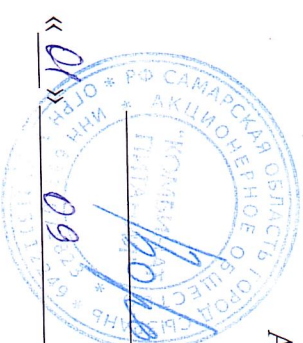


СОГЛАСОВАНО:

Директор ГБОУ СОШ(ООШ) С. Мухоманова

С. Мухоманова

«01» 09 2025 г.



Генеральный директор
АО «Комбинат питания»

А.Н. Воронин

«01» 09 2025 г.

Примерное циклическое меню
для организации питания
в ГБОУ СОШ(ООШ)

Осенне-зимнее (весеннее - *)

Циклическое меню

Наименование блюда		№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)			
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Понедельник		1-я неделя		Завтрак												
Кукуруза консервированная	1-4 классы	24 С6.1996г.	020	0,700	0,560	3,120	20,200	0,080				9,200	13,800	3,200	4,558	0,126
	5-11 классы	24 С6.1996г.	030	1,050	0,840	4,680	30,300	0,120					5,792	3,200	25,258	
Сосиски отварные с соусом	1-4 классы	423 С6.1996г.	90	5,461	7,054	2,094	97,667	0,020	1,160	0,003	1,306	5,792	6,539	3,894	4,846	27,818
	5-11 классы	423 С6.1996г.	100	5,521	7,124	2,203	98,124	0,025	1,200	0,003	2,210	10,427	45,359	8,306	0,622	
Макаронные изделия отварные	1-4 классы	469 С6.1996г.	150	5,365	4,265	37,247	203,790	0,087	0,021	1,193	10,427	45,359	8,306	0,622	0,746	
	5-11 классы	469 С6.1996г.	180	6,437	5,117	46,011	244,528	0,105			1,431	12,512	54,426	9,967	0,746	
Чай с сахаром	1-4 классы	628 С6.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001			0,346	4,000	13,000	2,800	0,053
	5-11 классы	628 С6.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267				0,001		4,000	13,000	0,180	
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022			0,280	0,420	5,000	16,250	3,500	0,225
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	025	1,900	0,250	12,425	56,500	0,028			0,280	0,420	5,000	17,400	3,800	0,400
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400	
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	025	1,378	0,250	8,020	47,500	0,020			0,420	5,250	21,750	4,750	0,500	
Понедельник		1-я неделя		Обед												
Салат из моркови с чесноком/Салат картофельный с сельдью*	1-4 классы	60 С6.1996г.	060	0,663	12,036	3,487	124,356	0,035	5,520		2,696	14,130	26,268	12,198	0,490	
	5-11 классы	60 С6.1996г.	100	1,105	20,060	5,812	207,260	0,058	9,200		4,494	23,550	43,780	20,330	0,816	
Суп картофельный с горохом	1-4 классы	138 С6.1996г.	200	4,746	4,302	18,572	127,580	0,202	9,300		3,215	26,820	69,500	28,200	1,556	
	5-11 классы	138 С6.1996г.	250	5,933	5,378	23,215	159,475	0,253	11,625		4,019	32,275	86,875	36,250	1,945	
Стейк(Шиндель) из курицы с соусом	1-4 классы	520 С6.1997г.	090	11,648	8,565	2,097	119,992	0,006	0,960	0,003	1,306	2,764	5,192	2,472	36,838	
	5-11 классы	520 С6.1997г.	100	12,895	9,188	5,094	207,500	0,004	0,720	0,002	1,798	2,073	3,894	1,864	27,628	
Капуста тушеная	1-4 классы	482 С6.1996г.	150	3,593	5,267	16,511	123,461	0,111	88,320		2,241	83,598	62,415	31,572	84,606	
	5-11 классы	482 С6.1996г.	180	4,316	6,321	19,838	148,280	0,133	105,985		2,689	100,330	74,925	37,886	101,068	
Компот из сухофруктов	1-4 классы	283 С6.2008г.	180	0,878		32,139	126,104	0,005	0,549			30,740	21,137	16,470	4,158	
	5-11 классы	283 С6.2008г.	180	0,878		32,139	126,104	0,005			0,549					
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180	
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270	
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400	
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600	
ИТОГО:		Завтрак		600	14,348	12,310	73,827	482,124	0,226	1,161	0,024	3,059	33,965	78,969	19,464	26,697
	1-4 классы	660	16,486	13,632	88,349	634,219	0,298	1,201	0,028	4,481	0,018	166,252	216,912	97,618	126,488	
	5-11 классы	720	20,560	30,560	89,162	704,693	0,397	104,649	0,003			201,288	276,211	126,690	136,285	
	Обед			6-11 классы	870	29,060	41,617	110,632	0,610		0,002					

* - действуют с 01 марта

Циклическое меню

Наименование блюда		№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо		
Вторник		1-я неделя		Завтрак													
Сыр	1-4 классы	СТО 71063300-003-2012	16	3,580	3,500		47,400		0,510	0,025	0,060	129,000	102,000	6,800	136,000		
	5-11 классы	СТО 71063300-003-2012	16	3,580	3,500		47,400		0,510	0,025	0,060	129,000	102,000	6,800	136,000		
	1-4 классы	423 С6.1996г.	90	10,843	10,030	9,974	133,166	0,020	1,160	0,003	1,306	5,792	14,492	4,558	36,970		
	1-4 классы	423 С6.1996г.	100	12,665	13,566	12,404	175,920	0,025	1,020	0,002	2,210	6,539	3,894	4,846	27,818		
	5-11 классы	465 С6.1996г.	150	3,868	5,218	41,803	219,038	0,044		0,027	0,402	14,580	53,730	11,543	0,986		
Рис отварной	1-4 классы	465 С6.1996г.	180	4,641	6,261	50,163	262,945	0,053		0,032	0,482	17,496	64,476	13,851	1,183		
	5-11 классы	629 С6.1996г.	207	0,263	0,051	15,262	59,437	0,003	2,801		0,280	3,111	1,540	0,840	0,090		
Чай с лимоном	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022		0,033	0,280	4,000	13,000	2,800	0,180		
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033		0,033	0,500	6,000	19,500	4,200	0,270		
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400		
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600		
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016									
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024									
Вторник		1-я неделя		Обед													
Салат из свежих помидоров, яблок и консервированных огурцов	1-4 классы	37 С6.2015г.	060	1,276	1,836	7,317	49,219	0,044	7,078		0,813	12,707	28,457	10,584	0,533		
	5-11 классы	37 С6.2015г.	100	2,126	3,060	12,196	82,032	0,073	11,796		1,354	21,177	47,427	17,639	0,888		
	1-4 классы	110 С6.1996г.	210	3,833	5,522	11,708	96,080	0,048	16,830	0,006	1,819	37,900	45,972	27,120	56,044		
	Борщ с капустой и картофелем, со сметаной	5-11 классы	110 С6.1996г.	260	4,217	6,528	14,562	117,200	0,060	21,025	0,006	2,270	45,125	55,915	33,650	70,053	
	Пельмени отварные с бульоном	1-4 классы	293 С6.2015г.	180	13,826	12,099	21,343	249,641	0,201	28,500		806,489	86,914	35,855	2,530		
Компот из кураги	5-11 классы	293 С6.2015г.	220	19,346	16,638	29,823	346,536	0,258	38,000		29,226	115,854	47,475	38,850	0,060		
	1-4 классы	280 С6.2008г.	200	1,924		44,343	176,440	0,037	1,480		635,690	54,020	38,850	0,060	0,060		
Хлеб пшеничный	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022		0,280	0,500	4,000	13,000	2,800	0,180		
	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033		0,280	0,500	4,200	17,400	3,800	0,400		
Хлеб ржаной	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400		
	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600		
ИТОГО:		Завтрак		603	21,176	19,179	83,395	642,241	0,105	4,471	0,056	2,328	160,683	202,162	30,341	174,626	
ИТОГО:		Завтрак		653	29,893	26,456	116,834	790,008	0,461	72,301	0,006	4,124	1600,986	246,763	119,009	59,747	74,233
		Обед		690	23,481	19,837	101,067	654,580	0,368	63,888	0,006	3,192	1600,986	246,763	119,009	59,747	74,233
				840	31,546	26,796	125,468	847,008	0,485	72,301	0,006	4,624	743,518	318,876	147,614	74,833	

* - действует с 01 марта

Циклическое меню

Наименование блюда		№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. Ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо		
Среды		1-я неделя															
Оруды соевые Биточки из минта с овощами с соусом Картофельное пюре Компот из свежих яблок Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	1-4 классы	24 Сб.1996г.	020	0,560		0,260	3,220					5,000	4,000		0,240		
	5-11 классы	24 Сб.1996г.	030	0,840		0,390	4,830					7,500	6,000		0,360		
	1-4 классы		90	8,944	10,030	9,974	133,166	0,056			1,276	14,540	19,460	39,142	92,485		
	5-11 классы		100	11,340	13,566	12,404	175,920	0,066			2,255	14,540	19,460	46,062	92,582		
	1-4 классы	472 Сб.1996г.	150	3,263	4,497	26,370	154,200	0,161	25,875	0,026	0,144	41,310	95,510	32,805	1,390		
	5-11 классы	472 Сб.1996г.	180	3,916	5,396	31,644	185,040	0,193	31,050	0,031	0,172	49,572	115,092	39,366	1,688		
	1-4 классы	702 Сб.1997г.	200	0,080	0,080	33,552	127,760	0,004	0,720		0,480	2,400	4,000	4,000	0,152		
	5-11 классы	702 Сб.1997г.	200	0,080	0,180	33,552	127,760	0,022	0,720		0,280	4,000	13,000	2,800	0,180		
	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,250	9,940	45,200	0,028			0,420	5,000	16,280	3,500	0,225		
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	025	1,900	0,250	12,425	56,500	0,028			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400		
		ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,420	4,200	21,750	4,750	0,500		
		ГОСТ 26983-2015	025	1,378	0,250	8,020	47,500	0,020									
Среды		1-я неделя															
Салат из свежлы отварной Суп картофельный с макаронными маделлями Пров из говядины Чай с сахаром Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	1-4 классы	23 Сб.2008г.	060	0,969	6,997	6,156	109,330	0,011		5,700		1,340	21,090	24,510	0,798		
	5-11 классы	23 Сб.2008г.	100	1,615	8,995	10,260	145,550	0,019	9,500		2,233	35,150	40,850	40,850	1,330		
	1-4 классы	139 Сб.1996г.	250	2,840	2,673	23,945	125,525	0,118	16,500		1,343	17,500	63,500	24,050	0,887		
	5-11 классы	139 Сб.1996г.	250	2,840	2,673	23,945	125,525	0,118	16,500		1,343	17,500	63,500	24,050	0,887		
	1-4 классы	193 Сб.2008г.	150	15,849	10,407	34,868	295,808	0,106	2,697		2,849	33,235	68,123	21,137	3,101		
	5-11 классы	193 Сб.2008г.	200	14,671	16,213	40,528	362,073	0,126	3,595		3,650	41,941	90,771	27,628	0,053		
	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267	0,001		0,001		0,346	4,000	13,000	2,800	0,180	
	5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0,200	0,180	15,010	45,200	0,033			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270		
	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,270	14,910	67,800	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400		
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600		
		ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024									
Среды		Обед															
Завтрак Обед	1-4 классы	500	15,459	14,907	86,512	601,546	0,259	30,295	0,026	1,980	69,530	162,170	82,547	94,847			
	5-11 классы	660	19,464	19,462	98,436	697,560	0,311	36,470	0,031	3,267	82,542	189,562	97,578	96,487			
	1-4 классы	700	22,480	20,608	96,336	671,130	0,273	24,898	0,000	6,092	80,371	186,533	76,297	6,419			
	5-11 классы	810	23,259	28,602	114,277	816,216	0,320	29,586	0,000	8,226	107,237	240,721	102,428	6,589			

* - Действует с 01 марта

Циклическое меню

Наименование блюда		№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)		Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)					
				Белки	Жиры		Углеводы	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо		
Четверг		1-я неделя											Завтрак				
Горошек зеленый	1-4 классы	31 С6.1997г.	020	0,620	0,400	1,420	8,200	0,022	2,000		0,240	3,200	10,600	4,200	0,140		
Консервированный	5-11 классы	31 С6.1997г.	030	0,930	0,600	2,130	12,300	0,033	3,000		0,360	4,800	15,900	6,300	0,210		
Голубцы ленивые с соусом	1-4 классы	428 С6.1996г.	90	7,630	10,170	9,450	158,000	0,022	1,150	0,003	1,306	5,957	15,412	4,748	36,981		
	5-11 классы	428 С6.1996г.	100	11,355	13,566	12,415	176,020	0,025	0,970	0,002	1,798	6,379	17,384	4,856	27,818		
Макаронные изделия отварные	1-4 классы	469 С6.1996г.	150	5,365	4,265	37,247	203,790	0,087		0,021	1,193	10,427	45,359	8,306	0,622		
	5-11 классы	469 С6.1996г.	180	6,437	5,117	46,011	244,528	0,105	4,000	0,025	1,431	12,512	54,426	9,967	0,746		
Сок фруктовый	1-4 классы	293 С6.2008г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020			0,280	16,000	18,000	10,000	0,400		
	5-11 классы	293 С6.2008г.	200	1,000		23,400	94,000	0,022	4,000		0,280	16,000	18,000	10,000	0,400		
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,028			0,420	5,000	16,250	3,500	0,225		
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	025	1,900	0,250	12,425	56,500	0,028			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400		
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,420	5,250	21,750	4,750	0,500		
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	025	1,378	0,250	8,020	47,500	0,020									
Четверг		1-я неделя											Обед				
Винегрет овощной	1-4 классы	60 С6.1996г.	060	1,167	6,193	5,485	79,707	0,035	5,520		2,696	14,130	26,268	12,198	0,490		
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	5-11 классы	60 С6.1996г.	100	1,945	8,321	9,142	132,845	0,058	9,200		4,494	23,550	43,780	20,330	0,816		
	1-4 классы	120 С6.1996г.	220	1,804	5,530	8,801	85,780	0,066	26,510	0,006	1,774	37,540	43,204	18,240	19,102		
Ежики в соусе	5-11 классы	202 С6.1996г.	260	2,181	6,538	10,929	104,325	0,082	33,125	0,006	2,214	44,675	62,455	22,550	23,875		
	1-4 классы	202 С6.2008г.	090	10,802	10,114	13,843	163,904	0,022	2,460	0,003	1,306	8,822	20,641	5,957	37,071		
Каша гречневая рассыпчатая	5-11 классы	202 С6.2008г.	100	13,301	12,414	15,784	202,764	0,027	2,820	0,002	1,798	10,677	26,617	6,746	27,956		
	1-4 классы	463 С6.1996г.	150	7,716	5,384	26,323	232,585	0,255		0,021	4,160	30,396	154,621	0,158	2,985		
Напиток из шиповника	5-11 классы	463 С6.1996г.	180	8,715	6,460	32,561	276,971	0,306		0,025	4,989	36,456	185,444	0,189	3,580		
	1-4 классы	289 С6.2008г.	180	0,720		24,273	96,705	0,027	216,000		0,308	12,150	3,600	3,600	5,081		
Хлеб пшеничный	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180		
	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033			0,560	6,000	19,500	4,200	0,270		
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400		
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600		
Итого:		Завтрак		Обед													
	1-4 классы	600	17,237	15,215	87,873	647,190	0,189	7,160	0,024	3,299	43,784	119,771	33,864	38,723			
	6-11 классы	660	23,000	19,783	104,401	630,848	0,231	250,490	0,027	4,429	49,941	143,710	39,373	29,689			
	1-4 классы	740	24,831	21,601	96,081	741,881	0,443	260,490	0,030	10,804	111,238	278,734	46,753	65,309			
	6-11 классы	880	30,795	34,303	117,223	938,410	0,567	261,146	0,033	14,803	139,808	366,496	63,316	62,178			

- действует с 01 марта

Циклическое меню

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)					
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо			
Латвия			Завтрак														
Фрукты	1-4 классы	24 06.1996г.	150	0,600		14,700	57,000										
Каши рисовая молочная жидкая с маслом,сахаром	5-11 классы	24 06.1996г.	150	0,600		14,700	57,000	0,019				0,293	6,919	23,407	5,001	0,452	
	1-4 классы	114 06.2008г.	160	11,586	14,844	29,730	266,000	0,025		0,020		0,352	8,792	30,786	6,618	0,594	
	5-11 классы	114 06.2008г.	210	12,760	17,584	37,963	314,077	0,025		0,020					1,540	0,840	0,090
Чай с лимоном	1-4 классы	629 06.1996г.	187	0,243	0,046	13,761	53,710	0,003	2,801			3,111	1,540	0,840	0,090	0,090	
	5-11 классы	629 06.1996г.	187	0,243	0,046	13,761	53,710	0,003	2,801			1,000	10,000	32,800	13,200	0,600	
	1-4 классы	ГОСТ 31805-2018	040	3,160	0,400	20,760	94,400	0,060				1,250	12,500	41,000	16,500	0,750	
Батон	5-11 классы	ГОСТ 31805-2018	050	3,950	0,500	25,950	118,000	0,075									
Обед																	
Латвия			1-я неделя														
Салат из белокочанной капусты/Салат из огурцов*	1-4 классы	62 06.1997г.	060	0,929	3,003	5,968	53,564	0,032	23,950	1,298	24,878	17,963	9,848	0,489			
	5-11 классы	62 06.1997г.	100	1,550	5,005	9,951	89,292	0,053	39,950	2,163	41,494	29,959	16,424	0,816			
	1-4 классы	42 06.2008г.	210	2,288	5,588	16,298	116,572	0,085	12,850	1,771	24,280	54,000	19,240	0,808			
Распашный ленинградский со сметаной	5-11 классы	42 06.2008г.	260	2,785	6,610	20,300	142,815	0,106	16,050	2,211	28,100	66,950	23,800	1,007			
	1-4 классы	202 06.2008г.	090	10,802	10,114	13,843	163,904	0,022	2,460	1,306	8,822	20,641	5,957	37,071	6,746	27,956	
	5-11 классы	202 06.2008г.	100	13,301	12,414	15,784	200,764	0,215	35,625	4,787	23,400	108,625	43,575	1,622	1,946	4,158	
Котлеты куриные с соусом	1-4 классы	251 06.1997г.	180	4,410	11,419	35,220	300,015	0,058	42,750	5,745	30,740	21,137	16,470	4,158			
	5-11 классы	251 06.1997г.	180	0,878		32,139	126,104	0,005	0,549								
	1-4 классы	283 06.2008г.	180	0,878		32,139	126,104	0,005	0,549								
Компот из сухофруктов	5-11 классы	283 06.2008г.	180	0,878		32,139	126,104	0,005	0,549								
	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022		0,280	4,000	13,000	2,800	0,180	0,270	0,400	
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033		0,500	6,000	19,500	4,200	0,400	0,400	0,600	
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016		0,280	4,200	17,400	3,800	0,400	0,400	0,600	
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016		0,280	4,200	17,400	3,800	0,400	0,400	0,600	
	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024		0,500	6,300	26,100	5,700	0,600	0,600	0,600	
Хлеб ржаной	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024		0,500	6,300	26,100	5,700	0,600	0,600	0,600	
Завтрак																	
Итого:	Завтрак	1-4 классы	637	16,689	16,290	78,951	470,110	0,082	2,801	0,020	20,030	67,747	19,041	1,142			
		5-11 классы	637	17,653	18,130	92,374	542,787	0,103	2,801	0,020	24,403	73,326	23,958	1,434			
		1-4 классы	730	21,194	30,504	119,824	783,357	0,397	76,434	0,009	9,722	120,320	262,666	101,630	44,728		
Обед	Обед	5-11 классы	880	26,867	38,302	144,972	983,790	0,506	102,119	0,008	12,917	161,391	318,493	126,630	36,753		

* - действует с 01 марта

Циклическое меню

Циклическое меню																	
Наименование Блюда	№ рецептуры	Вес Блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витаминный (мг)						Минеральные вещества (мг)				
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо			
Суббота	1-я неделя					Завтрак											
Икра кабачковая(порционно)	1-4 классы	31 Сб.1997г.	020	0,400	1,800	1,720	24,400	0,004	1,400				8,200	13,400	7,000	1,400	
	5-11 классы	31 Сб.1997г.	030	0,600	2,700	2,580	36,600	0,006	2,100				12,300	20,100	10,500	2,100	
	1-4 классы	423 Сб.1996г.	090	6,802	7,114	9,623	121,904	0,022	2,460			2,146	8,822	20,641	5,957	37,071	
	5-11 классы	423 Сб.1996г.	100	7,201	9,414	11,784	158,764	0,027	2,820			2,554	10,677	25,617	6,746	27,956	
	1-4 классы	482 Сб.1996г.	150	3,593	5,267	20,611	148,561	0,111	88,320			2,241	83,598	62,415	31,572	84,606	
Тедтели с соусом	1-4 классы	482 Сб.1996г.	180	4,316	6,321	23,938	168,280	0,133	105,985			2,689	100,330	74,925	37,886	101,068	
	5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267	0,001	0,001			0,346	0,346	13,000	2,800	0,053	
Кануста тушеная	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267	0,001	0,001			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180	
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022				0,420	5,000	16,250	3,500	0,225	
Чай с сахаром	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	025	1,900	0,250	12,425	56,500	0,028				0,280	4,200	17,400	3,800	0,400	
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016									
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	025	1,378	0,250	8,020	47,500	0,020				0,420	5,250	21,750	4,750	0,500	
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	025														
Суббота	1-я неделя					Обед											
Горошек зеленый консервированный	1-4 классы	31 Сб.1997г.	020	0,620	0,400	1,420	8,200	0,022	2,000			0,240	3,200	10,600	4,200	0,140	
	5-11 классы	31 Сб.1997г.	030	0,930	0,600	2,130	12,300	0,033	3,000			0,360	4,800	15,900	6,300	0,210	
	1-4 классы	132 Сб.1996г.	200	3,514	3,525	10,490	76,426	0,073	17,800			1,550	18,880	40,390	17,180	0,636	
	5-11 классы	132 Сб.1996г.	250	3,893	4,406	13,113	95,533	0,091	22,250			1,937	23,600	50,475	21,475	0,795	
	1-4 классы	423 Сб.1996г.	90	10,843	10,030	9,974	133,166	0,020	1,160			0,003	5,792	14,492	4,558	36,970	
Суп из овощей	1-4 классы	423 Сб.1996г.	100	12,665	13,566	12,404	232,985	0,255	1,020			0,002	2,210	6,539	3,894	27,818	
	5-11 классы	423 Сб.1996г.	100	12,665	13,566	12,404	232,985	0,255	1,020			0,002	2,210	6,539	3,894	27,818	
Биточки с соусом	1-4 классы	463 Сб.1996г.	150	7,716	5,384	26,323	232,985	0,255	1,020			0,021	4,160	30,396	15,621	0,189	
	5-11 классы	463 Сб.1996г.	150	7,716	5,384	26,323	232,985	0,255	1,020			0,021	4,160	30,396	15,621	0,189	
Каша гречневая рассыпчатая	1-4 классы	283 Сб.2008г.	180	0,900	0,180	9,940	45,200	0,022				0,280	4,000	13,000	2,800	0,180	
	5-11 классы	283 Сб.2008г.	180	0,900	0,180	9,940	45,200	0,022				0,280	4,000	13,000	2,800	0,180	
Сок фруктовый	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033				0,500	6,000	19,500	4,200	0,270	
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033				0,500	6,000	19,500	4,200	0,270	
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016									
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024				0,500	6,300	26,100	5,700	0,600	
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	030														
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030														
Завтрак	1-4 классы					5-11 классы					6-11 классы						
Итого:	Завтрак		600	13,62	14,61	63,32	436,332	0,18	92,18	0,00	4,95	109,17	126,86	51,13	123,71		
			660	16,60	18,99	73,76	624,911	0,21	110,91	0,024	6,08	133,80	168,64	63,38	131,90		
Обед			680	26,216	19,719	86,623	618,177	0,426	24,660	0,024	7,816	80,868	266,693	41,696	41,671		
			800	31,036	25,602	105,802	772,124	0,530	29,870	0,027	10,496	98,096	317,613	61,710	33,633		

Циклическое меню

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)						
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо				
Понедельник		2-я неделя											Завтрак					
Горячий бутерброд, Пикантный	1-4 классы	384 С6 2008г.	055	5,774	4,804	22,341	155,666	0,022		0,021	0,280	4,000	13,000	2,800	0,180			
5-11 классы			065	6,352	5,016	26,230	175,440	0,033		0,025	0,500	6,000	19,500	4,200	0,270			
Каша молочная жидкая -Дружба- с маслом, сахаром	1-4 классы	102 С6 2008г.	220	8,291	6,584	24,037	185,300	0,081		0,040	0,680	9,270	42,180	14,560	1,105			
5-11 классы			260	10,588	7,324	31,238	210,936	0,097		0,040	0,769	10,603	50,216	17,412	1,316			
Какао растворимый	1-4 классы	762С6 1997г.	200	3,580	2,728	17,070	138,000	0,027	0,900	0,018	0,081	109,170	81,900	12,600	0,941			
5-11 классы			200	3,580	2,728	17,070	138,000	0,027	0,900	0,018	0,081	109,170	81,900	12,600	0,941			
Кондитерские изделия	1-4 классы	29 С6 1997г.	025	0,800	7,550	15,070	131,500											
5-11 классы			025	0,800	7,550	15,070	131,500											
Понедельник		2-я неделя											Обед					
Салат из свежети отварной	1-4 классы	23 С6 2008г.	060	0,969	6,997	6,156	109,330	0,011		5,500		1,340	21,090	24,510	0,798			
5-11 классы			100	1,615	8,995	10,260	145,560	0,019		9,500		2,233	35,150	40,850	1,330			
1-4 классы			200	3,000	2,630	13,500	146,000	0,094		10,450		1,074	33,850	85,650	32,470			
Суп картофельный с клецками	5-11 классы	46 С6 2008г.	250	3,750	3,288	16,870	181,000	0,118		13,000		1,343	42,310	107,060	40,590			
Емкости в соусе	1-4 классы	202 С6 2008г.	090	10,802	10,114	13,843	165,904	0,022	2,460	0,003	1,306	8,822	20,641	5,957	37,071			
5-11 классы			100	13,301	12,414	15,784	200,764	0,027	2,820	0,002	1,798	10,677	25,617	6,746	27,966			
Пюре из гороха	1-4 классы	270 С6 1996г.	150	15,131	5,924	40,345	260,296	0,629	0,021	6,479	63,418	158,888	61,617	4,889	4,889			
5-11 классы			180	17,358	8,908	48,015	312,348	0,755	0,025	7,775	76,103	190,671	73,942	5,879	5,879			
Напиток лимонный	1-4 классы	289 С6 2008г.	180	0,130	22,075	86,328	0,006	5,760		6,192	3,168	1,728	0,151		0,151			
5-11 классы			180	0,130	22,075	86,328	0,006	5,760		6,192	3,168	1,728	0,151		0,151			
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022		0,280	4,000	13,000	2,800	0,180	0,180			
5-11 классы			030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033		0,500	6,000	19,500	4,200	0,270	0,270			
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26963-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016		0,280	4,200	17,400	3,800	0,400	0,400			
5-11 классы			030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024		0,500	6,300	26,100	5,700	0,600	0,600			
ИТОГО:			Завтрак													Обед		
			1-4 классы	500	18,45	21,67	78,62	610,496	0,13	0,90	0,08	1,04	122,44	137,08	29,96	2,23		
			5-11 классы	650	21,330	22,618	89,608	665,876	0,167	0,900	0,083	1,360	126,773	151,616	34,212	2,637		
			1-4 классы	720	32,654	26,045	112,276	848,048	0,800	24,370	0,024	10,769	141,672	323,257	132,882	44,899		
			5-11 классы	870	40,087	34,176	137,638	1060,791	0,982	31,080	0,027	14,149	182,732	412,966	173,766	37,936		

• действует с 01 марта

Циклическое меню

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо		
Вторник		2-я неделя					Завтрак									
Орррррррррррррррр Котлеты Курные с соусом	1-4 классы	522 Сб. 1996г.	020	0,140	0,360	2,000	0,004	1,400	0,006	0,020	3,400	8,400		0,004		
	5-11 классы	522 Сб. 1996г.	030	0,210	0,540	3,000	0,006	2,100	0,009	0,030	5,100	12,600		0,006		
	1-4 классы	202 Сб. 2008г.	090	10,802	13,843	163,904	0,022	2,460	0,003	1,306	8,822	20,641	5,957	37,071		
	5-11 классы	202 Сб. 2008г.	100	13,301	12,414	15,784	200,764	0,027	2,820	0,002	1,798	10,677	25,617	6,746	27,956	
	1-4 классы	463 Сб. 1996г.	150	7,716	5,384	26,323	232,585	0,255		0,021	4,160	30,396	154,621	0,158	2,985	
Каша гречневая рассыпчатая	1-4 классы	463 Сб. 1996г.	180	8,715	6,460	32,561	278,971	0,306	0,720	0,025	4,989	36,456	185,444	0,189	3,580	
	5-11 классы	702 Сб. 1997г.	200	0,080	33,552	127,760	0,004	0,720		0,480	2,400	4,000	0,152	0,152		
	1-4 классы	702 Сб. 1997г.	200	0,080	33,552	127,760	0,004	0,720		0,480	2,400	4,000	0,152	0,152		
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,700	0,022		0,280	4,000	13,000	2,800	0,180	0,180	
	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	025	1,900	0,250	12,425	56,500	0,028		0,420	5,000	16,250	3,500	0,225	0,225	
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,900	0,250	12,425	56,500	0,028		0,280	4,200	17,400	3,800	0,400	0,400	
	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016		0,420	5,250	21,750	4,750	0,500	0,500	
Хлеб ржаной	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	025	1,378	0,250	8,020	47,500	0,020								
	Обед															
Вторник		2-я неделя														
Винегрет овощной	1-4 классы	60 Сб. 1996г.	060	1,167	6,193	5,485	79,707	0,035	5,520		2,696	14,130	26,268	12,198	0,490	
	5-11 классы	60 Сб. 1996г.	100	1,945	8,321	9,142	132,845	0,058	9,200	0,006	4,494	23,550	43,780	20,330	0,816	
	1-4 классы	72 Сб. 2008г.	200	3,970	2,840	16,232	102,530	0,066	26,510		1,774	37,540	43,204	18,240	19,102	
	5-11 классы	72 Сб. 2008г.	250	4,400	3,363	20,290	124,225	0,082	33,125	0,006	2,214	44,675	52,455	22,550	23,875	
	1-4 классы	423 Сб. 1996г.	080	6,802	7,114	9,623	121,904	0,022	2,460		2,146	8,822	20,641	5,957	37,071	
Пальчики с соусом	1-4 классы	423 Сб. 1996г.	100	7,201	9,414	11,764	158,764	0,027	2,820		2,554	10,677	25,617	6,746	27,956	
	5-11 классы	423 Сб. 1996г.	100	7,201	9,414	11,764	158,764	0,027	2,820		2,554	10,677	25,617	6,746	27,956	
	1-4 классы	469 Сб. 1996г.	150	5,365	4,285	37,247	203,790	0,087		0,021	1,193	10,427	45,359	8,306	0,622	
	5-11 классы	469 Сб. 1996г.	150	5,365	4,285	37,247	203,790	0,087		0,021	1,193	10,427	45,359	8,306	0,622	
	1-4 классы	629 Сб. 1996г.	180	6,437	5,117	46,011	244,928	0,105		0,025	1,431	12,512	54,426	9,967	0,746	
Макаронные изделия отварные	1-4 классы	629 Сб. 1996г.	187	0,243	0,046	13,761	53,710	0,003	2,801		0,280	3,111	1,540	0,840	0,090	
	5-11 классы	629 Сб. 1996г.	187	0,243	0,046	13,761	53,710	0,003	2,801		0,280	4,000	13,000	2,800	0,180	
	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022		0,500	6,000	19,500	4,200	0,270	0,270	
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033		0,280	4,200	17,400	3,800	0,400	0,400	
	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016		0,500	6,300	26,100	5,700	0,600	0,600	
Хлеб ржаной	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024								
	Завтрак															
Завтрак	1-4 классы	600	21,360	16,878	90,434	609,449	0,323	4,580	0,030	6,046	61,298	216,462	16,716	40,792		
	5-11 классы	660	26,684	19,374	102,882	714,496	0,391	5,640	0,036	7,667	62,963	264,061	19,186	32,479		
	1-4 классы	727	20,169	20,838	98,704	644,841	0,261	37,291	0,027	8,369	82,230	167,412	62,141	67,965		
	5-11 классы	877	24,169	26,831	126,622	838,872	0,332	47,946	0,031	11,693	106,826	223,418	70,333	64,363		
	5-11 классы	877	24,169	26,831	126,622	838,872	0,332	47,946	0,031	11,693	106,826	223,418	70,333	64,363		
ИТОГО:	Завтрак	1-4 классы	600	21,360	16,878	90,434	609,449	0,323	4,580	0,030	6,046	61,298	216,462	16,716	40,792	
	Обед	5-11 классы	877	24,169	26,831	126,622	838,872	0,332	47,946	0,031	11,693	106,826	223,418	70,333	64,363	

* - действует с 01 марта

Циклическое меню

Наименование блюда		№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витаминный (мг)					Минеральные вещества (мг)					
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо			
Среды		2-я неделя		Завтрак														
Помидоры консервированные	1-4 классы	24 Сб. 1996г.	040	1,120		0,520	6,440								10,000	8,000		0,480
	5-11 классы	24 Сб. 1996г.	050	1,400		0,650	8,050								12,500	10,000		0,600
	1-4 классы	293 Сб.2015г.	240	13,846	12,100	21,451	323,136	0,201	28,500						806,489	86,914	35,865	2,530
	5-11 классы	293 Сб.2015г.	280	19,366	16,639	29,931	397,031	0,258	38,000						29,226	115,854	47,475	2,962
	Пельмени отварные с бульоном	1-4 классы	628 Сб. 1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,287		0,001					0,346			0,053
Чай с сахаром	5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,287		0,001					0,346			0,053	
	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022		0,280	4,000	13,000	2,800	0,180				
Хлеб пшеничный	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033		0,500	6,000	19,500	4,200	0,270				
	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016		0,280	4,200	17,400	3,800	0,400				
Хлеб ржаной	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024		0,500	6,300	26,100	5,700	0,600				
Обед																		
Среды		2-я неделя																
Салат из моркови и яблок/Салат из помидоров*	1-4 классы	11 Сб.2008г.	060	0,512	6,031	8,678	89,400	0,024	2,154		2,751	18,702	21,210	15,708	0,085			
	5-11 классы	11 Сб.2008г.	100	0,853	7,750	14,464	149,000	0,040	3,590		4,584	31,170	36,350	26,180	0,142			
	1-4 классы	110 Сб.1996г.	210	3,833	5,522	11,708	96,080	0,048	16,830	0,006	1,819	37,900	45,972	27,120	56,044			
	Борщ с капустой и картофелем,со сметаной	5-11 классы	110 Сб.1996г.	260	4,217	6,528	14,562	117,200	0,060	21,025	0,006	2,270	45,125	55,915	33,650	70,053		
	Биточки с соусом	1-4 классы	423 Сб.1996г.	90	10,843	10,030	9,974	133,166	0,020	1,160	0,003	1,306	5,792	14,492	4,558	36,970		
Картофельное пюре	5-11 классы	423 Сб.1996г.	100	12,665	13,566	12,404	175,920	0,025	1,020	0,002	2,210	6,539	3,894	4,846	27,818			
	1-4 классы	472 Сб.1996г.	150	3,263	4,497	26,370	154,200	0,161	25,875	0,026	0,144	41,310	95,910	32,805	1,390			
	5-11 классы	472 Сб.1996г.	180	3,916	5,386	31,644	185,040	0,193	31,050	0,031	0,172	48,572	115,092	39,366	1,668			
	Компот из сухофруктов	1-4 классы	283 Сб.2008г.	180	0,878	32,139	126,104	0,005	0,549		0,280	30,740	21,137	16,470	4,158			
	5-11 классы	283 Сб.2008г.	180	0,878	32,139	126,104	0,005	0,549		0,280	4,000	13,000	2,800	0,180				
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033		0,500	6,000	19,500	4,200	0,270				
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033		0,500	6,000	19,500	4,200	0,270				
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016		0,280	4,200	17,400	3,800	0,400				
Хлеб ржаной	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024		0,500	6,300	26,100	5,700	0,600				
Завтрак																		
Итого:	Завтрак		620	17,788	12,631	63,337	470,043	0,217	28,600	0,000	0,280	820,689	112,314	39,665	3,410			
	Завтрак		690	22,419	17,260	70,126	687,148	0,282	38,000	0,000	0,500	48,026	161,954	63,176	4,162			
	Обед		730	21,951	26,460	105,225	682,160	0,296	46,568	0,036	6,580	142,644	229,121	103,261	99,227			
			880	26,462	33,810	129,747	878,064	0,380	67,234	0,039	10,236	176,446	276,988	130,412	104,709			

* - действует с 01 марта

Циклическое меню

Наименование блюда		№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)		Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
				Белки	Жиры		Углеводы	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Четверг		2-я неделя		Завтрак												
Оррды солёные	1-4 классы	24 Сб.1996г.	040	1.120		0.520	6.440					10.000	8.000		0.480	
	5-11 классы	24 Сб.1996г.	040	1.120		0.520	6.440					10.000	8.000		0.480	
	1-4 классы	193 Сб.2008г.	200	17.671	16.213	40.528	362.073	0.106	2.697		2.849	33.235	68.123	21.137	3.101	
	5-11 классы	193 Сб.2008г.	250	17.996	17.994	54.034	433.536	0.126	3.595		3.650	41.941	90.771	27.628	3.449	
	Плов из Говядины	5-11 классы	193 Сб.2008г.	250	17.996	17.994	54.034	433.536	0.126	3.595		3.650	41.941	90.771	27.628	3.449
Чай с сахаром	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0.200	0.051	15.010	57.267	0.001	0.001		0.346			0.053		
	5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0.200	0.051	15.010	57.267	0.001	0.001		0.346			0.053		
	Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	030	2.280	0.270	67.800	0.033		0.500	6.000	19.500	4.200	0.270		
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2.280	0.270	67.800	0.033		0.500	6.000	19.500	4.200	0.270			
	Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1.653	0.300	57.000	0.024		0.500	6.300	26.100	5.700	0.600		
Хлеб ржаной	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1.653	0.300	57.000	0.024			0.500	6.300	26.100	5.700	0.600		
Четверг		2-я неделя		Обед												
Салат из белокочанной капусты/Салат из огурцов*	1-4 классы	62 Сб.1997г.	060	0.929	3.003	5.968	53.564	0.032	23.950		1.298	24.878	17.963	9.848	0.489	
	5-11 классы	62 Сб.1997г.	100	1.550	5.005	9.951	89.292	0.053	39.950		2.163	41.494	29.959	16.424	0.816	
	1-4 классы	138 Сб.1996г.	200	4.746	4.302	18.572	127.590	0.202	9.300		3.215	25.820	69.500	28.200	1.565	
	Суп картофельный с горохом	5-11 классы	138 Сб.1996г.	250	5.933	5.378	23.215	159.475	0.253	11.625		4.019	32.275	86.875	35.250	1.946
	Котлеты из минтай с соусом	1-4 классы	162 Сб.2008г.	90	9.080	5.499	9.271	95.702	0.057	1.845		1.717	14.986	29.764	31.461	28.195
Картофель и овощи тушёные	5-11 классы	162 Сб.2008г.	100	10.384	7.516	12.206	129.098	0.078	2.285		2.39	20.153	40.117	43.305	28.422	1.622
	1-4 классы	251 Сб.1997г.	150	3.676	11.419	35.220	250.013	0.215	35.625		4.787	23.400	108.525	43.575	1.622	
	5-11 классы	251 Сб.1997г.	180	4.410	13.703	42.264	300.015	0.258	42.750		5.745	28.080	130.230	52.290	1.946	
	Сок фруктовый	1-4 классы	293 Сб.2008г.	180	0.900	21.060	84.600	0.018	3.600			14.400	16.200	9.000	0.360	
	5-11 классы	293 Сб.2008г.	180	0.900	21.060	84.600	0.018	3.600				14.400	16.200	9.000	0.360	
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1.520	0.180	9.940	45.200	0.022			0.280	4.000	13.000	2.800	0.180	
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	020	1.520	0.180	9.940	45.200	0.022			0.280	4.000	13.000	2.800	0.180	
	Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	030	2.280	0.270	67.800	0.033			0.500	6.000	19.500	4.200	0.270	
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2.280	0.270	67.800	0.033			0.500	6.000	19.500	4.200	0.270		
	Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1.102	0.200	6.416	39.000	0.016			0.280	4.200	17.400	3.800	0.400
5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1.653	0.300	9.624	57.000	0.024				0.500	6.300	26.100	5.700	0.600	
ИТОГО:		Завтрак		Обед												
	1-4 классы	600	22.924	16.834	80.692	650.680	0.163	2.698	0.000	3.849	65.881	124.723	31.037	4.504		
	5-11 классы	560	23.249	16.565	84.098	622.043	0.183	3.696	0.000	4.660	64.887	144.371	37.628	4.862		
	720	21.953	24.503	106.447	694.658	0.662	74.320	0.022	11.677	111.654	272.362	128.664	32.802			
	870	32.172	133.230	887.280	0.717	100.220	0.030	16.317	148.702	348.981	166.169	34.369				

* - действует с 01 марта

Циклическое меню

Наименование блюда		№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо		
Пятница				Завтрак													
Икра кабачковая(порционно)	1-4 классы	31 С6.1997г.	020	0,400	1,800	1,720	24,400	0,004	1,400			8,200	13,400	7,000	1,400		
	5-11 классы	31 С6.1997г.	030	0,600	2,700	2,580	36,600	0,006	2,100			12,300	20,100	10,500	2,100		
	1-4 классы	520 С6.1997г.	090	11,648	8,565	2,097	119,992	0,006	0,960	0,003	1,306	2,764	5,192	2,472	36,838		
	5-11 классы	520 С6.1997г.	100	12,895	9,188	5,094	207,500	0,004	0,720	0,002	1,798	2,073	3,894	1,854	27,628		
	5-11 классы	520 С6.1997г.	100	12,895	9,188	5,094	207,500	0,004	0,720	0,002	1,798	2,073	3,894	1,854	27,628		
Макаронные изделия отварные	1-4 классы	469 С6.1996г.	150	5,366	4,265	37,247	203,790	0,087	0,021	0,021	1,193	10,427	45,359	8,306	0,622		
	5-11 классы	469 С6.1996г.	180	6,437	5,117	46,011	244,528	0,105		0,025	1,431	12,512	54,426	9,967	0,746		
	1-4 классы	280 С6.2008г.	200	1,924		44,343	176,440	0,037	1,480			635,690	54,020	38,850	0,060		
	5-11 классы	280 С6.2008г.	200	1,924		44,343	176,440	0,037	1,480			635,690	54,020	38,850	0,060		
	5-11 классы	280 С6.2008г.	200	1,924		44,343	176,440	0,037	1,480			635,690	54,020	38,850	0,060		
Компот из кураги	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180		
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	025	1,900	0,225	12,425	56,500	0,028			0,420	5,000	16,250	3,500	0,225		
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	025	1,900	0,225	12,425	56,500	0,028			0,420	5,000	16,250	3,500	0,225		
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400		
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	025	1,378	0,250	8,020	47,500	0,020			0,420	5,290	21,750	4,750	0,500		
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	025	1,378	0,250	8,020	47,500	0,020			0,420	5,290	21,750	4,750	0,500		
Обед																	
Пятница				2-я неделя													
Салат Стелной	1-4 классы	111 С6.2008г.	060	1,076	9,148	4,969	104,362	0,059	8,160	0,021		9,948	39,036	13,884	0,576		
	5-11 классы	111 С6.2008г.	100	1,793	15,246	8,281	173,937	0,098	13,600	0,036		16,580	65,060	23,140	0,960		
	1-4 классы	132 С6.1996г.	200	3,514	3,525	10,490	76,426	0,073	17,800		1,550	18,880	40,380	17,180	0,636		
	5-11 классы	132 С6.1996г.	250	3,893	4,406	13,113	95,533	0,091	22,250		1,937	23,600	50,475	21,475	0,795		
	5-11 классы	132 С6.1996г.	250	3,893	4,406	13,113	95,533	0,091	22,250		1,937	23,600	50,475	21,475	0,795		
Суп из овощей	1-4 классы	423 С6.1996г.	090	6,802	7,114	9,623	121,904	0,022	2,460		2,146	8,822	20,641	5,967	37,071		
	5-11 классы	423 С6.1996г.	100	7,201	9,414	11,784	158,764	0,027	2,820		2,554	10,617	25,617	6,746	27,956		
	1-4 классы	423 С6.1996г.	100	7,201	9,414	11,784	158,764	0,027	2,820		2,554	10,617	25,617	6,746	27,956		
	5-11 классы	423 С6.1996г.	100	7,201	9,414	11,784	158,764	0,027	2,820		2,554	10,617	25,617	6,746	27,956		
	5-11 классы	423 С6.1996г.	100	7,201	9,414	11,784	158,764	0,027	2,820		2,554	10,617	25,617	6,746	27,956		
Тертые с соусом	1-4 классы	465 С6.1996г.	150	3,868	5,218	41,803	219,038	0,044		0,027	0,402	14,580	53,730	11,543	0,986		
	5-11 классы	465 С6.1996г.	180	4,641	6,261	50,163	262,845	0,053		0,032		17,456	64,476	13,851	1,183		
	1-4 классы	465 С6.1996г.	180	4,641	6,261	50,163	262,845	0,053		0,032		17,456	64,476	13,851	1,183		
	5-11 классы	465 С6.1996г.	180	4,641	6,261	50,163	262,845	0,053		0,032		17,456	64,476	13,851	1,183		
	5-11 классы	465 С6.1996г.	180	4,641	6,261	50,163	262,845	0,053		0,032		17,456	64,476	13,851	1,183		
Чай с лимоном	1-4 классы	629 С6.1996г.	187	0,243	0,046	13,761	53,710	0,003	2,801			3,111	1,540	0,840	0,090		
	5-11 классы	629 С6.1996г.	187	0,243	0,046	13,761	53,710	0,003	2,801			3,111	1,540	0,840	0,090		
	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180		
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270		
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270		
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400		
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400		
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600		
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600		
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600		
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600		
Завтрак																	
ИТОГО:	Завтрак	1-4 классы	600	21,959	15,010	101,763	607,822	0,172	3,840	0,024		666,281	148,371	63,228	39,600		
		5-11 классы	660	26,134	17,480	118,473	759,088	0,200	4,300	0,027		672,826	170,440	69,421	31,269		
		1-4 классы	727	18,126	25,431	97,002	668,640	0,239	31,221	0,048		63,641	186,727	56,004	39,939		
Обед		5-11 классы	877	21,704	35,943	121,636	869,689	0,329	41,471	0,067		83,764	262,768	76,962	31,864		
		5-11 классы	877	21,704	35,943	121,636	869,689	0,329	41,471	0,067		83,764	262,768	76,962	31,864		

- действующ с 01 марта

Циклическое меню

Наименование Блюда	№ рецептуры	Вес Блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)							
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо					
Суббота		2-я неделя					Завтрак												
Сельдь с гарниром	1-4 классы	83 Сб. 1996г.	060	4,240	8,098	4,468	86,115	0,026	4,290	0,012	2,902	24,787	69,462	18,845	408,381				
	5-11 классы	83 Сб. 1996г.	060	4,240	8,098	4,468	86,115	0,026	4,290	0,012	2,902	24,787	69,462	18,845	408,381				
Омлет натуральный	1-4 классы	284 Сб. 1996г.	200	20,835	25,910	3,362	329,800	0,125	0,571	0,583	3,323	155,233	335,804	90,570	4,705				
	5-11 классы	284 Сб. 1996г.	230	23,819	31,052	3,769	389,634	0,143	0,657	0,670	3,821	178,519	386,180	104,158	5,410				
Чай с сахаром	1-4 классы	628 Сб. 1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267	0,001			0,053	0,346			0,053				
	5-11 классы	628 Сб. 1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267	0,001			0,053	0,346			0,053				
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,320	0,180	9,940	45,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180				
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270				
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400				
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600				
Суббота		2-я неделя					Обед												
Оррцы соевые	1-4 классы	24 Сб. 1996г.	020	0,560		0,260	3,220					5,000	4,000		0,240				
	5-11 классы	24 Сб. 1996г.	030	0,840		0,390	4,830					7,500	6,000		0,360				
Суп картофельный с макаронными изделиями	1-4 классы	139 Сб. 1996г.	200	2,272	2,138	19,156	100,420	0,094	13,200		1,343	14,000	50,800	19,240	0,710				
	5-11 классы	139 Сб. 1996г.	250	2,840	2,673	23,945	125,525	0,118	16,500		1,343	17,500	63,500	24,050	0,887				
ЕЖИКИ в соусе	1-4 классы	202 Сб. 2008г.	090	10,802	10,114	13,843	163,904	0,022	2,460	0,003	1,306	8,822	20,641	5,957	37,071				
	5-11 классы	202 Сб. 2008г.	100	13,301	12,414	15,784	200,764	0,027	2,820	0,002	1,788	10,677	25,617	6,746	27,956				
Картофель отварной	1-4 классы	239 Сб. 2008г.	150	3,094	0,155	30,474	128,383	0,186	30,938			18,563	89,720	35,579	1,392				
	5-11 классы	239 Сб. 2008г.	180	3,713	0,186	36,569	154,073	0,223	37,126			16,000	107,655	42,695	1,671				
Сок фруктовый	1-4 классы	293 Сб. 2008г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000			16,000	18,000	10,000	0,400				
	5-11 классы	293 Сб. 2008г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000			16,000	18,000	10,000	0,400				
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180				
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270				
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400				
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600				
ИТОГО:		Завтрак		Обед															
	1-4 классы	600	27,937	34,439	39,196	656,382	0,189	4,862	0,696	6,786	188,666	436,666	116,016	413,719					
	5-11 классы	700	32,192	39,771	47,781	667,816	0,226	4,948	0,682	7,723	216,962	501,242	132,903	414,714					
	6-11 классы	820	20,360	12,787	103,489	673,137	0,360	60,698	0,003	3,209	67,491	213,661	77,376	40,393					
	6-11 классы	820	26,627	16,843	124,622	703,992	0,446	60,446	0,002	4,141	82,640	266,382	93,991	32,144					