завтрак для учащихся 5-11 классов из малообеспеченных семей, многодетных семей, детей одиноких родителей	Сыр	1/30
			Жаркое по-домашнему	1/300
			Чай с сахаром	200/15
			Фрукты свежие	1/100
			Хлеб пшеничный	1/40
			Хлеб ржано-пшеничный	1/20
2 неделя	Понедельник	Завтрак для учащихся 1-4 классов, завтрак для учащихся 1-4 классов из малообеспеченных семей, многодетных семей, детей одиноких родителей	Колбаса в/к	1/20
			Каша молочная пшенная с маслом, сахаром	200/10/10
			Кофейный напиток с молоком	1/200
			Фрукты свежие	1/100
			Хлеб пшеничный	1/30
			Хлеб ржано-пшеничный	1/20
		Завтрак для учащихся 5-11классов, в том числе ЦО, завтрак для учащихся 5-11 классов, в том числе ЦО из малообеспеченных семей, многодетных семей, детей одиноких родителей	Овощи консервированные	1/30
			Мясо духовое	1/260
			Кофейный напиток с молоком	1/200
			Фрукты свежие	1/100
			Хлеб ржано-пшеничный	1/40
			Хлеб пшеничный	1/20
		Обед для учащихся 1-4 классов, в так же учащихся, посещающих группу продленного дня, обед для учащихся посещающих группу продленного дня из малообеспеченных семей, многодетных семей, детей одиноких родителей	Икра морковная	1/60
			Суп картофельный с макаронными изделиями	1/250
			Цыплята тушеные в соусе Птица тушеная в соусе	1/150 1/150
			Каша рисовая рассыпчатая	1/150
			Компот из свежих яблок с вит. «С»	1/200
			Хлеб пшеничный, ржано-пшеничный	45/200
		Обед для учащихся 5-11 классов, в том числе ЦО, обед для учащихся 5-11 (коррекционных) классов, посещающих группу продленного дня и 8-11 классов ЦО из малообеспеченных семей, многодетных семей, детей одиноких родителей	Икра морковная	1/100
			Суп картофельный с макаронными изделиями	1/250
			Цыплята тушеные в соусе	1/150
			Каша рисовая рассыпчатая	1/180
			Компот из свежих яблок с вит. «С»	1/200
			Хлеб пшеничный, ржано-пшеничный	60/40
		Полдник для учащихся 1- 11	Пирожки печеные с	1/75

		классов	картофелем, луком	
			Сок фруктовый	1/200
2 неделя	Вторник	Завтрак для учащихся 1-4 классов, завтрак для учащихся 1-4 классов из малообеспеченных семей, многодетных семей, детей одиноких родителей	Овощи консервированные	1/20
			Оладьи из печени маслом сливочным	80/5
			Картофельное пюре	1/150
			Чай с лимоном	200/15/7
			Фрукты свежие	1/100
			Хлеб пшеничный/ хлеб ржано-пшеничный	30/20
		Завтрак для учащихся 5-11классов, в том числе ЦО, завтрак для учащихся 5-11 классов, в том числе ЦО из малообеспеченных семей, многодетных семей, детей одиноких родителей	Овощи консервированные	1/30
			Оладьи из печени с маслом сливочным	100/10
			Картофельное пюре	1/180
			Чай с лимоном	200/15/7
			Фрукты свежие	1/100
			Хлеб ржано-пшеничный	1/20
			Хлеб пшеничный	1/40
		Обед для учащихся 1-4 классов, в так же учащихся, посещающих группу продленного дня, обед для учащихся посещающих группу продленного дня из малообеспеченных семей, многодетных семей, детей одиноких родителей	Салат «Школьный»	1/60
			Борщ со свежей капустой, сметаной	250/10
			Гуляш	1/150
			Макаронные изделия отварные с овощами	1/150
			Компот из свежих апельсинов и мандаринов витамином "С"	1/200
			Хлеб пшеничный, ржано-пшеничный	45/20
		Обед для учащихся 5-11 классов, в том числе ЦО, обед для учащихся 5-11 (коррекционных) классов, посещающих группу продленного дня и 8-11 классов ЦО из малообеспеченных семей, многодетных семей, детей одиноких родителей	Салат «Школьный»	1/100
			Борщ со свежей капустой, сметаной	250/10
			Гуляш	1/200
			Макаронные изделия отварные	1/180
			Компот из свежих апельсинов и мандаринов витамином "С"	1/200
			Хлеб пшеничный, ржано-пшеничный	60/40
		Полдник для учащихся 1- 11 классов	Ватрушка с повидлом	1/75
			Молоко кипяченое	1/200
2 неделя	Среда	Завтрак для учащихся 1-4 классов, завтрак для учащихся 1-4 классов из малообеспеченных семей, многодетных семей, детей одиноких родителей	Бутерброд с маслом	1/40
			Сырники из творога с повидлом	1/170
			Фрукты свежие	1/100
			Чай с сахаром	200/15
		Завтрак для учащихся 5-11 классов, а также учащихся 8-11 классов МБОУ "Центр образования", завтрак для учащихся 5-11 классов из малообеспеченных семей, многодетных семей, детей одиноких родителей	Сыр	1/30
			Сырники из творога с повидлом	1/230
			Фрукты свежие	1/100
			Чай с сахаром	200/15
			Хлеб пшеничный	1/40
		Обед для учащихся 1-4 классов, в так же учащихся, посещающих группу продленного дня, обед для учащихся посещающих группу продленного дня из малообеспеченных семей,	Салат «Бурячок»	1/60
			Суп картофельный с горохом, гренками	250/20
			Рыба припущенная с маслом сливочным	80/5
			Рис припущенный с томатом	1/150

		многодетных семей, детей одиноких родителей	Кисель из повидла с вит. «С»	1/200
			Хлеб пшеничный, ржано-пшеничный	45/20
		Обед для учащихся 5-11 классов, а так же учащихся 8-11 классов МБОУ "Центр образования", обед для учащихся 8-11 классов МБОУ ЦО из малообеспеченных семей, многодетных семей, детей одиноких родителей	Салат «Бурячок»	1/100
			Суп картофельный с горохом, гренками	250/20
			Рыба припущенная с маслом сливочным	100/10
			Рис припущенный с томатом	1/180
			Кисель из повидла с вит. «С»	1/200
			Хлеб пшеничный, ржано-пшеничный	60/40
		Полдник для учащихся 1- 11 классов	Пирожки печеные с мясом, луком	1/75
			Кисломолочный напиток «Йогурт»	1/200
2 неделя	Четверг	Завтрак для учащихся 1-4 классов, завтрак для учащихся 1-4 классов из малообеспеченных семей, многодетных семей, детей одиноких родителей	Овощи консервированные	1/20
			Сосиски отварные	1/50
			Капуста тушеная	1/150
			Чай с молоком	150/50/15
			Фрукты свежие	1/100
			Хлеб пшеничный, ржано-пшеничный	45/20
		Завтрак для учащихся 5-11классов, в том числе ЦО, завтрак для учащихся 5-11 классов, в том числе ЦО из малообеспеченных семей, многодетных семей, детей одиноких родителей	Сыр	1/30
			Сосиски отварные	1/100
			Капуста тушеная	1/180
			Фрукты свежие	1/100
			Чай с молоком	150/50/15
			Хлеб ржано-пшеничный	1/20
			Хлеб пшеничный	1/40
		Обед для учащихся 1-4 классов, в так же учащихся, посещающих группу продленного дня, обед для учащихся посещающих группу продленного дня из малообеспеченных семей, многодетных семей, детей одиноких родителей	Салат из свежей капусты	1/60
			Суп картофельный с рыбными фрикадельками	250/50
			Бефстроганов	1/150
			Каша гречневая рассыпчатая	1/150
			Компот из сухофруктов с витамином "С"	1/200
			Хлеб пшеничный, ржано-пшеничный	45/20
		Обед для учащихся 5-11 классов, в том числе ЦО, обед для учащихся 5-11 (коррекционных) классов, посещающих группу продленного дня и 8-11 классов ЦО из малообеспеченных семей, многодетных семей, детей одиноких родителей	Салат из свежей капусты	1/100
			Суп картофельный с рыбными фрикадельками	250/50
			Бефстроганов	1/200
			Каша гречневая рассыпчатая	1/180
			Компот из сухофруктов с витамином "С"	1/200
			Хлеб пшеничный, ржано-пшеничный	60/40
		Полдник для учащихся 1- 11 классов	Ватрушка с творогом	1/75
			Чай с лимоном	200/15/7
2 неделя	Пятница	Завтрак для учащихся 1-4 классов, завтрак для учащихся 1-4 классов из малообеспеченных семей, многодетных семей, детей одиноких родителей	Овощи консервированные	1/20
			Плов из птицы	1/200
			Чай с лимоном	200/15/7
			Хлеб пшеничный, ржано-пшеничный	30/20
			Фрукты свежие	1/100
		Завтрак для учащихся 5-	Овощи консервированные	1/30

		11классов, в том числе ЦО, завтрак для учащихся 5-11 классов, в том числе ЦО из малообеспеченных семей, многодетных семей, детей одиноких родителей	Плов из птицы	1/275
			Чай с лимоном	200/15/7
			Фрукты свежие	1/100
			Хлеб ржано-пшеничный	1/20
			Хлеб пшеничный	1/40
		Обед для учащихся 1-4 классов, в так же учащихся, посещающих группу продленного дня, обед для учащихся посещающих группу продленного дня из малообеспеченных семей, многодетных семей, детей одиноких родителей	Винегрет	1/60
			Рассольник «Ленинградский» со сметаной	250/10
			Котлеты мясные	1/80
			Картофельное пюре	1/150
			Компот из свежих плодов с витамином "С"	1/200
			Хлеб пшеничный, ржано-пшеничный	45/20
		Обед для учащихся 5-11 классов, в том числе ЦО, обед для учащихся 5-11 (коррекционных) классов, посещающих группу продленного дня и 8-11 классов ЦО из малообеспеченных семей, многодетных семей, детей одиноких родителей	Винегрет	1/100
			Рассольник «Ленинградский» со сметаной	250/10
			Котлеты мясные	1/100
			Картофельное пюре	1/180
			Компот из свежих плодов с витамином "С"	1/200
			Хлеб пшеничный, ржано-пшеничный	60/40
		Полдник для учащихся 1- 11 классов	Пирожки печеные с капустой	1/75
			Молоко кипяченое	1/200
2 неделя	Суббота	Завтрак для учащихся 1-4 классов, завтрак для учащихся 1-4 классов из малообеспеченных семей, многодетных семей, детей одиноких родителей	Сыр	1/20
			Блинчики со сгущенным молоком	150/20
			Чай с сахаром	200/15
			Фрукты свежие	1/100
			Хлеб пшеничный, ржано-пшеничный	30/20
		Завтрак для учащихся 5-11 классов, а также учащихся 8-11 классов МБОУ "Центр образования", завтрак для учащихся 5-11 классов из малообеспеченных семей, многодетных семей, детей одиноких родителей	Колбаса в/к	1/30
			Котлеты Студенческие	1/100
			Макаронные изделия отварные	1/180
			Чай с сахаром	200/15
			Фрукты свежие	1/100
			Хлеб пшеничный, ржано-пшеничный	40/20

ЗАКАЗЧИК

Директор МБОУ «СШ № 43»

_____И.В. Вдовин

ИСПОЛНИТЕЛЬ

Директор
ООО «ПРОСЕРВИС ТАЙМЫР»

_____ С.Г. Дьяков