

СОГЛАСОВАНО:

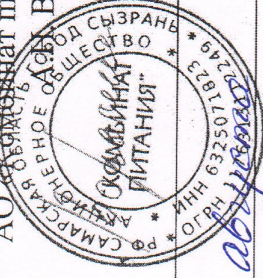
Директор ГБОУ СОШ(ООШ)



А.М. Масте

«22» августа 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ:
Генеральный директор
АО «Комбинат питания»
А.А. Воронин



«22» августа 2022 г.

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

Осенне-зимнее (весеннее - *)

Согласовано:

Председатель родительского комитета

Жуф. (Жуныснова Н.В.) 22 августа 2022 г.

Циклическое меню

Наименование блюда		№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)		Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)					
				Белки	Жиры		Углеводы	B1	C	A	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо		
Понедельник																	
		1-я неделя															
		1-4 классы	24 С6 1996г.	020	0,700	0,560	3,120	20,200	0,080					9,200			0,084
		5-11 классы	24 С6 1996г.	030	1,050	0,840	4,680	30,300	0,120					13,800			0,126
		1-4 классы	423 С6 1996г.	90	8,193	10,030	9,974	133,166	0,020	1,160	0,003	1,306		5,792	14,492	4,558	36,970
		5-11 классы	423 С6 1996г.	100	11,340	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	469 С6 1996г.	150	5,365	4,265	38,347	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		0,025	1,431		12,512	54,426	9,967	0,746
		1-4 классы	628 С6 1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001				0,346			0,053
		5-11 классы	628 С6 1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		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
5-11 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		
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		
Обед																	
		1-я неделя															
		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
		5-11 классы	60 С6 1996г.	100	1,945	10,321	9,142	132,845	0,058	9,200		4,494		23,550	43,780	20,330	0,816
		1-4 классы	138 С6 1996г.	200	4,746	4,302	18,572	127,580	0,202	9,930		3,215		25,820	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	35,250	1,945
		1-4 классы	423 С6 1996г.	090	8,193	10,030	9,974	133,166	0,020	1,160	0,003	1,306		5,792	14,492	4,558	36,970
		5-11 классы	423 С6 1996г.	100	11,340	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	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	5,267	16,511	148,280	0,133	105,985		2,699		100,330	74,925	37,886	101,068
		1-4 классы	283 С6 2008г.	180	0,878		32,139	126,104	0,005	0,549		2,699		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		2,699		30,740	21,137	16,470	4,158		
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		
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		
Завтрак																	
ИТОГО:		1-4 классы		500	17,080	15,286	82,807	497,623	0,225	1,161	0,024	3,059	33,965	90,251	19,464	38,309	
		5-11 классы		560	22,305	20,074	98,550	612,015	0,298	1,021	0,027	4,481	43,447	96,320	23,063	29,468	
		1-4 классы		720	21,199	26,127	99,037	673,218	0,411	104,849	0,003	10,018	168,280	224,212	99,598	128,360	
Обед		5-11 классы		870	28,345	36,156	121,272	867,424	0,531	128,379	0,002	14,412	205,734	276,211	124,682	136,675	

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		Завтрак														
Сыр плавленый	1-4 классы	СТО 71063300-003-2012	016	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	016	3,580	3,500		47,400		0,510	0,025	0,060	129,000	102,000	6,800	136,000	
	1-4 классы	109 С6.2008г.	160	6,504	11,855	29,742	253,448	0,151	1,320	0,066	2,256	176,695	203,345	44,880	1,366	
	5-11 классы	109 С6.2008г.	210	8,628	13,390	37,962	309,580	0,201	1,760	0,075	3,135	234,760	270,460	59,740	1,810	
	1-4 классы	293 С6.2008г.	200	1,000	23,400	94,000	94,000	0,020	4,000			14,000	14,000	8,000	0,600	
	5-11 классы	293 С6.2008г.	200	1,000	23,400	94,000	94,000	0,020	4,000			14,000	14,000	8,000	0,600	
	1-4 классы	762С6.1997г.	180	2,250	2,376	18,504	101,385	0,027	0,900	0,018	0,081	109,170	81,900	12,600	0,941	
	5-11 классы	762С6.1997г.	180	2,250	2,376	18,504	101,385	0,027	0,900	0,018	0,081	109,170	81,900	12,600	0,941	
Батон	1-4 классы	ГОСТ 31805-2018	040	2,960	1,160	20,560	0,100	0,060		1,000	10,000	32,800	13,200	0,600	0,840	
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2018	050	3,700	1,450	25,700	0,125	0,075		1,250	12,500	41,000	16,500	0,750	0,750	
Вторник		Обед														
Салат из моркови и яблок/Салат из помидоров*	1-4 классы	11 С6.2008г.	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 С6.2008г.	100	0,853	10,051	14,464	149,000	0,040	3,590		4,584	31,170	35,350	26,180	0,142	
	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	
	5-11 классы	120 С6.1996г.	260	2,181	6,538	10,929	104,325	0,082	33,125	0,006	2,214	44,675	52,455	22,550	23,875	
	1-4 классы	394 С6.1996г.	180	11,899	15,013	28,176	288,648	0,201	28,500			806,489	86,914	35,855	2,530	
	5-11 классы	394 С6.1996г.	230	12,879	18,058	37,568	355,318	0,258	38,000			29,226	115,854	47,475	2,962	
	1-4 классы	278 С6.2008г.	200	0,378	0,420	27,468	106,740	0,017	22,086	0,079	0,088	12,600	9,900	7,380	0,108	
	5-11 классы	278 С6.2008г.	200	0,420	0,180	30,520	118,600	0,019	24,540	0,088	0,088	14,000	11,000	8,200	0,120	
Компот из апельсинов с яблоками	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,270	9,940	45,200	0,022		0,500	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	0,280	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	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	0,500	6,300	26,100	5,700	0,600	
Завтрак	1-4 классы	1-4 классы	596	16,294	18,891	92,206	496,333	0,258	6,730	0,109	3,397	438,865	434,045	85,480	139,507	
	5-11 классы	5-11 классы	656	19,158	20,716	105,566	552,490	0,323	7,170	0,118	4,526	499,430	509,360	103,640	140,101	
	1-4 классы	1-4 классы	700	26,954	26,954	83,768	89,479	0,346	7,925	0,006	5,164	883,531	891,628	83,783	22,405	
	5-11 классы	5-11 классы	850	20,266	35,217	118,015	852,043	0,456	99,255	0,006	7,886	131,371	280,259	114,305	27,969	
	ИТОГО:															

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		
Среда		Завтрак															
Огурцы солёные Рыба, тушенная в томате с овощами 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	309 Сб. 1996г.	90	8,330	3,029	5,112	78,054	0,056	3,700		1,276	14,540	19,460	39,142	92,485		
	5-11 классы	309 Сб.1996г.	100	10,261	5,442	5,112	107,499	0,066	3,700		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	95,910	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	1,668		
	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		
	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		
	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	0,250	12,425	56,500	0,028			0,420	5,000	16,250	3,500	0,225		
	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		
Среда		Обед															
Салат из свежкы отварной Суп картофельный с макаронными изделиями Плов из птицы(филе куриное) Чай с сахаром Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	1-4 классы	23 Сб.2008г.	060	0,969	2,997	6,156	54,330	0,011	5,700		1,340	21,090	24,510	24,510	0,798		
	5-11 классы	23 Сб.2008г.	100	1,615	4,995	10,260	90,550	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	180,000	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	200,000	0,118	16,500		1,343	17,500	63,500	24,050	0,887		
	1-4 классы	893 Сб1998г.	150	10,315	8,435	34,129	295,147	0,077	1,434	0,019	2,910	22,412	150,786	25,502	1,556		
	5-11 классы	893 Сб.1998г.	200	13,742	11,244	45,518	326,844	0,103	1,940	0,025	3,880	29,964	200,972	34,006	2,076		
	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001			0,346			0,053		
	5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		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		
	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		
	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		

* - 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		Завтрак															
Горошек зеленый консервированный Люля-кебаб с соусом Макаронные изделия отварные Сок фруктовый Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	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	428 Сб 1996г.	90	8,287	10,039	10,509	135,635	0,022	1,150	0,003	1,306	5,957	15,412	4,748	36,981		
	5-11 классы	428 Сб 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		
	1-4 классы	469 Сб 1996г.	150	5,365	4,265	38,347	203,790	0,087		0,021	1,193	10,427	45,359	8,306	0,622		
	5-11 классы	469 Сб 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		
	1-4 классы	293 Сб 2008г.	200	1,000			94,000	0,020	4,000		16,000	18,000	10,000	0,400			
	5-11 классы	293 Сб 2008г.	020				23,400	0,020	4,000		16,000	18,000	10,000	0,400			
	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	200	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	0,250	12,425	56,500	0,028			0,420	5,000	16,250	3,500	0,225		
Четверг	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			
	Обед																
Салат картофельный с овощами Борщ с капустой и картофелем со сметаной ЕЖИКИ в соусе Каша гречневая рассыпчатая Напиток из шиповника Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	1-4 классы	37 Сб 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 Сб 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 Сб 1996г.	210	1,833	5,522	11,708	96,080	0,048	16,830	0,006	1,819	37,900	45,972	27,120	56,044		
	5-11 классы	110 Сб 1996г.	260	2,217	6,528	14,562	117,200	0,060	21,025	0,006	2,270	45,125	55,915	33,650	70,053		
	1-4 классы	202 Сб 2008г.	090	6,802	7,114	9,623	121,904	0,022	2,460	0,003	1,306	8,822	20,641	5,957	37,071		
	5-11 классы	202 Сб 2008г.	100	9,301	9,414	11,784	158,764	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	41,323	232,585	0,255		0,021	4,160	30,396	154,621	0,158	2,985		
	5-11 классы	463 Сб 1996г.	180	9,255	6,460	49,561	278,971	0,306		0,025	4,989	36,456	185,444	0,189	3,580		
	1-4 классы	289 Сб 2008г.	180	0,720	0,250	24,273	96,705	0,027	216,000		0,308	12,150	3,600	3,600	5,081		
	5-11 классы	289 Сб 2008г.	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022	216,000		0,280	4,000	13,000	2,800	0,180		
Четверг	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	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	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			
Завтрак																	
	1-4 классы	1-4 классы	500	17,894	15,084	90,032	524,825	0,189	7,150	0,024	3,299	43,784	119,771	33,854	38,723		
	5-11 классы	5-11 классы	560	23,000	19,783	104,401	630,848	0,231	7,970	0,027	4,429	49,941	143,710	39,373	29,899		
	ИТОГО:	1-4 классы	730	20,969	20,236	110,600	679,693	0,434	242,368	0,030	8,966	110,175	283,691	54,019	102,294		
Обед																	
	5-11 классы	5-11 классы	880	27,552	26,032	136,910	858,472	0,550	251,641	0,033	11,719	137,885	363,603	71,724	108,428		

* - 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																
1-я неделя																
Фрукты	1-4 классы	24 сб.1996г.	150	0,600		14,700	57,000									
	5-11 классы	24 сб.1996г.	150	0,600		14,700	57,000									
	1-4 классы	114 сб.2008г.	160	3,586	5,844	29,730	242,000	0,019		0,020	0,293	6,919	23,407	5,001	0,452	
	5-11 классы	114 сб.2008г.	210	4,760	6,584	37,963	290,000	0,025		0,020	0,352	8,792	30,786	6,618	0,594	
	1-4 классы	629 сб.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 сб.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 31805-2018	040	2,960	1,160	20,560	94,000	0,060		1,000	10,000	32,800	13,200	0,600		
Батон	5-11 классы	ГОСТ 31805-2018	050	3,700	1,450	25,700	117,000	0,075		1,250	12,500	41,000	16,500	0,750		
Обед																
Пятница																
1-я неделя																
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	42 сб.2008г.	210	2,288	5,588	16,298	116,572	0,085	12,850	0,006	1,771	24,280	54,000	19,240	0,808	
	5-11 классы	42 сб.2008г.	260	2,785	6,610	20,300	142,815	0,106	16,050	0,006	2,211	28,100	65,950	23,800	1,007	
	1-4 классы	520 сб.1997г.	090	7,348	6,052	5,042	269,992	0,006	0,960	0,003	1,306	2,764	5,192	2,472	36,838	
	5-11 классы	520 сб.1997г.	100	9,261	7,799	5,094	341,525	0,004	0,720	0,002	1,798	2,073	3,894	1,854	27,628	
	1-4 классы	251 сб.1997г.	150	3,675	11,419	35,220	250,013	0,215	35,625		4,787	23,400	108,525	43,575	1,622	
Картофель и овощи тушеные	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	
	1-4 классы	283 сб.2008г.	180	0,878		32,139	126,104	0,005	0,549			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			30,740	21,137	16,470	4,158	
	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		
	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	
ИТОГО:																
Завтрак	1-4 классы		537	7,39	7,05	78,75	446,71	0,08	2,80	0,02	1,29	20,03	57,75	19,04	1,14	
	5-11 классы		597	9,30	8,08	92,12	517,71	0,10	2,80	0,02	1,60	24,40	73,33	23,96	1,43	
Обед	1-4 классы		730	17,740	26,442	111,023	899,446	0,381	73,934	0,009	9,722	114,262	237,217	98,205	44,495	
	5-11 классы		880	22,817	33,687	134,282	1124,551	0,483	100,019	0,008	12,917	142,787	296,770	120,738	36,425	

* - 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	
1-я неделя																
Суббота																
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	
Котлеты Куринные с соусом	1-4 классы	423 С6.1996г.	090	8,193	10,030	9,974	133,166	0,020	1,160	0,003	1,306	5,792	14,492	4,558	36,970	
	5-11 классы	423 С6.1996г.	100	11,340	13,566	12,404	175,920	0,025	1,020	0,002	2,210	6,539	3,894	4,946	27,818	
Калуста 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	
Чай с сахаром	1-4 классы	628 С6.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001			0,346			0,053	
	5-11 классы	628 С6.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001			0,346			0,053	
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	025	1,900	0,250	12,425	56,500	0,028			0,420	5,000	16,250	3,500	0,225	
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	
Завтрак																
ИТОГО:	1-4 классы		500	15,008	17,528	59,571	421,494	0,173	90,881	0,003	4,107	106,136	120,707	49,730	123,609	
	5-11 классы		560	19,734	23,138	70,277	522,067	0,212	109,106	0,002	5,739	129,765	136,919	61,482	131,764	

* - 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		
Завтрак																	
Понедельник																	
Кондитерские изделия	1-4 классы	29 С6.1997г.	025	0,800	7,550	15,070	131,500										
	5-11 классы	29 С6.1997г.	025	0,800	7,550	15,070	131,500										
	1-4 классы	102 С6.2008г.	220	4,928	10,311	38,225	257,508	0,081		0,040	0,680	9,270	42,180	14,560	1,105		
	1-4 классы	102 С6.2008г.	260	5,887	10,923	43,807	288,020	0,097		0,040	0,769	10,603	50,216	17,412	1,316		
	5-11 классы	762С6.1997г.	200	2,500	2,640	20,560	112,650	0,030	1,000	0,020	0,090	0,300	91,000	14,000	0,045		
	5-11 классы	762С6.1997г.	200	3,100	2,600	23,970	133,350	0,030	1,000	0,020	0,090	0,300	91,000	14,000	0,045		
Кофейный напиток с молоком	1-4 классы	2 С6.1997г.	2540	3,260	0,400	37,085	156,150	0,063	0,125			13,500	35,050	14,950	1,050		
	1-4 классы	2 С6.1997г.	2540	3,260	0,400	37,085	156,150	0,063	0,125			13,500	35,050	14,950	1,050		
Бутерброды с повидлом	5-11 классы	2 С6.1997г.	2550	4,050	0,500	42,275	179,750	0,078	0,125			16,000	43,250	18,250	1,200		
	5-11 классы	2 С6.1997г.	2550	4,050	0,500	42,275	179,750	0,078	0,125			16,000	43,250	18,250	1,200		
Обед																	
Понедельник																	
Салат из свежклй отварной	1-4 классы	23 С6.2008г	060	0,969	2,997	6,156	54,330	0,011			1,340	21,090	24,510	24,510	0,798		
	5-11 классы	23 С6.2008г.	100	1,615	4,995	10,260	90,550	0,019			2,233	35,150	40,850	40,850	1,330		
	1-4 классы	139 С6.1996г.	200	2,272	2,138	19,156	100,420	0,094			1,074	14,000	50,800	19,240	0,710		
	5-11 классы	139 С6.1996г.	250	2,840	2,673	23,945	125,525	0,118			1,343	17,500	63,500	24,050	0,887		
	1-4 классы	423 С6.1996г.	090	6,802	7,114	9,623	121,904	0,022			2,146	8,822	20,641	5,957	37,071		
	5-11 классы	423 С6.1996г.	100	9,301	9,414	11,784	158,764	0,027			2,554	10,677	25,617	6,746	27,956		
	1-4 классы	270 С6.1996г.	150	16,131	4,924	40,345	260,286	0,629	0,021		6,479	68,888	61,617	73,942	4,899		
	5-11 классы	270 С6.1996г.	180	19,358	5,908	48,415	312,349	0,755	0,025		7,775	76,103	190,671	73,942	5,879		
	Пюре из гороха	1-4 классы	289 С6.2008г.	180	0,130		22,075	86,328	0,006			6,192	3,168	1,728	0,151		
	Напиток лимонный	5-11 классы	289 С6.2008г.	180	0,130		22,075	86,328	0,006			6,192	3,168	1,728	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	0,170		
	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		510	20,89	15,949	108,073	664,191	0,246	1,839	0,054	3,922	341,038	333,287	55,677	2,514		
	Обед		560	24,855	19,455	129,658	800,481	0,303	2,121	0,064	5,025	381,025	385,726	64,87	3,174		
			720	28,926	17,553	113,711	706,468	0,800	27,120	0,021	11,599	121,722	288,407	119,652	44,209		
			870	37,177	23,560	141,013	898,316	0,982	34,580	0,025	14,905	157,922	369,406	157,216	37,073		

* - 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													
	1-4 классы	522 С6.1996г.	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 С6.1996г.	030	0.210		0.540	3.000	0.006	2.100	0.009	0.030	5.100	12.600		0.006
	1-4 классы	423 С6.1996г.	090	8.193	10.030	9.974	133.166	0.020	1.160	0.003	1.306	5.792	14.492	4.558	36.970
	5-11 классы	423 С6.1996г.	100	11.340	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	463 С6.1996г.	150	7.716	5.384	41.323	232.595	0.025	0.002	0.021	4.160	30.396	154.621	0.158	2.985
	5-11 классы	463 С6.1996г.	180	9.255	6.460	49.561	278.971	0.036	0.025	0.025	4.989	36.456	185.444	0.189	3.580
	1-4 классы	702 С6.1997г.	200	0.080		33.552	127.760	0.004	0.720		0.480	2.400	4.000	4.000	0.152
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	020	0.080		33.552	127.760	0.004	0.720		0.480	2.400	4.000	4.000	0.152
	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1.520	0.180	9.940	45.200	0.022	0.720		0.280	4.000	13.000	2.800	0.180
	5-11 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
	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			0.280	4.200	17.400	3.800	0.400
	Обед														
	Вторник														
	1-4 классы	60 С6.1996г.	060	1.194	6.373	6.007	81.948	0.045	6.420		2.804	13.320	29.238	14.088	0.445
	5-11 классы	60 С6.1996г.	100	1.990	10.621	10.012	136.580	0.075	10.700		4.674	22.200	48.730	23.480	0.741
	1-4 классы	120 С6.1996г.	210	1.804	5.530	8.801	85.780	0.066	26.510	0.006	1.774	37.540	43.204	18.240	19.102
	5-11 классы	120 С6.1996г.	260	2.181	6.638	10.929	104.325	0.082	33.125	0.006	2.214	44.675	52.455	22.550	23.875
	1-4 классы	202 С6.2008г.	090	6.802	7.114	10.929	121.904	0.022	2.460	0.003	1.306	8.822	20.641	5.957	37.071
	5-11 классы	202 С6.2008г.	100	9.301	9.414	11.784	158.764	0.027	2.820	0.002	1.798	10.677	25.617	6.746	27.956
	1-4 классы	469 С6.1996г.	150	5.365	4.265	38.347	203.790	0.087	2.820	0.021	1.183	10.427	45.359	8.306	0.622
	5-11 классы	489 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	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	
	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		1-4 классы	500	18.751	15.794	101.565	578.711	0.321	3.280	0.030	6.046	48.268	210.313	15.316
		5-11 классы	560	24.163	20.526	116.502	689.651	0.389	3.840	0.036	8.069	58.825	242.338	17.285	32.281
Обед		1-4 классы	737	18.030	23.708	92.895	630.332	0.261	38.191	0.030	7.637	81.420	170.382	54.031	57.910
		5-11 классы	887	24.085	32.306	117.031	822.707	0.349	49.446	0.033	11.117	105.475	228.368	73.483	54.278

* - 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			
Среда		2-я неделя		Завтрак														
Йогурт	1-4 классы	ТУ 10.51.56.045-	100	5,000	1,500	3,500	51,000	0,030	0,600	0,010		124,000	95,000	15,000	0,100			
	5-11 классы	ТУ 10.51.56.045-	100	5,000	1,500	3,500	51,000	0,030	0,600	0,010		124,000	95,000	15,000	0,100			
	1-4 классы	682 С6.1996г.	200	15,690	14,398	89,563	555,924	0,216	1,238	0,044	3,922	216,692	238,287	40,677	2,361			
	5-11 классы	682 С6.1996г.	250	19,655	17,904	111,148	692,214	0,273	1,520	0,054	5,025	256,679	290,726	49,870	3,021			
	1-4 классы	628 С6.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001			0,346			0,053			
5-11 классы	628 С6.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001			0,346			0,053				
Среда		2-я неделя		Обед														
Салат из моркови и яблок/Салат из помидоров*	1-4 классы	11 С6.2008г.	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 С6.2008г.	100	0,853	10,051	14,464	149,000	0,040	3,590		4,584	31,170	35,350	26,180	0,142			
	1-4 классы	110 С6.1996г.	210	1,833	5,522	11,708	96,080	0,048	16,830	0,006	1,819	37,900	45,972	27,120	56,044			
	5-11 классы	110 С6.1996г.	260	2,217	6,528	14,562	117,200	0,060	21,025	0,006	2,270	45,125	55,915	33,650	70,053			
	1-4 классы	423 С6.1996г.	90	8,193	10,030	9,974	133,166	0,020	1,160	0,003	1,306	5,792	14,492	4,558	36,970			
	5-11 классы	423 С6.1996г.	100	11,340	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 С6.1996г.	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 С6.1996г.	180	3,916	5,396	31,644	185,040	0,193	31,050	0,031	0,172	49,572	115,092	39,366	1,668			
	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				30,740	21,137	16,470	4,158			
Компот из сухофруктов	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			
	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				
Завтрак		1-4 классы		555	20,890	15,949	108,073	0,246	1,839	0,054	3,922	341,038	333,287	55,677	2,514			
ИТОГО:	5-11 классы	615	24,855	19,455	129,658	800,481	0,303	2,121	0,064	5,025	381,025	385,726	64,870	3,174				
	1-4 классы	730	17,301	26,460	105,225	682,150	0,296	46,568	0,035	6,580	142,644	229,121	103,261	99,227				
Обед		5-11 классы		880	23,137	36,111	129,747	0,380	57,234	0,039	10,236	175,446	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		Завтрак													
	Омлеты соленные	24 С6.1996г.	040	1,120		0,520	6,440					10,000	8,000		0,480
		24 С6.1996г.	040	1,120		0,520	6,440					10,000	8,000		0,480
	Плов из говядины	193 С6.2008г.	200	18,671	16,213	40,528	382,073	0,106	2,697		2,849	33,235	68,123	21,137	3,101
		193 С6.2008г.	250	19,996	17,934	43,536	395,995	0,126	3,995		3,650	41,941	90,771	27,628	3,449
	Чай с сахаром	628 С6.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001			0,346			0,053
		628 С6.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001			0,346			0,053
	Хлеб пшеничный	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270
		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	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600
		ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600
Четверг		Обед													
	Салат из белокочанной капусты/Салат из огурцов*	62 С6.1997г.	060	0,929	3,003	5,968	53,564	0,032	23,950		1,298	24,878	17,963	9,848	0,489
		62 С6.1997г.	100	1,550	5,005	9,951	89,292	0,053	39,950		2,163	41,494	29,959	16,424	0,816
	Суп картофельный с горохом	138 С6.1996г.	200	4,746	4,302	18,572	127,580	0,202	9,300		3,215	25,820	69,500	28,200	1,556
		138 С6.1996г.	250	5,933	5,378	23,275	159,475	0,253	11,625		4,019	32,275	86,875	35,250	1,945
	Котлеты рыбные любительские с соусом	162 С6.2008г.	90	7,491	5,499	9,271	95,702	0,057	1,845		1,717	14,986	29,764	31,461	28,195
		162 С6.2008г.	100	10,384	7,516	12,206	129,098	0,078	2,295	0,03	0,29	20,153	40,117	43,305	28,422
	Картофель и овощи тушеные	251 С6.1997г.	150	3,675	11,419	35,220	250,013	0,215	35,625		4,787	23,400	108,525	43,575	1,622
		251 С6.1997г.	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	293 С6.2008г.	180	0,900		21,060	84,600	0,018	3,600			14,400	16,200	9,000	0,360
		293 С6.2008г.	180	0,900		21,060	84,600	0,018	3,600			14,400	16,200	9,000	0,360
	Хлеб пшеничный	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180
		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	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400
		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		1-4 классы	500	23,924	16,834	80,592	550,580	0,163	2,698	0,000	3,849	55,881	121,723	31,037	4,504
		5-11 классы	550	25,249	18,555	94,098	622,043	0,183	3,596	0,000	4,650	64,587	144,371	37,528	4,852
	ИТОГО:	1-4 классы	720	20,363	24,603	106,447	694,659	0,562	74,320	0,022	11,577	111,684	272,352	128,684	32,802
Обед		5-11 классы	870	27,110	32,172	133,230	887,280	0,717	100,220	0,030	15,317	148,702	348,981	166,169	34,359

* - действует с 01 марта

Циклическое меню

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
2-я неделя														
Пятница	1-4 классы	020	0,400	1,800	1,720	24,400	0,004	1,400			8,200	13,400	7,000	1,400
	5-11 классы	030	0,600	2,700	2,590	36,600	0,006	2,100			12,300	20,100	10,500	2,100
	Икра кабачковая(порционно)	080	11,648	8,565	2,097	169,992	0,006	0,960	0,003	1,306	2,764	5,192	2,472	36,838
	1-4 классы	090	12,885	9,188	5,094	207,500	0,004	0,720	0,002	1,798	2,073	3,894	1,854	27,628
	Стейк(Шинель) из курицы с соусом	150	5,395	4,265	37,247	203,790	0,007		0,021	1,193	10,427	45,359	8,306	0,622
	1-4 классы	180	6,437	5,117	45,011	244,528	0,105		0,025	1,431	12,512	54,426	9,967	0,746
	Макаронные изделия отварные	200	0,420		30,520	118,600	0,019	24,540		0,088	14,000	11,000	8,200	0,120
	1-4 классы	200	0,420		30,520	118,600	0,019	24,540		0,088	14,000	11,000	8,200	0,120
	Компот из апельсинов с яблоками	020	1,900	0,180	9,940	45,200	0,028			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180
	1-4 классы	025	1,900	0,250	12,425	56,500	0,022			0,420	5,000	16,250	3,500	0,225
Хлеб пшеничный	1-4 классы	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400
	1-4 классы	025	1,378	0,250	8,020	47,500	0,020			0,420	5,250	21,750	4,750	0,500
Хлеб ржаной	ГОСТ 26983-2015													
Обед														
2-я неделя														
Пятница	1-4 классы	060	4,901	6,956	7,733	97,235	0,059	8,160	0,021	2,794	9,948	39,036	13,884	0,576
	5-11 классы	100	3,106	11,594	12,888	162,060	0,098	13,600	0,035		16,580	65,060	23,140	0,960
	Салат картофельный с зеленым горошком	200	3,514	3,525	10,490	96,426	0,073	17,800		1,550	18,880	40,380	17,180	0,636
	1-4 классы	250	3,893	4,406	13,113	115,533	0,091	22,550		1,937	23,600	50,475	21,475	0,795
	Суп из овощей	060	6,802	7,114	9,623	121,904	0,022	2,460		2,146	8,822	20,641	5,957	0,707
	1-4 классы	100	7,201	9,414	11,784	158,764	0,027	2,820		2,554	10,677	25,617	6,746	0,796
	Терфлет с соусом	150	3,868	5,218	41,803	219,038	0,044		0,027	0,402	14,560	53,730	11,543	0,986
	1-4 классы	180	4,641	6,261	50,163	262,845	0,053		0,032	0,482	17,496	64,476	13,851	1,183
	Рис отварной	187	0,243	0,046	13,761	53,710	0,003	2,801			3,111	1,540	0,840	0,050
	1-4 классы	187	0,243	0,046	13,761	53,710	0,003	2,801			3,111	1,540	0,840	0,050
Чай с лимоном	5-11 классы	020	1,900	0,180	9,940	45,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180
	1-4 классы	030	2,280	0,270	14,910	67,900	0,033			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270
	Хлеб пшеничный	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400
	1-4 классы	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600
Хлеб ржаной	ГОСТ 26983-2015													
Витаминизация														
2-я неделя														
Итого:	1-4 классы	500	20,455	16,010	87,940	699,992	0,164	26,300	0,024	3,147	43,691	105,361	32,678	39,550
	5-11 классы	560	23,630	17,606	104,650	711,228	0,182	27,360	0,027	4,167	61,135	127,420	38,771	31,319
	Завтрак	727	21,960	23,239	99,766	671,614	0,239	31,221	0,048	7,452	83,641	185,727	66,004	39,939
	Обед	877	23,017	32,291	126,243	877,712	0,329	41,471	0,067	5,973	83,764	252,768	76,962	31,864

* - 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
Суббота		2-я неделя													
Сельдь с гарниром	1-4 классы	83 С6.1996г.	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 С6.1996г.	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 С6.1996г.	200	21,076	25,854	3,838	335,305	0,125	0,571	0,583	3,323	155,233	335,804	90,570	4,705
	5-11 классы	284 С6.1996г.	230	24,238	29,734	4,414	385,618	0,143	0,657	0,670	3,821	178,519	386,180	104,158	5,410
Чай с сахаром	1-4 классы	628 С6.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001			0,346			0,053
	5-11 классы	628 С6.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001			0,346			0,053
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
Завтрак		1-4 классы	500	28,138	34,383	39,672	561,887	0,189	4,962	0,595	6,785	188,566	435,666	116,015	413,719
Итого:		5-11 классы	550	32,611	38,453	48,426	653,800	0,226	4,948	0,682	7,723	215,952	501,242	132,903	414,714

* - действует с 01 марта