



«УТВЕРЖДАЮ»  
Директор МБУ «Дирекция по организации  
питания»  
« 25 » марта 2026 г.  
Е.В. Пороховой

4-х недельное примерное цикличное меню трёхразового горячего питания учащихся начальных классов на четвёртую четверть 2025-2026 учебного года в общеобразовательных учреждениях:

Канавинского района школы № 41, 51, 52, 55, 75, 96, 96ф, 109, 109ф, 110, 121, 167, 168, 168ф, 176, 181, гимназия №50  
Ленинского района школы № 60, 62, 72, 91, 94, 97, 100, 101, 106, 120, 123, 138, 160, 175, 177, 182(1к), 182(2к), 185ф, гимназия №184,  
лицей №180  
Московского района школы № 21, 64, 64ф, 66, 69, 70, 73, 74, 93, 115(1к), 115(2к), 118, 139, 146, 149, 172, 178, лицей №87, гимназия №67  
Сормовского района школы № 9, 26, 27, 76, 77, 78, 79, 81, 84, 85, 117, 117ф, 141, 183ф, лицей №82  
Нижегородского района школы № 3, 7, 14, 19, 22, 30, 33, 35, 42, 102, 103, 113, лицей №8, 40, 40ф, гимназии №1, 1ф, 13ф  
Советского района школы № 18, 24, 29, 44, 46, 47, 49, 54, 122, 151, 173, 188, 188ф, 189, гимназии №25, 53, лицей №28ф  
Приокского района школы № 11, 32, 34, 45, 48, 88, 88ф, 89, 132, 134, 135, 140, 152, 154, 174, гимназия №17  
Автозаводского района №5, 6, 12, 15, 16, 16ф, 20, 37, 43, 58, 59, 63, 105, 111, 114, 119, 124, 125, 126, 127, 128, 129, 130, 133, 137, 144, 145, 161  
169, 170, 171, 179, 190, лицей №36, 165, гимназия №136

Организатор питания МБУ «Дирекция по организации питания»





312	Пюре картофельное	150	3,1	5,2	12,1	108	38	28	82	1,00	0,10	5,10	0,10
	Печенье	20	1,6	3,2	13,0	88	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
389	Сок фруктовый	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами	25/29	4,1	0,9	27,4	134	30	0	0	1,60	0,18	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>30,6</b>	<b>30,0</b>	<b>83,5</b>	<b>734</b>	<b>104</b>	<b>72</b>	<b>158</b>	<b>5,72</b>	<b>0,80</b>	<b>5,83</b>	<b>0,15</b>
	Полдник												
	Нижгородская сдоба с маком глазированной	100	8,0	9,0	73,0	400	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
348	Компот из кураги	200	1,1	0,0	13,2	86	33	21	29	0,70	0,00	0,90	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>9,1</b>	<b>9,0</b>	<b>86,2</b>	<b>486</b>	<b>33</b>	<b>21</b>	<b>29</b>	<b>0,70</b>	<b>0,00</b>	<b>0,90</b>	<b>0,00</b>
	<b>Итого:</b>		<b>58,7</b>	<b>63,5</b>	<b>233,8</b>	<b>1773</b>	<b>330</b>	<b>157</b>	<b>371</b>	<b>9,63</b>	<b>0,98</b>	<b>18,33</b>	<b>0,17</b>
	Вторая неделя												
	Понедельник												
	Завтрак												
14	Масло сливочное	10	0,1	7,3	0,1	66	2	0	3	0,00	0,00	0,00	0,00
ТТК 57	Пудинг "Лакомка" с вареньем	150/25	14,1	9,3	56,4	366	12	5	23	0,40	0,03	0,24	0,02
338	Фрукты свежие	140	0,5	0,5	13,7	62	23	13	15	3,10	0,00	14,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Батон, витаминный с микронутриентами	20	1,6	0,4	11,4	56	8	0	0	0,40	0,06	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>16,5</b>	<b>17,6</b>	<b>86,6</b>	<b>571</b>	<b>50</b>	<b>22</b>	<b>49</b>	<b>4,80</b>	<b>0,09</b>	<b>14,34</b>	<b>0,02</b>
	Обед												
88	Суп из овощей, с зеленью	200	1,4	4,0	7,6	72	18	15	42	0,64	0,16	10,40	0,00
260	Гуляш из говядины	100	10,6	10,5	2,4	146	16	18	23	1,20	0,06	0,50	0,01
302	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,5	7,3	36,6	246	15	133	201	4,50	0,20	0,00	0,00
	Вафли	20	0,8	7,0	10,8	110	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
389	Сок фруктовый	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами	25/46	5,5	1,2	37,1	182	36	0	0	1,90	0,24	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>27,0</b>	<b>30,1</b>	<b>104,6</b>	<b>797</b>	<b>90</b>	<b>170</b>	<b>274</b>	<b>9,14</b>	<b>0,66</b>	<b>11,00</b>	<b>0,01</b>
	Полдник												
	Плошка домашняя	100	8,0	7,0	64,0	357	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
ТТК 206	Компот из ягод	200	0,2	0,1	12,0	49	11	8	9	0,20	0,00	4,50	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>8,2</b>	<b>7,1</b>	<b>76,0</b>	<b>406</b>	<b>11</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>0,2</b>	<b>0,0</b>	<b>4,5</b>	<b>0,0</b>
	<b>Итого:</b>		<b>51,7</b>	<b>54,8</b>	<b>267,2</b>	<b>1774</b>	<b>151</b>	<b>200</b>	<b>332</b>	<b>14,14</b>	<b>0,75</b>	<b>29,84</b>	<b>0,03</b>
	Вторник												
	Завтрак												
14	Масло шоколадное	15	0,2	9,3	3,3	98	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ТТК 147	Каша молочная "Дружба" с маслом	150/5	4,7	6,6	22,5	168	124	27	127	0,50	0,08	1,30	0,20
	Йогурт	100	2,8	2,8	11,5	82	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Батон, витаминный с микронутриентами	41	3,3	0,8	23,5	115	16	0	0	0,82	0,13	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>11,2</b>	<b>19,6</b>	<b>65,8</b>	<b>484</b>	<b>145</b>	<b>31</b>	<b>135</b>	<b>2,22</b>	<b>0,21</b>	<b>1,40</b>	<b>0,20</b>
	Обед												
157	Солянка домашняя со сметаной, зеленью	205	5,5	5,1	5,6	91	17	26	56	0,90	0,13	4,20	0,01
271	Биточки домашние	100	13,8	11,3	10,1	198	10	10	53	1,00	0,30	0,00	0,00
309	Вермишель отварная	150	5,4	4,9	27,9	178	6	8	35	0,80	0,10	0,00	0,00
71	Огурцы свежие (доп.гарнир)	40	0,3	0,0	1,0	6	9	6	17	0,24	0,01	4,00	0,00
	Печенье	20	1,6	3,2	13,0	88	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ТТК 89	Компот из апельсинов	200	0,2	0,1	17,0	69	9	3	6	0,10	0,01	15,00	0,00
	Хлеб полезный с микронутриентами/ Батон, витаминный с микронутриентами	25/31	4,3	0,9	28,5	140	30	0	0	1,60	0,19	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>31,1</b>	<b>25,5</b>	<b>103,1</b>	<b>770</b>	<b>81</b>	<b>53</b>	<b>167</b>	<b>4,64</b>	<b>0,74</b>	<b>23,20</b>	<b>0,01</b>











348	Компот из кураги	200	1,1	0,0	13,2	86	33	21	29	0,70	0,00	0,90	0,00
	Хлеб полезный с микроэлементами/ Батон, витаминный с микроэлементами	25/28	4,0	0,9	26,8	131	29	0	0	1,50	0,18	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>37,7</b>	<b>19,1</b>	<b>96,8</b>	<b>740</b>	<b>101</b>	<b>62</b>	<b>152</b>	<b>5,8</b>	<b>1,6</b>	<b>10,3</b>	<b>1,0</b>
	<b>Подлник</b>												
376	Изделие сдобное "Ярмарочное с варёной сгущённой" чай с сахаром	100	7,3	5,2	50,1	276	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	<b>Итого:</b>		<b>7,5</b>	<b>5,3</b>	<b>55,1</b>	<b>297</b>	<b>5</b>	<b>4</b>	<b>8</b>	<b>0,90</b>	<b>0,00</b>	<b>0,10</b>	<b>0,00</b>
	<b>Итого:</b>		<b>56,0</b>	<b>43,6</b>	<b>220,2</b>	<b>1527</b>	<b>242</b>	<b>93</b>	<b>281</b>	<b>8,84</b>	<b>1,77</b>	<b>11,70</b>	<b>1,20</b>
	<b>Пятница</b>												
	<b>Завтрак</b>												
ТТК 500	Шницель "Нежный"	90	15,0	12,2	11,9	219	9	29	72	1,20	0,20	0,30	0,01
312	Пюре картофельное	180	3,8	6,3	14,5	130	46	33	99	1,20	0,00	0,40	0,10
	Фруктовое пюре	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
377	Чай с лимоном	200/7	0,3	0,1	5,2	23	8	5	10	0,88	0,00	2,90	0,00
	Батон, витаминный с микроэлементами	31	2,5	0,6	17,7	87	12	0	0	0,60	0,10	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>21,6</b>	<b>19,2</b>	<b>63,1</b>	<b>514</b>	<b>75</b>	<b>67</b>	<b>181</b>	<b>3,9</b>	<b>0,3</b>	<b>3,6</b>	<b>0,1</b>
	<b>Обед</b>												
ТТК 83	Суп Минестроне	200	2,4	4,2	10,8	90	114	126	342	0,58	0,27	28,00	0,30
285	Макароник с мясом	150	15,9	13,1	29,5	300	17	17	98	1,50	0,10	0,30	0,01
338	Фрукты свежие	140	0,5	0,5	13,7	62	23	13	15	3,10	0,00	14,00	0,00
	Кекс для детского питания	28	1,7	6,2	15,7	124	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
ТТК 206	Компот из ягод	200	0,2	0,1	12,0	49	11	8	9	0,20	0,00	4,50	0,00
	Хлеб полезный с микроэлементами/ Батон, витаминный с микроэлементами	25/54	6,1	1,4	41,7	204	40	0	0	2,10	0,26	0,00	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>26,8</b>	<b>25,5</b>	<b>123,4</b>	<b>829</b>	<b>205</b>	<b>164</b>	<b>464</b>	<b>7,5</b>	<b>0,6</b>	<b>46,8</b>	<b>0,3</b>
	<b>Подлник</b>												
376	Сдоба Аппетитная с начинкой фруктово-ягодной	100	6,5	6,5	86,0	270	0	0	0	0,00	0,00	0,00	0,00
	чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	<b>Всего:</b>		<b>6,7</b>	<b>6,6</b>	<b>91,0</b>	<b>291</b>	<b>5</b>	<b>4</b>	<b>8</b>	<b>0,90</b>	<b>0,00</b>	<b>0,10</b>	<b>0,00</b>
	<b>Итого:</b>		<b>55,1</b>	<b>51,3</b>	<b>277,5</b>	<b>1634</b>	<b>285</b>	<b>235</b>	<b>653</b>	<b>12,26</b>	<b>0,93</b>	<b>50,50</b>	<b>0,42</b>
	<b>Итого по меню:</b>		<b>1060,5</b>	<b>1116,0</b>	<b>4922,0</b>	<b>33570</b>	<b>6613</b>	<b>2677</b>	<b>8797</b>	<b>216,0</b>	<b>22,60</b>	<b>732,5</b>	<b>48,94</b>
	среднее за день		<b>53,0</b>	<b>55,8</b>	<b>246,1</b>	<b>1678</b>	<b>331</b>	<b>134</b>	<b>440</b>	<b>10,80</b>	<b>1,13</b>	<b>36,63</b>	<b>2,45</b>

Начальник производственно-технологического отдела МБУ "Дирекция по организации питания" Н.В.Решетникова