

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ГБОУ

школы-интерната № 5 г.о.Тольятти



О.А.Кольцова

2 сентября 2026г.

СОГЛАСОВАНО:

Члены родительского комитета



К.В.Мурлыкин



ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ
ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ ВАРИАНТ НА 2026г-2027г
(приложение 2 к СанПин 2.3/2.4.4282-26)

1							
		Выход (гр.)		Б	Ж	У	К
завтрак	Сб.Тутельяна№182	210	Каша «Дружба»	5,12	10.72	33.42	251
	Сб. Тутельяна №3	50	Бутерброд (сыр, масло)	5.8	8.3	14.83	157
	Сб.Тутельяна №379	200	Кофе	3.17	2.68	15.9	100.6
							569,8 20%
2 завтрак	Таб. По Скурихину	60	Вафли	4,4	11,3	39,2	276
	Сб.Тутельяна №373	200	Фрукты	4,08	3.54	17.58	118.6
	Сб.Тутельяна№338	200	Чай с молоком	0,6	0,4	12,3	56
							527,7 15%
обед	Сб.реп.1998 №159	100	Салат Витаминный	53,1	4,38	25,63	165,8
	Сб.Тутельяна№104	300/250	Борщ	9.02	3,47/3,37	15,7/12,8	103,8/89,5
	Сб.Тутельяна№268	100/75	Печень по - строгановски	16.5/11,09	24.2,10,73	14.32/12,08	344/195,3
	Сб.Тутельяна№202	200	Рис отв.	0.64	7,71	44.61	260.9
	Сб.Тутельяна№342	200	Напиток из шиповника	0,16	0.16	27.88	114.6
							915,7/874,9 30%
полдник	Таб.По Скурихину	60	Печенье	4,4	11,3	39,2	276
	Сб.Тутельяна№386	200	Ряженка	2,9	2,5	4,0	50
							392,19 10%
ужин	Пит. Дет.1987	100	Крендель	27,24	19,4	46,1	406,2
	Пермь 2008 №205	100	Жаркое по - домашнему	12,85	25,8	1,57	290,1
	Сб.Тутельяна№311	200	Сок	2,0	0,2	5,8	36
							775,6 25%
				155,4/152,8	136,1/134,6	406,4/402,2	3217,5/3176,7
2							
		Выход (гр.)		Б	Ж	У	К

<i>завтрак</i>	Дошк.восп.1983	200	Каша пшеничная	36,2	-		
	Сб.Тутельяна№3	50	Бутерброд (сыр, масло)	5,8	28,4	55,3	640,2
	Сб.Тутельяна№382	200	Какао	4,08	8,3	14,83	157
					3,54	17,58	118,6
<i>2 завтрак</i>							987,9
							20%
	Таб. По Скурихину	60	Бутерброд с колбасой	4,4	11,3	39,2	276
	Сб. Тутельяна 373	200	Фрукты	1,36	-	29,02	116,19
<i>обед</i>	Сб.Тутельяна№379	100	Кофе	0,6	0,6	14,7	70,3
							448,2
							15%
<i>полдник</i>	Пермь 2008 №2	100	Салат из свеклы с сыром	20,05	6,5	-	140
	Сб.реп. 1998 №349	300/250	Щи	15,7/13,12	20,6/17,19	20,7/17,25	331,9/276,6
	Сб.Тутельяна№284	250/200	Плов из мяса	28,5/26/5	35,5/34,3	33,6/32,5	552/547
	Сб.Тутельяна№342	200	Компот из свеж.ягод	0,16	0,16	27,88	114,6
<i>ужин</i>							938,3/858,2
							25%
	Таб. По Скурихину	60	Вафли	4,4	11,3	39,2	276
	Сб.Тутельяна№377	200	Чай с лимоном	0,13	0,02	15,2	62
<i>ужин</i>							324,6
							10%
	Сб.Тутельяна №547	100	Пирожок с капустой	8,35	6,54	35,48	325,7
	Сб.реп.1998 №643	130	Куры в соусе	44	38,9	18,3	496,6
<i>ужин</i>	Сб.Тутельяна№171	200	Пшено отв.	5,18	6,78	53,7	300,2
	Сб.Тутельяна №31	200	Сок	2	0,2	5,8	36
							1158,5
							30%
				190,6/186,4	173,7/168,4	384,2/379,6	3841,3/3761,2

3

	Выход		Б	Ж	У	К
--	--------------	--	----------	----------	----------	----------

завтрак	С.Тутельяна№3	205	Каша геркулесовая	6,55	8,33	35,09	241,11
	Сб.Тутельяна№209	50	Бутерброд (сыр, масло)	5.8	8.3	14.83	157
	Сб.Тутельяна№379	40	Кофе	6,6	4,6	0,28	62,8
		200		3.17	2.68	15.9	100.6
							574,6 20%
2 завтрак	Сб.Тутельяна№7	50	Гренки с сыром	5.58	8.32	14.84	157
	Сб.Тутельяна№382	200	Какао	4.08	3.54	17.58	118.6
	Сб.Тутельяна№338	100	Фрукты	0,6	0,6	14.7	70.3
							489,2 15%
обед	Сб.рец.1998 №125	100	Салат из картофеля с зеленым горошком	97,4	5,53	21,64	147,8
	Сб.Тутельяна№102	300/250	Суп с фрикадельками	10.5/9.83	9.4/8.88	17.3/16.8	175.2/169.34
	Сб.Тутельяна№189	130/100	Тефтели	19,26/14,53	19,94/16,84	22,55/19,83	289,65/242,9
	Сб.Тутельяна№342	200	Капуста тушеная	0,1	0.16	27.88	114.6
	Сб.Тутельяна №257	200	Компот из св. ягод	0.17	0.35	25.79	116.3
							597,8/570 20%
полдник	Таб.По Скурихину	60	Вафли	4,4	11,3	39,2	276
	Сб.Тутельяна№386	200	Снежок	2,9	2,5	4,0	50
ужин	Питание детей 1987	100	Ватрушка с творогом	4,73	3,98	37,47	204,9
	Пермь 2008 №211	210	Ёжики	37,2	45,33	41,05	747,09
	Сб.Тутельяна№311	200	Сок	1	-	20.2	84.8
							35% 1000,6 15%
				255/250,8	127,3/124,9	318/318	2786/2758,2
4							
Выход				Б	Ж	У	К

завтрак	Сб.Тутельяна№181	210	Пудинг творожный с повидлом	6,11	10.72	32.38	251
	Сб.Тутельяна№3	50	Бутерброд (сыр, масло)	1,22	0,08	24,1	93,87
	Сб.Тутельяна№382	200	Какао	5.8	8.3	14.83	157
				4,08	3.54	17.58	118.6
							663,6
							25%
2 завтрак	Таб. По Скурихину	60	Печенье	4,4	11,3	39,2	276
	Сб.Тутельяна№379	200	Кофе	3.17	2.68	15.9	110.6
	Сб.Тутельяна№338	100	Фрукты	0,6	0,6	14.7	70.3
							450,7
							15%
обед	Сб.Тутельяна№23	100	Салат из свежих помидор	1.1	6.14	4,3	77.7
	Инст. Питания 1983	300/250	Харчо	2.11 /1,14		11,54	141,94
	Сб.Тутельяна№229	250/200	Запеканка картофельная с мясом	9.75	12.3/10,14	4.3/3.8	107/105
	Сб.рец.1998 №1029	50	Соус	2.35	4.95	4,13	327,34
	Сб.Тутельяна№342	200	Компот из св. ягод и яблок	5,18	17,87	53,7	300,2
							1042,7/948,4
							30%
полдник	Таб.По Скурихину	60	Бутерброд с колбасой	2,3	12,45	22,4	76,3
	Сб.Тутельяна№386	200	Кисель	2,9	2,5	4,0	50
							188,8
ужин	Инст. Питания 1983	100	Сырные рогалики	6,59	6,84	52,05	339,5
	Сб.Тутеляана№259	130	Куры отв.	21.29	23.78	21.79	387.7
	Сб.Тутельяна №286	200	Пшено отв.	0.35	25.5	24.87	365.9
	Сб.Тутельяна№311	200	Сок	0.1	0,2	5.8	36
							899,6
							20%
				126,5/116,9	132,4/112,1	425,4/423,2	3056/2988,7
5							
	Выход			Б	Ж	У	К

завтрак	Сб.Тутельяна№210	140	Каша рисовая	14.42	23.8	2.24	240
	Сб.Тутельяна№50	100	Яицо вар.	4.6	9.38	7.19	131.9
	Сб.Тутельяна№3	50	Бутерброд (сыр, масло)	5.8	8.3	14.83	157
	Сб.Тутельяна№379	200	Кофе	3.17	2.68	15.9	100.6
							653,1
							25%
2 завтрак	Сб.рец.1998 №17	60	Вафля	15,3	18,7	25,4	308,5
	Сб.Тутельяна№382	200	Какао	4,08	3.54	17.58	118.6
	Сб.Тутельяна№338	100	Фрукты	0,6	0,6	14.7	70.3
							560.2
							15%
обед	Сб.Тутельяна№67	100	Салат из свежих огурцов	1.4	10.04	7.29	125.1
	Сб.Тутельяна№113	300/250	Свекольник	3.1/2/8	6.7/5.6	14.08/13.9	140.3/135.2
	Сб.Тутельяна№290	130/100	Котлета	23.3/20.8	23.5/21.7	0.42/0.24	332/298.6
	Сб.Тутельяна№171	200	Макароны отв.	2.35	4.95	4.13	327.34
	Сб.Тутельяна№342	200	Компот из св.ягод	0.16	0.16	27.88	114.6
							1132,1/1076,2
							30%
полдник	Таб.По Скурихину	60	Печенье	4,4	11,3	39,2	276
	С.Тутельяна№386	200	Кефир	2,9	2,5	4,0	50
							388,5
							10%
ужин	Питание детей 1987	100	Пирожок с рыбой	5,69	6,44	31	205
	Сб.Тутельяна№256	100	Азу	24,5	8,54	4,18	191,1
	Сб.Тутельяна№311	200	Сок	5,29	7,55	43,1	262,7
							694,8
							25%
				133/129,3	146,8/143,7	314/308,6	3052,4/2996,5

6

	Выход		Б	Ж	У	К
--	--------------	--	----------	----------	----------	----------

завтрак	Сб.Тутельяна№182	210	Каша пшеничная	7,82	12.83	34.27	285
	Сб.Тутельяна№3	50	Бутерброд (сыр, масло)	1.3	3.2	6.2	59.6
	Сб.Тутельяна№382	200	Какао	5.8	8.3	14.83	157
				4,08	3.58	17.58	118.7 661,6 20%
2 завтрак	Таб. По Скурихину	60	Печенье	4,4	11,3	39,2	276
	Сб.Тутельяна№379	200	Кофе	1.52	1.35	15.9	81
	Сб.Тутельяна№338	100	Фрукты	0.6	0.6	14.7	70.3
							394,6 10%
обед	Сб.Тутельяна№20	100	Винегрет	0.75	6,01	2.35	66.6
	Сб.Тутельяна№88	300/250	Борщ	7.34/6.37	12.14/10.06	10.3/8.26	162/157
	Сб.рец.1998 №827	140	Печень по - деревенски	25,3/16,8	23,5/15,7	44,8/38,5	487,1/337,5
	Сб.Тутельяна№264	200	Гречка отв.	0/63	-	40,15	157,22
	Сб.Тутельяна№342	200	Компот из св.вишни.	.0.89	0.25	35.57	156.87
							896,3/737,7 30%
полдник	Таб.По Скурихину	60	Вафли	4,4	11,3	39,2	276
	Сб.Тутельяна№311	200	Сок	2,9	2,5	4	50 388,5 10%
ужин	Питание детей 987	100	Пирожок с яблоками	24,44	18,29	37,53	413,1
	Пермь 2008 №170	300	Рыба под овощами	14,92	9,91	5,5	170,87
	Сб.Тутельяна№199	200	Картофель отварной с маслом	18.18	9.14	46.7	340
	Сб. Тутельяна№386		Кисель	2.9	2.5	4.0	50
							723,5 30%
				132,9/124,2	122,8/114,3	359/350,9	3058,1/2899,57
7							
Выход				Б	Ж	У	К

завтрак	Сб.Тутельяна№183	210	Каша гречневая	9.09	12.99	35.18	295
	Сб.Тутельяна№3	50	Бутерброд (сыр, масло)	2.2	5.6	6.6	162.3
	Сб.Тутельяна№338	200	Кофе	5.8	8.3	14.83	157
							653,7 20%
2 завтрак	Сб.Тутельяна№6	50	Вафли	5.3	8.26	14.82	155
	Сб.Тутельяна№382	200	Какао	0,68	-	21.01	46.87
	Сб.Тутельяна№338	100	Фрукты	0.6	0.6	14.7	70.3
							398.2 10%
обед	Сб.Тутельяна№47	100	Салат из свеж. капусты	1.7	5	8.45	85.7
	Сб.Тутельяна№104	300/250	Рассольник	9.9/8.89	7.02/6.59	13.9/13.5	160.7/159.8
	Сб.Тутельяна№278	220	Гуляш	7.86	7.98	9.32	140.98
	Сб.Тутельяна№202	200	Перловка отв.	7.28	7,71	40.61	260.9
	Сб.Тутельяна№342	200	Компот из св. ягод	0.16	0.16	27.88	114.6
							883,6/844,2 25%
полдник	Таб.По Скурихину	60	Печенье	4,4	11,3	39,2	276
	Сб.Тутельяна№311	200	Сок	2,9	2,5	4	50
							388,5 10%
ужин	Питание детей 1987	100	Пирожок с картофелем	9,31	7,63	40,46	357,6
	Сб.Тутельяна№288	100	Колбаса отв.	23.48	25.82	0,48	328
	Сб.Тутельяна№128	210	Гороховое пюре	4.34	12.38	25.18	241
	Пермь 2008 №274	200	Напиток из шиповника	1,36	-	29,02	116,19
							1127 35%
				110,6/109,5	144,4/142,6	338,1/333,5	3393,3/3353,9
8							
		Выход		Б	Ж	У	К
завтрак	Сб.Тутельян№219	200\35	Каша пшениная	35.28	27.87	32.84	524.24
	Сб.Тутельяна№3	50	Бутерброд (сыр, масло)	5.8	8.3	14.83	157
	Сб.Тутельяна№382	200	Какао	4.08	3.54	17.58	118.6
							527,5 20%

2 завтрак	Таб. по Скурихину	60	Гренки с сыром	4,4	11,3	39,2	276
	Сб.Тутельяна№338	200	Кофе	3.17	2.68	15.9	100.6
	Сб.Тутельяна№338	100	Фрукты	0,6	0,6	14.7	70.3
							471,7 10%
обед	Сб. Тутельяна№23	100	Салат из свежих помидор	1,26	10,14	8,32	129,26
	Сб.Тутельяна№102	300/250	Суп с фрикадельками	10.2/9.83	9.25/8.88	18.5/16.8	170/169.34
	Сб.рец.1998 №643	140	Тефтели	44/35,2	38,9/31,1	18,3/14,6	496,6/397,3
	Сб.Тутельяна№171	200	Картофельное пюре	5.18	6,78	53,7	300,2
	СбТутельяна№342	200	Компот из св. ягод и яблок	0.16	0.16	27.88	114.6
							1085,5/1005,9 35%
полдник	Таб.По Скурихину	60	Вафли	4,4	11,3	39,2	276
	Сб.Тутельяна№386	200	Молоко	2,9	2,5	4	50
							388,5 10%
ужин	Сб.Тутельяна№368	100	Булка с посыпкой	10,24	19,18	65,26	471,4
	Сб.Тутельяна№321	200	Плов из кур	4.13	6.48	18.85	150.27
	Сб.Тутельяна№311	200	Сок	0.1	0.026	0.02	0.7
							1032 30%
				127,8/119,5	151,9/144,9	408,2/407,2	3381/3301,5

9

		Выход		Б	Ж	У	К
застрак	Сб.Тутельяна№182	200	Омлет с сыром	5.1	19.72	33.42	251
	Сб.Тутельяна№3	50	Бутерброд (сыр, масло)	5.8	8.3	14.83	157
	Сб.Тутельяна№338	200	Кофе	4.08	3.54	17.58	118.6
							703
							25%

2 завтрак	Сб.Тутельяна№7	50	Печенье	5.58	8.32	14.84	157
	Сб.Тутельяна№382	200	Какао	3.17	2.68	15.9	100.6
	Сб.Тутельяна№ 338	100	Фрукты	0.6	0,6	14.7	70.3
							167,3 15%
обед	Сб.Тутельяна№67	100	Салат из свежих огурцов	1.1	6.11	4.3	77.7
	Сб. Тутельяна№84	300/250	Борщ с фасолью	9.54/8.16	11.23/10.23	16.08/14.79	198.65/195.04
	Сб.Тутельяна№259	230	Бигус	21.29	23.78	21.79	387.7
	СбТутельяна№34	200	Компот из свежих ягод	0,16	.016	27.88	114.6
							763,5/574,2 25%
полдник	Таб.По Скурихину	60	Печенье	4,4	11,3	39,2	276
	Сб.Тутельяна№386	200	Чай	2,9	2,5	4	50
							388,5 10%
ужин	Сб.рец.2004 №1328	120	Колбаса в тесте	9,01	16,8	30,3	308,4
	Сб.рец.1983 №711	115	Чахохбили	34,5	41,6	5,44	534,3
	Сб.Тутельяна№232	200	Пшено отв.	2	0,2	5,8	36
	Сб.Тутельяна№311	200	Сок	0.1	0.26	0.7	0.7
							400,4 15%
				123,3/112,7	152,8/139,9	368,7/361,6	3263,8/3074,5

10

		Выход		Б	Ж	У	К
завтрак	Сб.рец.1998 №574	310	Лапшевник с творогом с маслом	30,28	11,15	68,1	506,1
	Сб.Тутельяна№3	50	Бутерброд (сыр, масло)	5.1	10.72	33.42	251
	Сб.Тутельяна№382	200	Какао	3.17	2.68	15.9	100.6
							776,8 20%
2 завтрак	Таб. По Скурихину	60	Вафли	4,4	11,3	39,2	276
	Сб.Тутельяна№338	200	Кофе	4,08	3.54	17.58	118.6
	Сб.Тутельяна№338	100	Фрукты	0.6	0.6	14.7	70.3
							527.7 15%

обед	Сб.Тутульяна№23	100	Салат из св. помидор	1,96	8,14	22,84	174,5
	Сб.Тутельяна№265	300/250	Суп Овощной	18,92/15,7	13,1/10,9	46,3/38,6	382,5/318,7
	Сб.Тутельяна№268	100	Куры в соусе	16.5	24.2	14.32	344
	Сб.Тутельяна№202	200	Вермишель отвар.	7.28	7.71	40.61	260.95
	Сб.Тутельяна№342	200	Компот из св. ягод и яблок	0,16	0.16	27.88	114.6
				1024,3/960,4			
				30%			
полдник	Таб.по Скурихину	60	Бутерброд с джемом	2,3	12,45	22,4	76,3
	Сб.Тутельяна№386	200	Кисель	2,9	2,5	4	50
				188,8			
				10%			
ужин	Сб.реп.1983	100	Сырные рогалики	10,55	15,66	46,5	412,4
	Сб.Тутельяна№255	130	Печень по-строгановски	26.52	22.46	7.04	370
	Сб.Тутельяна№171	200	Перловка отв.	2,74	7,04	26,97	187,4
	Сб.Тутельяна№311	200	Сок	1	-	20.2	84.8
					1006		
				30%			
				130,7/127,5	135,3/133	471/463,3	3307,9/3144
За 10 дней				1487,7	1429,4	3805,6	31100,5/
				1431,6	1364,3	3760,7	22700,9
За 1 день				148,8	143	380,6	3110
				143,2	136,4	376,1	2270