

СОГЛАСОВАНО:

Директор ГБОУ СОШ(ООШ)



«29» августа 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Генеральный директор

АО «Комбинат питания»

А.Н. Воронин



«29» августа 2024 г.

Примерное цикличное меню
для детей с сахарным диабетом,
для организации питания
в образовательных учреждениях

Осенне-зимнее (весеннее - *)

Согласовано:

Председатель родительского комитета
Е. Иваш (Иваш Е.А.) 29 августа 2024 г.

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																
Кукуруза консервированная Биточки с соусом Каша гречневая рассыпчатая Чай с сахарозаменителем Хлеб ржаной	1-4 классы	24 Сб 1996г	020	0,700	0,560	3,120	20,200	0,080					9,200				0,084	
	5-11 классы	24 Сб 1996г	030	1,050	0,840	4,680	30,300	0,120					13,800				0,126	
	1-4 классы	423 Сб 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 Сб 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 Сб 1996г	150	7,716	5,384	41,323	232,585	0,255		0,021	4,160		30,386	154,621	0,158	2,985		
	5-11 классы	463 Сб 1996г	180	9,255	6,460	49,961	278,971	0,306	0,001	0,025	4,989		36,456	185,444	0,189	3,580		
	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 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032			0,560		8,400	34,800	7,600	0,800		
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	050	2,756	0,500	16,040	95,000	0,040			0,840		10,500	43,500	9,500	1,000		
Понедельник		Обед																
1-я неделя																		
Винегрет овощной Суп картофельный с горохом Котлеты Куриные с соусом Капуста тушеная Компот из сухофруктов с сахарозаменителем Хлеб ржаной	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	10,321	9,142	132,845	0,058	9,200		4,494		23,550	43,780	20,330	0,816		
	1-4 классы	138 Сб 1996г	200	4,746	4,302	18,572	127,580	0,202	9,300		3,215		25,620	69,500	28,200	1,556		
	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	1,945		
	1-4 классы	423 Сб 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 Сб 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 Сб 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 Сб 1996г	180	4,316	6,321	19,638	148,280	0,133	105,985		2,689		100,330	74,925	37,886	101,068		
	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 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032		0,549		0,560		8,400	34,800	7,600	0,800		
5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	050	3,306	0,600	19,248	114,000	0,048			1,000		12,600	52,200	11,400	1,200			
Понедельник		Обед																
1-я неделя																		
Винегрет овощной Суп картофельный с горохом Котлеты Куриные с соусом Капуста тушеная Компот из сухофруктов с сахарозаменителем Хлеб ржаной	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	10,321	9,142	132,845	0,058	9,200		4,494		23,550	43,780	20,330	0,816		
	1-4 классы	138 Сб 1996г	200	4,746	4,302	18,572	127,580	0,202	9,300		3,215		25,620	69,500	28,200	1,556		
	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	1,945		
	1-4 классы	423 Сб 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 Сб 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 Сб 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 Сб 1996г	180	4,316	6,321	19,638	148,280	0,133	105,985		2,689		100,330	74,925	37,886	101,068		
	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 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032		0,549		0,560		8,400	34,800	7,600	0,800		
5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	050	3,306	0,600	19,248	114,000	0,048			1,000		12,600	52,200	11,400	1,200			
Понедельник		Обед																
1-я неделя																		
Винегрет овощной Суп картофельный с горохом Котлеты Куриные с соусом Капуста тушеная Компот из сухофруктов с сахарозаменителем Хлеб ржаной	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	10,321	9,142	132,845	0,058	9,200		4,494		23,550	43,780	20,330	0,816		
	1-4 классы	138 Сб 1996г	200	4,746	4,302	18,572	127,580	0,202	9,300		3,215		25,620	69,500	28,200	1,556		
	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	1,945		
	1-4 классы	423 Сб 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 Сб 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 Сб 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 Сб 1996г	180	4,316	6,321	19,638	148,280	0,133	105,985		2,689		100,330	74,925	37,886	101,068		
	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 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032		0,549		0,560		8,400	34,800	7,600	0,800		
5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	050	3,306	0,600	19,248	114,000	0,048			1,000		12,600	52,200	11,400	1,200			
Понедельник		Обед																
1-я неделя																		
Винегрет овощной Суп картофельный с горохом Котлеты Куриные с соусом Капуста тушеная Компот из сухофруктов с сахарозаменителем Хлеб ржаной	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	10,321	9,142	132,845	0,058	9,200		4,494		23,550	43,780	20,330	0,816		
	1-4 классы	138 Сб 1996г	200	4,746	4,302	18,572	127,580	0,202	9,300		3,215		25,620	69,500	28,200	1,556		
	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	1,945		
	1-4 классы	423 Сб 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 Сб 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 Сб 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 Сб 1996г	180	4,316	6,321	19,638	148,280	0,133	105,985		2,689		100,330	74,925	37,886	101,068		
	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 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032		0,549		0,560		8,400	34,800	7,600	0,800		
5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	050	3,306	0,600	19,248	114,000	0,048			1,000		12,600	52,200	11,400	1,200			
Понедельник		Обед																
1-я неделя																		
Винегрет овощной Суп картофельный с горохом Котлеты Куриные с соусом Капуста тушеная Компот из сухофруктов с сахарозаменителем Хлеб ржаной	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	10,321	9,142	132,845	0,058	9,200		4,494		23,550	43,780	20,330	0,816		
	1-4 классы	138 Сб 1996г	200	4,746	4,302	18,572	127,580	0,202	9,300		3,215		25,620	69,500	28,200	1,556		
	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	1,945		
	1-4 классы	423 Сб 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 Сб 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 Сб 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 Сб 1996г	180	4,316	6,321	19,638	148,280	0,133	105,985		2,689		100,330	74,925	37,886	101,068		
	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 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032		0,549		0,560		8,400	34,800	7,600	0,800		
5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	050	3,306	0,600	19,248	114,00												

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.	180	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	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	0,020	4,000			14,000	14,000	8,000	0,600		
Каша геркулесовая молочная жидкая с маслом, сахарозаменителем	1-4 классы	762 С6 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	762 С6 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		
	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032			0,560	8,400	34,800	7,600	0,800		
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	050	2,756	0,500	16,040	95,000	0,040			0,840	10,500	43,500	9,500	1,000		
	Обед																
Салат из моркови и яблок без сахара/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	384 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	384 С6 1996г.	230	12,879	18,058	37,568	355,318	0,258	38,000			29,226	115,854	47,475	2,962		
Рагу овощное с говядиной	1-4 классы	278 С6 2008г.	200	0,378		27,468	106,740	0,017	22,086		0,079	12,600	9,900	7,380	0,108		
	5-11 классы	278 С6 2008г.	200	0,420		30,520	118,600	0,019	24,540		0,088	14,000	11,000	8,200	0,120		
	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032			0,560	8,400	34,800	7,600	0,800		
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	060	3,306	0,600	19,248	114,000	0,048			1,000	12,600	52,200	11,400	1,200		
ИТОГО:	Завтрак	1-4 классы	596	15,538	18,131	84,478	572,233	0,230	6,730	0,109	2,957	437,265	436,045	79,880	139,707		
	Обед	5-11 классы	656	18,214	19,766	95,906	647,365	0,288	7,170	0,118	4,116	497,430	511,860	96,640	140,351		
		5-11 классы	850	19,639	35,247	112,729	841,243	0,447	99,255	0,006	7,886	131,671	266,859	115,805	28,299		

* - 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																
Среда		1-я неделя														
Огурцы соленые	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 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032			0,560	8,400	34,800	7,600	0,800	
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	050	2,756	0,500	16,040	95,000	0,040			0,840	10,500	43,500	9,500	1,000	
		Обед														
Среда		1-я неделя														
Салат из свежкй отварной	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	132 Сб. 1996г.	200	1,514	3,525	10,490	76,426	0,073	17,800		1,550	18,880	40,380	17,180	0,636	
	5-11 классы	132 Сб. 1996г.	250	1,893	4,406	13,113	95,533	0,091	22,250		1,937	23,600	50,475	21,475	0,795	
	1-4 классы	893 Сб.1998г.	150	10,315	8,435	34,129	245,147	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 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032			0,560	8,400	34,800	7,600	0,800	
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	060	3,306	0,600	19,248	114,000	0,048			1,000	12,600	52,200	11,400	1,200	
		Обед														
Среда		1-я неделя														
Плов из птицы(филе куриное) из перловой крупы	1-4 классы	893 Сб. 1998г.	150	10,315	8,435	34,129	245,147	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 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032			0,560	8,400	34,800	7,600	0,800	
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	060	3,306	0,600	19,248	114,000	0,048			1,000	12,600	52,200	11,400	1,200	
			Обед													
	Среда		1-я неделя													
	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		132 Сб. 1996г.	200	1,514	3,525	10,490	76,426	0,073	17,800		1,550	18,880	40,380	17,180	0,636	
5-11 классы		132 Сб. 1996г.	250	1,893	4,406	13,113	95,533	0,091	22,250		1,937	23,600	50,475	21,475	0,795	
1-4 классы		893 Сб.1998г.	150	10,315	8,435	34,129	245,147	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 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032			0,560	8,400	34,800	7,600	0,800	
5-11 классы		ГОСТ 26983-2015	060	3,306	0,600	19,248	114,000	0,048			1,000	12,600	52,200	11,400	1,200	
		Обед														
Среда		1-я неделя														
Салат из свежкй отварной	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	132 Сб. 1996г.	200	1,514	3,525	10,490	76,426	0,073	17,800		1,550	18,880	40,380	17,180	0,636	
	5-11 классы	132 Сб. 1996г.	250	1,893	4,406	13,113	95,533	0,091	22,250		1,937	23,600	50,475	21,475	0,795	
	1-4 классы	893 Сб.1998г.	150	10,315	8,435	34,129	245,147	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 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032			0,560	8,400	34,800	7,600	0,800	
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	060	3,306	0,600	19,248	114,000	0,048			1,000	12,600	52,200	11,400	1,200	
		Обед														
Среда		1-я неделя														
Плов из птицы(филе куриное) из перловой крупы	1-4 классы	893 Сб. 1998г.	150	10,315	8,435	34,129	245,147	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 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032			0,560	8,400	34,800	7,600	0,800	
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	060	3,306	0,600	19,248	114,000	0,048			1,000	12,600	52,200	11,400	1,200	
			Обед													
	Среда		1-я неделя													
	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		132 Сб. 1996г.	200	1,514	3,525	10,490	76,426	0,073	17,800		1,550	18,880	40,380	17,180	0,636	
5-11 классы		132 Сб. 1996г.	250	1,893	4,406	13,113	95,533	0,091	22,250		1,937	23,600	50,475	21,475	0,795	
1-4 классы		893 Сб.1998г.	150	10,315	8,435	34,129	245,147	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 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032			0,560	8,400	34,800	7,600	0,800	
5-11 классы		ГОСТ 26983-2015	060	3,306	0,600	19,248	114,000	0,048			1,000	12,600	52,200	11,400	1,200	
		Обед														
Среда		1-я неделя														
Салат из свежкй отварной	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	132 Сб. 1996г.	200	1,514	3,525	10,490	76,426	0,073	17,800		1,550	18,880	40,380	17,180	0,636	
	5-11 классы	132 Сб. 1996г.	250	1,893	4,406	13,113	95,533	0,091	22,250		1,937	23,600	50,475	21,475	0,795	
	1-4 классы	893 Сб.1998г.	150	10,315	8,435	34,129	245,147	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 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032			0,560	8,400	34,800	7,600	0,800	
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	060	3,306	0,600	19,248	114,000	0,048			1,000	12,600	52,200	11,400	1,200	
		Обед														
Среда		1-я неделя														
Плов из птицы(филе куриное) из перловой крупы	1-4 классы	893 Сб. 1998г.	150	10,315	8,435	34,129	245,147	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									

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													
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	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.	90	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	239 Сб 2008г.	100	3,094	0,155	30,474	128,393	0,186	30,938			15,469	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			18,563	107,665	42,685	1,671
	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
	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032	4,000		0,560	8,400	34,800	7,600	0,800
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	050	2,756	0,500	16,040	95,000	0,040			0,840	10,500	43,500	9,500	1,000
Четверг		1-я неделя													
Салат картофельный с овощами	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		24,273	96,705	0,027	216,000		0,308	12,150	3,600	3,600	5,081
	5-11 классы	289 Сб 2008г.	180	0,720		24,273	96,705	0,027	216,000		0,308	12,150	3,600	3,600	5,081
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032	4,000		0,560	8,400	34,800	7,600	0,800
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	060	3,306	0,600	19,248	114,000	0,048			1,000	12,600	52,200	11,400	1,200
Завтрак		1-4 классы	500	15,205	10,994	78,635	442,228	0,282	38,088	0,003	2,106	49,026	168,532	62,127	39,713
ИТОГО:	5-11 классы	560	19,754	14,852	90,554	531,393	0,341	45,096	0,002	2,998	56,242	202,449	73,351	31,099	
	1-4 классы	730	170,347	171,856	246,244	743,493	152,396	394,368	152,030	160,406	253,975	405,291	199,419	253,714	
	5-11 классы	880	26,925	26,062	131,624	847,672	0,541	251,641	0,033	11,719	138,185	370,203	73,224	108,758	

* - 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														
	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									
	Каша рисовая молочная жидкая с															
	1-4 классы	114 Сб 2008г.	160	3,586	5,844	29,730	179,546	0,019		0,020	0,293		6,919	23,407	5,001	0,452
	маслом сахарозаменителем															
	5-11 классы	114 Сб 2008г.	210	4,760	6,584	37,963	222,077	0,025		0,020	0,352		8,792	30,786	6,618	0,594
	Чай с лимоном с															
	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
	сахарозаменителем															
	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
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032			0,560	8,400	34,800	7,600	0,800	1,000
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	050	2,756	0,500	16,040	95,000	0,040		0,840	10,500	43,500	9,500	1,000		
	Обед															
Пятница		Обед														
	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
	Рассольник ленинградский со															
	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
	сметаной (крупа перловая)															
	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	5,094	269,992	0,006	0,960	0,003	1,306	2,764	5,192	2,472	36,838	
	Стейк(Шницель) из курицы с соусом															
	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	
	Картофель и овощи тушеные															
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		
Компот из сухофруктов с	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	
	сахарозаменителем															
	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	
	Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032		0,560	8,400	34,800	7,600	0,800	
5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	060	3,506	0,600	19,248	114,000	0,048		1,000	12,600	52,200	11,400	1,200			
Завтрак		Завтрак														
ИТОГО:	1-4 классы	537	6,63	6,29	71,02	366,26	0,05	2,80	0,02	0,85		18,43	59,75	13,44	1,34	
	5-11 классы	597	8,36	7,13	82,46	427,79	0,07	2,80	0,02	1,19		22,40	75,83	16,96	1,68	
Обед	1-4 классы	730	17,322	26,462	107,459	892,245	0,375	73,934	0,009	9,722		114,462	241,617	99,205	44,715	
	5-11 классы	880	22,190	33,717	128,996	1113,751	0,474	100,019	0,008	12,917		143,087	303,370	122,238	36,755	

* - 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		Завтрак														
1-я неделя		31 С6 1997г.	020	0,400	1,800	1,720	24,400	0,004	1,400			8,200	13,400	7,000	1,400	
Икра кабачковая(порционно)	1-4 классы															
	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	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	462 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	462 С6 1996г.	180	4,316	6,321	19,838	148,280	0,133	105,985		2,669	100,330	74,925	37,886	101,068	
	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	
Чай с сахарозаменителем	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032			0,560	8,400	34,800	7,600	0,800	
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	050	2,756	0,500	16,040	95,000	0,040			0,840	10,500	43,500	9,500	1,000	
Завтрак																
ИТОГО:	1-4 классы	500	14,590	17,548	56,047	414,294	0,167	90,881	0,003	4,107	106,336	125,107	50,730	123,829		
	5-11 классы	560	19,212	23,138	65,872	513,067	0,204	109,106	0,002	5,739	130,015	142,419	62,732	132,039		

* - 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		
Понедельник		2-я неделя															
Кондитерские изделия диетические	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									
	5-11 классы	102 С6 2008г.	260	5,887	10,923	43,807	288,020	0,097		0,040	0,680	9,270	42,180	14,560	1,105		
	1-4 классы	762 С6 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	762 С6 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		
		СТО 71063300-003-2012															
	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		
	Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032			0,560	8,400	34,800	7,600	0,800	
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	050	2,756	0,500	16,040	95,000	0,040			0,840	10,500	43,500	9,500	1,000		
Обед																	
Понедельник		2-я неделя															
Салат из свежкй отварной	1-4 классы	23 С6 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 С6 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	132 С6 1996г.	200	1,514	3,525	10,480	76,426	0,073	17,800		1,550	18,880	40,380	17,180	0,636		
	5-11 классы	132 С6 1996г.	250	1,893	4,406	13,113	95,533	0,091	22,250		1,937	23,600	50,475	21,475	0,795		
	1-4 классы	423 С6 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 С6 1996г.	100	9,301	9,414	11,784	158,764	0,027	2,820		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	63,418	158,888	61,617	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		
	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		
	5-11 классы	289 С6 2008г.	180	0,130		22,075	86,328	0,006	5,760			6,192	3,168	1,728	0,151		
Напиток лимонный с сахарозаменителем	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032			0,560	8,400	34,800	7,600	0,800		
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	060	3,306	0,600	19,248	114,000	0,048			1,000	12,600	52,200	11,400	1,200		
Хлеб ржаной																	
Завтрак																	
ИТОГО:	1-4 классы	1-4 классы	501	20,89	15,949	108,073	664,191	0,246	1,839	0,054	3,922	341,038	333,287	55,677	2,514		
	5-11 классы	5-11 классы	551	24,855	19,455	129,658	800,481	0,303	2,121	0,064	5,025	381,025	385,726	64,87	3,174		
Обед		1-4 классы	720	27,750	18,960	101,521	675,274	0,773	31,720	0,021	12,075	126,802	282,387	118,592	44,355		
		5-11 классы	870	35,603	25,323	124,895	857,524	0,946	40,330	0,025	15,499	164,322	362,981	156,141	37,311		

* - 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		B1	C	A	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Вторник		Завтрак													
Омурцы порционно Котлеты Куриные с соусом Каша гречневая рассыпчатая Компот из свежих яблок с сахарозаменителем Хлеб ржаной		522 С6.1996г.	020	0,140		0,360	2,000	0,004	1,400	0,006	0,020	3,400	8,400		0,004
		522 С6.1996г.	030	0,210		0,540	3,000	0,006	2,100	0,009	0,030	5,100	12,600		0,006
		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
		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
		463 С6.1996г.	150	7,716	5,384	41,323	232,585	0,255		0,021	4,160	30,396	154,621	0,158	2,985
		463 С6.1996г.	180	9,255	6,460	49,561	278,971	0,306		0,025	4,989	36,456	185,444	0,189	3,580
		702 С6.1997г.	200	0,080		33,552	127,760	0,004	0,720		0,480	2,400	4,000	0,152	
		702 С6.1997г.	200	0,080		33,552	127,760	0,004	0,720		0,480	2,400	4,000	0,152	
		ГОСТ 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032		0,560	8,400	34,800	7,600	0,800	
		ГОСТ 26983-2015	050	2,756	0,500	16,040	95,000	0,040		0,840	10,500	43,500	9,500	1,000	
Вторник		Обед													
Винегрет овощной Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной ЕЖИКИ в соусе Капуста тушеная Чай с лимоном, сахарозаменителем Хлеб ржаной		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
		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
		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
		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
		202 С6.2008г.	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
		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
		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
		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
		629 с6.1996г.	187	0,243	0,046	13,761	53,710	0,003	2,801		3,111	1,540	0,840	0,090	
		629 с6.1996г.	187	0,243	0,046	13,761	53,710	0,003	2,801		3,111	1,540	0,840	0,090	
Хлеб ржаной		ГОСТ 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032		0,560	8,400	34,800	7,600	0,800	
		ГОСТ 26983-2015	060	3,306	0,600	19,248	114,000	0,048		1,000	12,600	52,200	11,400	1,200	
Завтрак		Обед													
ИТОГО:		1-4 классы		18,333	15,814	98,041	571,511	0,315	3,280	0,030	6,046	48,468	214,713	16,316	40,911
		5-11 классы		23,641	20,526	112,097	680,651	0,381	3,840	0,036	8,069	59,075	247,838	18,535	32,556
Обед		1-4 классы		15,840	24,730	542,803	126,511	0,279	156,531	0,009	12,885	154,791	91,838	78,297	142,114
		5-11 классы		21,337	33,540	85,572	715,659	0,368	125,431	0,008	12,375	193,593	255,467	102,902	145,930

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		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		
Омлет натуральный	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	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	
	1-4 классы	628 С6.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001		0,346			0,053		
	Чай с сахаром	5-11 классы	628 С6.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001		0,346		0,053		
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032			0,560	8,400	34,800	7,600	0,800	
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	050	2,756	0,500	16,040	95,000	0,040			0,840	10,500	43,500	9,500	1,000	
Среда																
2-я неделя		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	
Салат из моркови и яблок без сахара/Салат из помидоров*	1-4 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	
	5-11 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	
	Биточки с соусом	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
Картофельное пюре	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 с сахарозаменителем	ГОСТ 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032			0,560	8,400	34,800	7,600	0,800	
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	060	3,306	0,600	19,248	114,000	0,048			1,000	12,600	52,200	11,400	1,200	
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015														
Завтрак																
2-я неделя		1-4 классы	540	26,276	27,405	22,348	443,572	0,155	1,172	0,593	3,323	279,579	430,804	105,570	4,858	
ИТОГО:	5-11 классы	493,885	580	29,438	31,285	22,924	481,158	0,173	1,258	0,680	3,821	302,865	481,180	119,158	5,563	
	1-4 классы	16,883	730	16,883	26,480	101,701	674,950	0,290	46,568	0,035	40,236	142,844	233,521	99,447	94,475	
	5-11 классы	867,264	880	22,510	36,141	124,461	867,264	0,371	57,234	0,039	40,236	172,745	283,588	143,942	405,039	
	Обед															
	Завтрак															

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														
	Омлет со сливочным маслом	5-11 классы 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 (крупа перловая)	1-4 классы 133 С6.2008г.	200	18,671	16,213	40,528	362,073	0,106	2,697		2,849	33,235	68,123	21,137	3,101	
		133 С6.2008г.	250	19,996	17,934	54,034	433,536	0,126	3,595		3,650	41,941	90,771	27,628	3,449	
	Чай с сахарозаменителем	1-4 классы 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 ржаной	5-11 классы ГОСТ 26983-2015	060	3,306	0,600	19,248	114,000	0,048		1,000	12,600	52,200	11,400	1,200		
		ГОСТ 26983-2015	060	3,306	0,600	19,248	114,000	0,048		1,000	12,600	52,200	11,400	1,200		
Четверг		2-я неделя														
	Салат из белокочанной капусты/Салат из огурцов*	1-4 классы 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	5-11 классы 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	23,215	159,475	0,253	11,625		4,019	32,275	86,875	35,250	1,945	
	Котлеты рыбные любительские с соусом	1-4 классы 162 С6.2008г.	90	7,491	5,499	9,271	95,702	0,057	1,845	0,022	1,717	14,986	29,764	31,461	28,195	
		162 С6.2008г.	100	10,384		129,098	0,078	2,295	0,03	2,39	20,153	40,117	43,305	28,422		
	Картофель и овощи тушеные	5-11 классы 251 С6.1997г.	150	3,675	11,419	35,220	250,013	0,215	36,625		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 без сахара	1-4 классы 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 ржаной	1-4 классы ГОСТ 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032		0,560	8,400	34,800	7,600	0,800		
		ГОСТ 26983-2015	060	3,306	0,600	19,248	114,000	0,048		1,000	12,600	52,200	11,400	1,200		
	Четверг		2-я неделя													
		Завтрак	1-4 классы 5-11 классы	500	23,297	16,864	75,306	539,780	0,154	2,698	0,000	3,849	56,181	128,323	32,537	4,834
			5-11 классы	550	24,622	18,585	88,812	611,243	0,174	3,596	0,000	4,650	64,887	150,971	39,028	5,182
Обед		1-4 классы 720	19,945	24,623	60,459	556	74,320	0,022	11,577	11,884	276,752	129,684	33,022			
		5-11 классы	870	26,483	32,202	127,944	807,480	0,708	100,220	0,030	15,317	419,002	365,681	167,659	34,689	
ИТОГО:																

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		2-я неделя														
Игра 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	520 Сб 1997г.	090	7,348	6,052	5,042	289,992	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	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	278 Сб 2008г.	200	0,420		30,520	118,600	0,019	24,540		0,088	14,000	11,000	8,200	0,120	
	5-11 классы	278 Сб 2008г.	200	0,420		30,520	118,600	0,019	24,540		0,088	14,000	11,000	8,200	0,120	
	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032			0,560	8,400	34,800	7,600	0,800	
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	050	2,756	0,500	16,040	95,000	0,040			0,840	10,500	43,500	9,500	1,000	
Пятница		2-я неделя														
Салат картофельный с зеленым горошком	1-4 классы	31 Сб. 2008г.	060	1,864	6,956	7,733	97,236	0,059	8,160	0,021	2,794	9,948	39,036	13,884	0,576	
	5-11 классы	31 Сб. 2008г.	100	3,106	11,594	12,888	162,060	0,098	13,600	0,035		16,580	65,060	23,140	0,960	
	1-4 классы	132 Сб 1996г.	200	1,514	3,525	10,490	76,426	0,073	17,800		1,550	18,880	40,380	17,180	0,636	
	5-11 классы	132 Сб 1996г.	250	1,893	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.	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	9,301	9,414	11,784	158,764	0,027	2,820		2,554	10,677	25,617	6,746	27,956	
	1-4 классы	465 Сб 1996г.	150	7,527	6,081	41,369	239,700	0,176		0,030		1,800	5,244	0,225	3,759	
	5-11 классы	465 Сб 1996г.	180	9,032	7,297	49,642	287,640	0,212		0,036		2,160	6,293	0,270	4,511	
	1-4 классы	629 Сб 1996г.	187	0,243	0,046	13,761	53,710	0,003	2,801		3,111	1,540	0,940	0,090	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	0,940	0,090	0,090	
Чай с лимоном, с сахарозаменителем	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032			0,560	8,400	34,800	7,600	0,800	
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	060	3,306	0,600	19,248	114,000	0,048			1,000	12,600	52,200	11,400	1,200	
Пятница		2-я неделя														
Салат картофельный с зеленым горошком	1-4 классы	31 Сб. 2008г.	060	1,864	6,956	7,733	97,236	0,059	8,160	0,021	2,794	9,948	39,036	13,884	0,576	
	5-11 классы	31 Сб. 2008г.	100	3,106	11,594	12,888	162,060	0,098	13,600	0,035		16,580	65,060	23,140	0,960	
	1-4 классы	132 Сб 1996г.	200	1,514	3,525	10,490	76,426	0,073	17,800		1,550	18,880	40,380	17,180	0,636	
	5-11 классы	132 Сб 1996г.	250	1,893	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.	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	9,301	9,414	11,784	158,764	0,027	2,820		2,554	10,677	25,617	6,746	27,956	
	1-4 классы	465 Сб 1996г.	150	7,527	6,081	41,369	239,700	0,176		0,030		1,800	5,244	0,225	3,759	
	5-11 классы	465 Сб 1996г.	180	9,032	7,297	49,642	287,640	0,212		0,036		2,160	6,293	0,270	4,511	
	1-4 классы	629 Сб 1996г.	187	0,243	0,046	13,761	53,710	0,003	2,801		3,111	1,540	0,940	0,090	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	0,940	0,090	0,090	
Чай с лимоном, с сахарозаменителем	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032			0,560	8,400	34,800	7,600	0,800	
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	060	3,306	0,600	19,248	114,000	0,048			1,000	12,600	52,200	11,400	1,200	
Пятница		2-я неделя														
Салат картофельный с зеленым горошком	1-4 классы	31 Сб. 2008г.	060	1,864	6,956	7,733	97,236	0,059	8,160	0,021	2,794	9,948	39,036	13,884	0,576	
	5-11 классы	31 Сб. 2008г.	100	3,106	11,594	12,888	162,060	0,098	13,600	0,035		16,580	65,060	23,140	0,960	
	1-4 классы	132 Сб 1996г.	200	1,514	3,525	10,490	76,426	0,073	17,800		1,550	18,880	40,380	17,180	0,636	
	5-11 классы	132 Сб 1996г.	250	1,893	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.	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	9,301	9,414	11,784	158,764	0,027	2,820		2,554	10,677	25,617	6,746	27,956	
	1-4 классы	465 Сб 1996г.	150	7,527	6,081	41,369	239,700	0,176		0,030		1,800	5,244	0,225	3,759	
	5-11 классы	465 Сб 1996г.	180	9,032	7,297	49,642	287,640	0,212		0,036		2,160	6,293	0,270	4,511	
	1-4 классы	629 Сб 1996г.	187	0,243	0,046	13,761	53,710	0,003	2,801		3,111	1,540	0,940	0,090	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	0,940	0,090	0,090	
Чай с лимоном, с сахарозаменителем	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032			0,560	8,400	34,800	7,600	0,800	
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	060	3,306	0,600	19,248	114,000	0,048			1,000	12,600	52,200	11,400	1,200	
Пятница		2-я неделя														
Салат картофельный с зеленым горошком	1-4 классы	31 Сб. 2008г.	060	1,864	6,956	7,733	97,236	0,059	8,160	0,021	2,794	9,948	39,036	13,884	0,576	
	5-11 классы	31 Сб. 2008г.	100	3,106	11,594	12,888	162,060	0,098	13,600	0,035		16,580	65,060	23,140	0,960	
	1-4 классы	132 Сб 1996г.	200	1,514	3,525	10,490	76,426	0,073	17,800		1,550	18,880	40,380	17,180	0,636	
	5-11 классы	132 Сб 1996г.	250	1,893	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.	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	9,301	9,414	11,784	158,764	0,027	2,820		2,554	10,677	25,617	6,746	27,956	
	1-4 классы	465 Сб 1996г.	150	7,527	6,081	41,369	239,700	0,176		0,030		1,800	5,244	0,225	3,759	
	5-11 классы	465 Сб 1996г.	180	9,032	7,297	49,642	287,640	0,212		0,036		2,160	6,293	0,270	4,511	
	1-4 классы	629 Сб 1996г.	187	0,243	0,046	13,761	53,710	0,003	2,801		3,111	1,540	0,940	0,090	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	0,940	0,090	0,090	
Чай с лимоном, с сахарозаменителем	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032			0,560	8,400	34,800	7,600	0,800	
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	060	3,306	0,600	19,248	114,000	0,048			1,000	12,600	52,200	11,400	1,200	
Пятница		2-я неделя														
Салат картофельный с зеленым горошком	1-4 классы	31 Сб. 2008г.	060	1,864	6,956	7,733	97,236	0,059	8,160	0,021	2,794	9,948	39,036	13,884	0,576	
	5-11 классы	31 Сб. 2008г.	100	3,106	11,594	12,888	162,060	0,098	13,600	0,035		16,580	65,060	23,140	0,960	
	1-4 классы	132 Сб 1996г.	200	1,514	3,525	10,490	76,426	0,073	17,800		1,550	18,880	40,380	17,180	0,636	
	5-11 классы	132 Сб 1996г.	250	1,893	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.	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	9,301	9,414	11,784	158,764	0,027	2,820		2,554	10,677	25,617	6,746	27,956	
	1-4 классы	465 Сб 1996г.	150	7,527	6,081	41,369	239,700	0,176		0,030		1,800	5,244	0,225	3,759	
	5-11 классы	465 Сб 1996г.	180	9,032	7,297	49,642	287,640	0,212		0,036		2,160	6,293	0,270	4,511	
	1-4 классы	629 Сб 1996г.	187	0,243	0,046	13,761	53,710	0,003	2,801		3,111	1,540	0,940	0,090	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	0,940	0,090	0,090	
Чай с лимоном, с сахарозаменителем	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032			0,560	8,400	34,800	7,600	0,800	
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	060	3,306	0,600	19,248	114,000	0,048			1,000	12,600	52,200	11,400	1,200	
Пятница		2-я неделя														

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		Завтрак														
Сельдь с гарниром	1-4 классы	83 С6 1996г.	080	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.	080	4,240	8,098	4,468	86,115	0,026	4,290	0,012	2,902	24,787	69,462	18,845	408,381	
	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	
Омлет натуральный	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	
чай с сахарозаменителем	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032			0,560	8,400	34,800	7,600	0,800	
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	050	2,756	0,500	16,040	95,000	0,040			0,840	10,500	43,500	9,500	1,000	
Хлеб ржаной																
Завтрак		1-4 классы 5-11 классы	500 540	27,720 31,434	34,403 38,383	36,148 39,932	554,687 624,000	0,183 0,209	4,862 4,948	0,595 0,682	6,785 7,563	188,766 214,152	440,066 499,142	117,015 132,503	413,939 414,844	
ИТОГО:																

* - действует с 01 марта