



ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ «НОВИЛАН»

Ю «НОВИЛАН»
1020, г. Великий Новгород, ул. Державина, д. 11, кв. 30
т. 89116457198

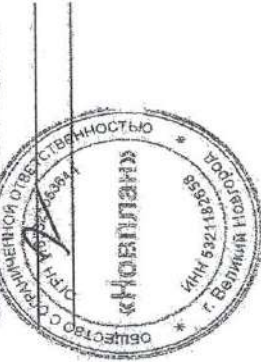
2024 г.

Цикличное меню для общеобразовательных учреждений
(питание детей – завтрак начальная школа , 7 - 11 лет)

Составлено

Директор
Иванова И.И.
Горька
Иванова И.И.

Утверждаю
Генеральный директор ООО
«Новолан» Г.В.Хайдина





ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ «НОВИЛАН»

Ю «НОВИЛАН»
1020, г. Великий Новгород, ул. Державина, д. 11, кв. 30
т. 89116457198

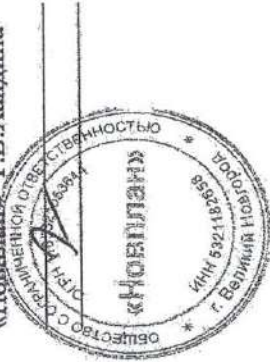
2024 г.

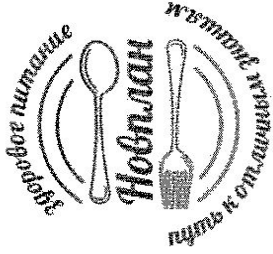
Цикличное меню для общеобразовательных учреждений
(питание детей – завтрак начальная школа , 7 - 11 лет)

Составлено

Директор
Иванова И.И.
Горька
Иванова И.И.

Утверждаю
Генеральный директор ООО
«Новолан» Г.В.Хайдина





ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ «НОВПЛАН»

ООО «НОВПЛАН»
173020, г. Великий Новгород, ул. Державина, д.11, кв.30
Тел. 89116457198

2024 г.

**Циклическое меню для общеобразовательных учреждений
(питание детей – завтрак начальная школа, 7 - 11 лет)**

Согласовано

Утверждаю
Генеральный директор ООО
«Новоплан» Т.В. Хайдина



Неделя 1: День- понедельник

№ респ.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
	Завтрак															
15/М	Сыр полутвердый	15	3,48	4,43	11,11	54,60	0,01	0,11	43,20	0,08	132,00	75,00	5,25	0,15		
209/М	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	62,80	0,03		81,56	0,24	22,00	76,80	4,80	1,00		
175/М	Каша вязкая молочная из смеси круп	200	4,21	4,98	25,03	166,65	0,11	0,18	30,12	0,12	27,96	5,34	10,06	0,24		
382/М	Какао на молоке	200	3,87	3,80	16,09	115,45	0,04	0,30	20,12	0,01	45,45	90,20	31,00	1,01		
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05			0,39	6,90	26,10	9,90	0,60		
	Итого	485,00	19,01	18,11	67,00	470,00	0,24	0,59	175,00	0,84	234,31	273,44	61,01	3,00		

Неделя 1: День- вторник

№ реч.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (гр)	Пищевые вещества			Энергетич еская ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
	Завтрак															
608	Котлета из свинины и птицы	90	12,61	11,38	14,96	204,39	0,09	1,00	33,00	1,04	127,63	110,07	0,00	0,00		
248/И	Овощи запеченные	150	3,98	6,59	26,63	159,47	0,15	10,73	115,95	1,77	78,17	126,12	47,04	1,50		
377/М	Чай с сахаром и лимоном	211	0,26	0,03	11,26	47,79	0,00	2,90	0,50	0,01	8,08	9,78	5,24	0,90		
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60		
	Итого	481	19,22	18,30	67,34	482,15	0,29	14,63	149,45	3,21	220,78	272,07	62,18	3,00		

Неделя 1: День - среда

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (гр)	Пищевые вещества			Энергетич еская ценность (ккал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15			
	Завтрак																
224	Запеканка творожная с ябл. пов.	200	15,73	10,68	41,17	277,79	0,19	12,05	82,23	0,50	250,92	233,35	35,72	1,00			
14/М	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	59,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02			
376/ М	Чай с сахаром	200	0,20	0,02	11,05	45,41	0,00	0,10	0,50	0,00	5,28	8,24	4,40	0,85			
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60			
	Кондитерское изделие	40	0,24	0,03	15,94	97,80	0,00	0,00	0,00	0,00	7,50	3,60	1,80	0,42			
	Итого	480	18,59	19,28	82,73	566,30	0,24	12,15	141,73	0,99	271,80	273,19	51,82	2,89			

Неделя 1: День - четверг

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (гр)	Пищевые вещества				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У	Y		В1	С	А	Е	Ca	Р	Mg	Fe		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15			
Завтрак																	
183	Каша гречневая на молоке	200	3,70	5,78	19,67	140,64	0,15	0,77	0,05	0,85	92,16	113,68	2,05	0,91			
	Йогурт порционный	100	8,58	9,57	15,29	192,29	0,02	1,00	113,60	0,79	90,00	21,83	20,33	1,00			
376/ М	Фиточай каркаде	200	2,94	3,24	15,82	105,04	0,04	0,30	20,00	0,00	0,92	90,00	14,05	0,13			
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60			
338/ М	Фрукты	100	0,90	0,20	2,10	43,00	0,04	12,00	8,00	0,20	34,00	23,00	13,00	0,30			
	Итого	630	18,49	19,09	67,37	551,47	0,30	14,07	141,65	2,23	223,98	274,61	59,33	2,94			

Фрукты в ассортименте: яблоки, мандарины, киви

Неделя 1: День - пятница

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
	Завтрак															
210	Омлет натуральный со св. томатами	180	12,30	17,00	41,60	310,00	0,20	0,00	131,50	2,03	180,00	170,00	22,00	1,00		
377/																
M	Чай с сахаром и лимоном	211	0,26	0,03	11,26	47,79	0,00	2,90	0,50	0,01	8,08	9,78	5,24	0,90		
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60		
338/																
M	Фрукты	100	0,90	0,20	2,10	43,00	0,04	12,00	8,00	0,20	34,00	23,00	13,00	0,30		
	Итого	521	15,83	17,53	69,45	471,29	0,29	14,90	140,00	2,63	228,98	228,88	50,14	2,80		

Фрукты в ассортименте: яблоки, мандарины, киви

Неделя 2: День - понедельник

№ ред.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
	Завтрак															
15/ М	Сыр полутвердый	15	3,48	4,43	0,00	54,60	0,01	0,11	43,20	0,08	132,00	0,00	5,25	0,15		
209/ М	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	62,80	0,03	0,00	104,00	0,24	22,00	76,80	4,80	1,00		
173/ М	Каша вязкая молочная из овс. хлопьев "Геркулес"	150	5,69	6,38	26,61	187,04	0,17	0,18	19,70	0,38	79,86	148,68	17,72	0,70		
376/ М	Фиточай каркаде	200	0,94	3,24	23,82	105,04	0,00	0,30	0,00	0,00	0,00	0,00	11,05	0,13		
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60		
338/ М	Фрукты	100	0,90	0,20	2,10	43,00	0,04	13,00	8,00	0,20	34,00	23,00	13,00	0,30		
	Итого	535	18,46	19,15	67,30	522,98	0,30	13,59	174,90	1,29	274,76	274,58	61,72	2,88		

* Фрукты в ассортименте: яблоки, мандарины, киви

Неделя 2: День - вторник

№ ред.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (гр)	Пищевые вещества						Энергетическ ая ценность (ккал)	Витамины(мг)						Минеральные вещества (мг)					
			Б	Ж	У	В1	С	А		Е	Ca	Р	Mg	Fe							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15							
	Завтрак																				
204	Макаронные изделия отварные с сыром	200	14,18	8,46	25,92	343,78	0,20	1,70	105,80	0,66	88,47	99,22	38,21	1,32							
8	Салат из моркови с сахаром	60	0,22	7,09	16,49	40,83	0,05	11,00	47,00	1,57	125,38	87,00	0,01	0,23							
376/ М	Чай с сахаром	200	0,20	0,02	11,05	45,41	0,00	0,10	0,50	0,00	5,28	8,24	4,40	0,85							
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60							
	Итого	490	16,97	15,87	67,95	500,52	0,30	12,80	153,30	2,62	226,03	220,56	52,52	3,00							

Неделя 2: День - среда

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	Р	Mg	Fe			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15			
	Завтрак																
224	Запеканка творожная с ябл. пов.	200	15,73	10,68	41,17	277,79	0,19	12,05	82,23	0,50	250,92	233,35	35,72	1,00			
377/																	
М	Чай с сахаром и лимоном	211	0,26	0,03	11,26	47,79	0,00	2,90	0,50	0,01	8,08	9,78	5,24	0,90			
14/																	
М	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	59,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02			
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60			
	Итого	451	18,41	19,26	67,00	470,88	0,24	14,95	141,73	1,00	267,10	271,13	50,86	2,52			

Неделя 2: День - четверг

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (гр)	Пищевые вещества						Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У	В1	С	А		Е	Ca	P	Mg	Fe					
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15					
	Завтрак																		
290	Соус Болоньезе	90	4,85	9,61	6,41	141,52	0,06	2,25	106,98	2,29	120,59	0,00	3,57	0,59					
171/М	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,31	3,30	28,57	138,96	0,11	0,00	12,80	0,42	10,98	135,53	4,04	0,36					
382/М	Какао на молоке	200	3,87	3,80	16,09	115,45	0,04	0,30	20,12	0,01	45,45	90,20	31,00	1,01					
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60					
338/М	Фрукты	100	0,90	0,20	2,10	43,00	0,04	12,00	8,00	0,20	34,00	23,00	13,00	0,30					
	Итого	570	18,30	17,21	67,66	509,43	0,30	14,55	147,90	3,31	217,92	274,83	61,51	2,86					

* Фрукты в ассортименте: яблоки, мандарины, киви

Неделя 2: День - пятница

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (гр)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	Р	Mg	Fe		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
	Завтрак															
236	Тефтели рыбные	90	12,74	3,04	17,83	126,27	0,00	0,37	40,70	0,97	159,71	85,96	0,00	0,02		
692	Картофель отварной	150	2,90	5,30	22,10	143,70	0,18	0,00	31,90	0,20	14,00	78,90	30,90	1,40		
14/М	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	59,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02		
376/ М	Чай с сахаром	200	0,20	0,02	11,05	45,41	0,00	0,10	0,50	0,00	5,28	8,24	4,40	0,85		
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50	0,05	0,00	0,00	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60		
338/ М	Фрукты	100	0,90	0,20	2,10	43,00	0,04	12,00	8,00	0,20	34,00	23,00	13,00	0,30		
	Итого	580	19,16	17,11	67,65	503,68	0,27	12,47	140,10	1,86	221,09	224,10	58,20	2,89		