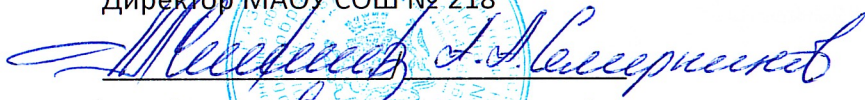


«СОГЛАСОВАНО»

Директор МАОУ СОШ № 218

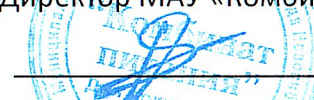


«28» августа 2025 г.



«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МАУ «Комбинат питания»



Г.Г. Волков

28 августа 2025 г.



Типовое (базовое) меню для организации питания обучающихся общеобразовательных организаций Новосибирской области, обслуживаемых МАУ «Комбинат питания»

Учебный год 2025-2026

на период «осень- зима» для питания детей по категориям:

- 1) для учащихся 1-4 классов (7-11 лет);
- 2) для учащихся из малообеспеченных семей (7-11 лет, 12-18 лет);
- 3) для учащихся ОВЗ (7-11 лет, 12-18 лет);
- 4) для учащихся (7-11 лет, 12-18 лет);
- 5) для учащихся из семей мобилизованных и иных категорий граждан, принимающих участие в СВО.

**Типовое (базовое) меню для организации питания обучающихся 1-4 классов (ГОС) общеобразовательных организаций Новосибирской области,
обслуживаемых МАУ "Комбинат питания" 82,26 руб.**

с 7-11 лет

Сезон: осень- зима

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
1 неделя							
1 день							
Завтрак	Сыр порционный	10	2,68	2,66	0,00	34,66	№101,2013
	Каша пшенная молочная жидкая с маслом	210	5,06	10,21	25,82	215,42	ТТК
	Чай с сахаром и лимоном	207	0,26	0,06	10,26	42,61	ТТК
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,91	71,19	№108,2013
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,41	0,21	14,94	67,29	№109,2013
	Пюре яблочное	125	0,94	0,14	9,96	44,86	пром
Всего		612	12,63	13,55	75,89	476,03	
Обед	Тефтели мясные в соусе томатном	110	8,37	10,83	12,01	179,03	ТТК
	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,11	5,64	41,17	251,86	ТТК
	Напиток витаминизированный Черносмородиновый	200	0,00	0,00	16,48	65,92	ТТК
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,91	71,19	№108,2013
	Хлеб ржано-пшеничный	33	1,55	0,23	16,43	74,02	№ 109, сб. 2013г
Всего		553	21,31	16,97	101,01	642,02	
2 день							
Завтрак	Котлеты рубленные из филе птицы с маслом	105	16,08	9,04	20,85	229,10	ТТК
	Макаронные изделия отварные	150	5,83	5,37	37,10	220,01	ТТК
	Чай с сахаром и молоком	200	1,78	1,65	12,35	71,42	ТТК
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,91	71,19	№108,2013
	Хлеб ржано-пшеничный	32	1,50	0,22	15,94	71,78	№ 109, сб. 2013г
Всего		517	27,48	16,56	101,15	663,50	
Обед	Жаркое по-Домашнему из филе птицы	240	17,53	9,06	29,92	271,34	ТТК
	Компот из свежих плодов (яблоки)	200	0,16	0,16	13,90	57,68	ТТК
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,91	71,19	№108,2013
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,41	0,21	14,94	67,29	№109,2013
Всего		500	21,38	9,70	73,67	467,50	
3 день							

Завтрак	Бутерброд с повидлом, маслом на булочке с кунжутом	80	4,58	10,94	40,81	280,00	ТТК
	Каша манная молочная жидкая с маслом	155	3,13	5,38	17,45	130,74	ТТК
	Кофейный напиток на молоке	200	2,06	1,99	17,98	98,04	ТТК
	Хлеб ржано-пшеничный	26	1,22	0,18	12,95	58,32	№ 109, сб. 2013г
	Пюре яблочное	125	0,94	0,14	9,96	44,86	пром
Всего		586	11,94	18,62	99,15	611,96	
Обед	Рыба тушеная в томате с овощами /минтай/	100	8,19	5,64	4,79	102,67	№309, 1994
	Рис припущенный	150	3,72	4,33	38,92	209,52	ТТК
	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	19,64	83,80	ТТК
	Хлеб пшеничный	27	2,05	0,24	13,42	64,07	№108,2013
	Хлеб ржано-пшеничный	23	1,08	0,16	11,45	51,59	№ 109, сб. 2013г
Всего		500	15,72	10,65	88,23	511,66	
4 день							
Завтрак	Котлеты Тотошка запеченные в соусе сметанном с томатном	100	16,80	6,24	12,79	174,49	ТТК
	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,06	7,79	40,87	269,84	ТТК
	Чай с сахаром	200	0,20	0,05	10,05	41,46	ТТК
	Хлеб пшеничный	24	1,82	0,22	11,93	56,95	№ 108, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	26	1,22	0,18	12,95	58,32	№ 109, сб. 2013г
Всего		500	29,10	14,48	88,58	601,05	
Обед	Запеканка из печени с рисом с соусом сметанным	100	12,85	14,56	13,72	237,31	ТТК
	Пюре картофельное	150	3,36	4,70	26,43	161,40	ТТК
	Напиток мандариновый	200	0,18	0,04	11,63	47,62	ТТК
	Хлеб пшеничный	29	2,20	0,26	14,41	68,82	№ 108, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	28	1,32	0,20	13,94	62,80	№ 109, сб. 2013г
Всего		507	19,91	19,76	80,13	577,95	
5 день							
Завтрак	Каша Дружба	205	5,87	7,63	29,42	209,87	ТТК
	Какао с молоком	200	4,13	3,81	15,00	110,76	ТТК
	Хлеб пшеничный	29	2,20	0,26	14,41	68,82	№ 108, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	27	1,27	0,19	13,45	60,56	№ 109, сб. 2013г
	Яблоко свежее	180	0,72	0,72	17,64	79,92	№112,2013
Всего		641	14,20	12,61	89,92	529,93	
Обед	Филе птицы тушеное в соусе сметанном с томатом	100	12,82	6,27	4,13	124,23	ТТК
	Макаронные изделия отварные	150	6,63	3,26	42,35	225,24	ТТК
	Компот из плодов или ягод сушеных (курага)	200	1,04	0,06	20,18	85,42	ТТК
	Хлеб пшеничный	24	1,82	0,22	11,93	56,95	№ 108, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	29	1,36	0,20	14,44	65,05	№ 109, сб. 2013г
Всего		503	23,68	10,01	93,03	556,89	

6 день							
Завтрак	Кнели куриные с рисом в соусе томатном	90	16,13	4,58	7,21	134,59	ТТК
	Картофель отварной	150	2,95	3,95	28,73	162,30	ТТК
	Кофейный напиток на молоке	200	2,06	1,99	17,98	98,04	ТТК
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,91	71,19	№108,2013
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,41	0,21	14,94	67,29	№109,2013
Всего		500	24,83	11,00	83,77	533,41	
Обед	Котлета Мозаика	100	17,48	9,89	12,47	208,83	ТТК
	Капуста тушеная	150	3,86	5,33	17,53	133,49	ТТК
	Напиток витаминизированный Клюквенный	200	0,00	0,00	16,48	65,92	ТТК
	Хлеб пшеничный	24	1,82	0,22	11,93	56,95	№ 108, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	26	1,22	0,18	12,95	58,32	№ 109, сб. 2013г
Всего		500	24,39	15,61	71,36	523,51	
2 неделя							
1 день							
Завтрак	Бутерброд с маслом	30	1,60	7,43	10,07	113,55	ТТК
	Макаронные изделия отварные с сыром маслом	150	8,50	11,60	28,33	251,72	ТТК
	Чай с сахаром и лимоном	207	0,26	0,06	10,26	42,61	ТТК
	Хлеб ржано-пшеничный	22	1,03	0,15	10,96	49,35	№ 109, сб. 2013г
	Пюре яблочное	125	0,94	0,14	9,96	44,86	пром
Всего		534	12,34	19,38	69,58	502,09	
Обед	Фрикадельки из филе курицы в соусе красном	120	19,61	2,41	14,34	157,45	ТТК
	Каша перловая рассыпчатая	150	4,66	5,98	33,21	205,34	ТТК
	Напиток витаминизированный Вишневый	200	0,00	0,00	16,48	65,92	ТТК
	Хлеб пшеничный	29	2,20	0,26	14,41	68,82	№ 108, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	27	1,27	0,19	13,45	60,56	№ 109, сб. 2013г
Всего		526	27,75	8,84	91,89	558,09	
2 день							
Завтрак	Шницель рубленый из филе птицы	100	16,04	5,42	20,79	196,06	ТТК
	Пюре картофельное	150	3,26	3,60	25,52	147,54	ТТК
	Чай с сахаром и молоком	200	1,78	1,65	12,35	71,42	ТТК
	Хлеб пшеничный	24	1,82	0,22	11,93	56,95	№ 108, сб. 2013г
	Хлеб ржано-пшеничный	26	1,22	0,18	12,95	58,32	№ 109, сб. 2013г
Всего		500	24,12	11,07	83,54	530,29	
Обед	Печень по-строгановски	100	9,83	9,15	6,01	145,73	№431, 2004
	Каша пшеничная рассыпчатая	150	5,91	3,77	34,54	195,72	ТТК
	Напиток мандариновый	200	0,18	0,04	11,63	47,62	ТТК
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	9,94	47,46	№108,2013
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,41	0,21	14,94	67,29	№109,2013
Всего		500	18,84	13,36	77,07	503,82	

3 день							
Завтрак	Бутерброд с сыром и маслом на булочке с кунжутом	70	7,20	13,59	28,01	263,15	№ 111, 2012
	Каша ячневая молочная вязкая с маслом	205	7,77	7,40	39,44	255,48	Пермь
	Чай с сахаром	200	0,20	0,05	10,05	41,46	ТТК
	Хлеб ржано - пшеничный	15	0,71	0,11	7,47	33,65	ТТК
	Пюре яблочное	125	0,94	0,14	9,96	44,86	№109,2013
Всего		615	16,82	21,29	94,93	638,58	пром
Обед	Плов из филе птицы	240	19,38	13,36	50,96	401,60	
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,10	23,82	98,18	ТТК
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,91	71,19	ТТК
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,41	0,21	14,94	67,29	№108,2013
Всего		500	23,57	13,94	104,63	67,29	№109,2013
4 день						638,26	
Завтрак	Тефтели мясные в соусе томатном	125	11,41	13,26	13,58	219,30	
	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,06	7,79	40,87	269,84	ТТК
	Кофейный напиток на молоке	200	2,06	1,99	17,98	98,04	ТТК
	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,14	7,46	35,60	ТТК
	Хлеб ржано-пшеничный	16	0,75	0,11	7,97	35,89	№108,2013
Всего		506	24,42	23,29	87,85	658,66	№ 109, сб. 2013г
Обед	Котлета из минтая	100	9,80	6,30	19,79	175,02	
	Картофель отварной	150	2,95	3,95	28,73	162,30	ТТК
	Напиток лимонный	200	0,14	0,02	10,46	42,56	ТТК
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,91	71,19	ТТК
	Хлеб ржано-пшеничный	20	0,94	0,14	9,96	44,86	№108,2013
Всего		500	16,11	10,68	83,85	495,93	№109,2013
5 день							
Завтрак	Каша рисовая молочная жидкая с маслом	205	5,63	7,41	33,99	225,14	
	Какао с молоком	200	4,13	3,81	15,00	110,76	ТТК
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,91	71,19	ТТК
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,41	0,21	14,94	67,29	№108,2013
	Мандарины свежие	100	0,80	0,20	7,50	35,00	№109,2013
Всего		565	14,25	11,89	86,34	509,39	№112,2013
Обед	Биточки мясные в соусе красном основном	100	10,57	7,60	16,78	177,77	
	Макаронные изделия отварные	150	5,83	5,37	37,10	220,01	ТТК
	Компот из свежих плодов (яблоки)	200	0,16	0,16	13,90	57,68	ТТК
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,91	71,19	ТТК
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,41	0,21	14,94	67,29	№108,2013
Всего		510	20,25	13,61	97,63	593,95	№109,2013
6 день							
Завтрак	Омлет с запеченным картофелем	150	12,45	24,88	21,87	361,23	
							ТТК

Всего	Чай с сахаром	200	0,20	0,05	10,05	41,46	ТТК №108,2013 №109,2013 пром
	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,14	7,46	35,60	
	Хлеб ржано - пшеничный	15	0,71	0,11	7,47	33,65	
	Пюре яблочное	125	0,94	0,14	9,96	44,86	
Обед		505	15,44	25,31	56,80	516,78	ТТК ТТК ТТК №108,2013 № 109, с6. 2013г
	Гуляш из филе птицы	100	12,60	5,84	4,78	122,09	
	Бобовые отварные /горох/	150	13,87	4,07	33,46	225,93	
	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	19,64	83,80	
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,91	71,19	
	Хлеб ржано-пшеничный	29	1,36	0,20	14,44	65,05	
Всего		509	30,79	10,66	87,24	568,06	
Всего за две недели Завтрак		6 076	212,13	173,74	960,69	6771,65	
Среднее значение за период		1012,67	35,35	28,96	160,11	1128,61	
Всего за две недели Обед		6 108	263,70	153,77	1 049,72	6637,63	
Среднее значение за период		1018,00	43,95	25,63	174,95	1106,27	

7-11 лет (Первая смена)

ПОТРЕБНОСТЬ В ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВАХ, ЭНЕРГИИ, ВИТАМИНАХ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВАХ (Норма 25%)					
Показатели	Потребность в пищевых веществах (суточная)	Норма	Общее за 12 дней	Среднее за 12 дней	Удельный вес от рекомендуемой величины (в %)
Белки	77,0	19,3	222,9	18,6	24,1
Жиры	79,0	19,8	198,3	16,5	20,9
Углеводы	335,0	83,8	967,7	80,6	24,1
ВитаминС	60,0	15,0	162,3	13,5	22,5
ВитаминВ1	1,2	0,3	3,6	0,3	24,8
ВитаминВ2	1,4	0,4	10,7	0,9	63,9
Витамина	700,0	175,0	258,2	21,5	3,1
ВитаминD	10,0	2,5	3,1	0,3	2,6
Са	1100,0	275,0	2103,5	175,3	15,9
Р	1100,0	275,0	3806,1	317,2	28,8

Mg	250,0	02,5	1081,5	00,1	36,0
Fe	12,0	3,0	55,6	4,6	38,6
K	1100,0	275,0	7919,6	660,0	60,0
Фтор	3,0	0,8	510,8	42,0	1418,8
Калорийность	2350,0	587,5	6547,3	545,6	23,2
Иод	100,0	25,0	17,6	1,5	1,5
Селен	30,0	7,5	73,9	6,2	20,5

7-11 лет (Вторая смена)

ПОТРЕБНОСТЬ В ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВАХ, ЭНЕРГИИ, ВИТАМИНАХ И МИНЕРАЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВАХ (Норма 35%)					
Показатели	Потребность в пищевых веществах (суточная)	Норма	Общее за 12 дней	Среднее за 12 дней	Удельный вес от рекомендуемой величины (в %)
Белки	77,0	27,0	263,7	22,0	28,5
Жиры	79,0	27,7	153,8	12,8	16,2
Углеводы	335,0	117,3	1049,7	87,5	26,1
ВитаминС	60,0	21,0	568,7	47,4	79,0
ВитаминВ1	1,2	0,4	4,7	0,4	32,3
ВитаминВ2	1,4	0,5	6,7	0,6	40,1
Витамина	700,0	245,0	110,8	9,2	1,3
ВитаминD	10,0	3,5	4,9	0,4	4,1
Са	1100,0	385,0	960,7	80,1	7,3
Р	1100,0	385,0	3551,6	296,0	26,9
Mg	250,0	87,5	1118,3	93,2	37,3
Fe	12,0	4,2	64,3	5,4	44,7
K	1100,0	385,0	8838,8	736,6	67,0
Фтор	3,0	1,1	824,4	68,7	2290,0
Калорийность	2350,0	822,5	6637,6	553,1	23,5
Иод	100,0	35,0	36,2	3,0	3,0
Селен	30,0	10,5	151,2	12,6	42,0