

СОГЛАСОВАНО:

Директор ГБОУ СОШ(ООШ)



Гордеева С.Ю.

«11» сентября 20*16* г.

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



«01» 20*16* г.

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

Осенне-зимнее (весеннее - *)

Согласовано:

Председатель родительского комитета

С. Ишаф - (Иша С.И.) 01.09.2016 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		Завтрак														
1-я неделя		1-4 классы 5-11 классы	423 С6.1996г. 423 С6.1996г.	90 100	6,461 5,521	11,054 11,124	2,094 2,203	0,020 0,025	1,160 1,200	0,003 0,003	1,306 2,210	5,792 6,539	3,200 3,894	4,558 4,846	25,258 27,818	
		Макаронные изделия отварные	469 С6.1996г.	180	6,437	5,117	46,011	0,105	244,528	0,025	1,431	12,512	54,426	9,967	0,746	
		Чай с сахаром	469 С6.1996г.	200	7,150	5,685	51,123	0,116	271,697	0,027	1,590	13,900	60,473	11,074	0,083	
		1-4 классы 5-11 классы	628 С6.1996г. 628 С6.1996г.	200 200	0,200 0,200	0,051 0,051	15,010 15,010	0,001 0,001	57,267 57,267			0,346 0,346		0,053 0,053		
		Хлеб пшеничный	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	0,022	45,200		0,280	4,000	13,000	2,800	0,180	
		1-11 классы	ГОСТ 27844-88	025	1,900	0,250	12,425	0,028	56,500		0,420	5,000	16,250	3,500	0,225	
		1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	0,016	38,000		0,280	4,200	17,400	3,800	0,400	
		5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	025	1,378	0,250	8,020	0,020	47,500		0,420	5,250	21,750	4,750	0,500	
Понедельник		Обед														
1-я неделя		1-4 классы 5-11 классы	24 сб.1996г. 24 сб.1996г.	60 100	0,400 0,900		9,800 10,100	0,100 0,060	53,200 31,920	11,000 6,600	0,200 0,120	40,000 24,000	14,000 8,400	10,000 6,000	0,100 0,060	
		Рассольник ленинградский со сметаной	42 С6.2008г.	210	2,988	7,388	16,298	0,085	138,572	0,006	1,771	24,280	54,000	19,240	0,808	
		1-4 классы	42 С6.2008г.	260	2,785	6,610	20,300	0,106	142,815	0,006	2,211	28,100	65,950	23,800	1,007	
		Стейк(Шницель) из курицы с соусом	520 С6.1997г.	090	12,648	11,565	2,097	0,006	219,592	0,003	1,306	2,764	5,192	2,472	36,838	
		1-11 классы	520 С6.1997г.	100	12,895	12,188	5,094	0,004	252,500	0,002	1,798	2,073	3,894	1,854	27,628	
		Капуста тушеная	482 С6.1996г.	150	3,593	5,267	28,511	0,111	125,461	0,111	88,320	62,415	31,572	84,506		
		5-11 классы	482 С6.1996г.	180	4,316	6,321	31,838	0,133	148,280	0,133	105,985	100,330	74,925	37,886	101,068	
		Компот из сухофруктов	283 С6.2008г.	180	0,878		32,139	0,005	0,549		2,689	30,740	21,137	16,470	4,158	
		1-4 классы	283 С6.2008г.	180	0,878		32,139	0,005	0,549			30,740	21,137	16,470	4,158	
		Хлеб пшеничный	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	0,022	45,200		0,280	4,000	13,000	2,800	0,180	
		5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	0,033	67,800		0,500	6,000	19,500	4,200	0,270	
		1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	0,016	38,000		0,280	4,200	17,400	3,800	0,400	
		5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	0,024	57,000		0,500	6,300	26,100	5,700	0,600	
Понедельник		Полдник														
1-я неделя		1-4 классы 5-11 классы	293 С6.2008г. 293 С6.2008г.	075 100	6,370 6,600	8,330 4,500	29,320 62,800		217,000 327,000							
		Сок фруктовый, (1 шт)	293 С6.2008г.	200	1,000	23,400	23,400	0,020	4,000			14,000	14,000	8,000	0,600	
		Завтрак	1-4 классы 6-11 классы	610 650	16,720 16,149	16,602 17,360	79,471 88,781	0,163 0,189	482,662 531,088	0,028 0,030	3,297 4,640	26,850 31,035	88,026 102,367	21,125 24,170	26,637 28,679	
		Обед	1-4 классы 5-11 классы	730 880	23,129 26,707	24,600 26,689	105,201 124,006	0,35 0,37	729,329 834,499	11,01 155,22	6,08 6,61	189,58 197,54	187,14 219,91	86,35 96,91	127,09 134,79	
		Полдник	1-4 классы 6-11 классы	275 300	7,370 7,600	8,330 4,500	52,720 86,200	0,020 0,020	4,000 4,000	0,000 0,000	0,000 0,000	14,000 14,000	14,000 14,000	8,000 8,000	0,600 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	
Вторник		Завтрак														
Огурцы консервированные	1-4 классы	24 С6.1996г.	020	0,560		0,260	3,220					5,000	4,000		0,240	
	5-11 классы	24 С6.1996г.	030	0,840		0,390	4,830					7,500	6,000		0,360	
	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	
	5-11 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	
	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	0,482	17,496	64,476	13,851	1,183	
	1-4 классы	629 С6.1996г.	200	0,243	0,200	14,970	56,850	0,003	2,801			3,111	1,540	0,840	0,090	
	5-11 классы	629 С6.1996г.	200	0,243	0,200	14,970	56,850	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	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	0,420	5,000	16,250	3,500	0,225	
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 26883-2015	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 26883-2015	025	1,378	0,250	8,020	47,500	0,020		0,420	0,420	5,250	21,750	4,750	0,500	
		Обед														
Салат Витаминный/Салат из свежих помидоров, яблок и консервированных огурцов*	1-4 классы	37 С6.2015г.	060	1,276	2,836	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	
	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	
	1-4 классы	428 С6.1996г.	90	7,630	10,170	24,453	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	27,418	176,020	0,025	0,970	0,002	1,798	6,379	17,384	4,856	27,818	
	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	
	5-11 классы	463 С6.1996г.	180	8,715	6,460	32,561	278,971	0,306		0,025	4,989	36,456	185,444	0,189	3,580	
	1-4 классы	280 С6.2008г.	180	0,420		30,520	118,600	0,037	1,480			635,690	54,020	38,850	0,060	
	5-11 классы	280 С6.2008г.	180	0,420		30,520	118,600	0,037	1,480			635,690	54,020	38,850	0,060	
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022		0,280	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	0,500	6,000	19,500	4,200	0,270	
	1-4 классы	ГОСТ 26883-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016		0,280	0,280	4,200	17,400	3,800	0,400	
Хлеб ржаной	5-11 классы	ГОСТ 26883-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024		0,500	0,500	6,300	26,100	5,700	0,600	
		Полдник														
Сок фруктовый, (1 шт)	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	
	1-4 классы	СТО 71063300-003-	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-	025	5,590	5,470		74,060		0,797	0,069	0,094	201,560	159,375	10,625	212,500	
	1-4 классы	ГОСТ 31805-2018	040	3,160	0,400	20,760	94,400	0,060		1,000	1,000	10,000	32,800	13,200	0,600	
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2018	050	3,950	0,500	25,950	118,000	0,075		1,250	1,250	12,500	41,000	16,500	0,750	
	Завтрак	1-4 классы	600	18,136	16,828	83,363	495,474	0,105	3,961	0,030	2,268	36,683	104,162	23,641	38,866	
	5-11 классы	6-11 классы	660	20,398	23,424	99,606	661,662	0,228	36,271	0,008	6,922	714,371	194,246	99,196	99,089	
	Обед	1-4 классы	730	23,497	24,292	116,677	737,684	0,189	26,538	0,009	4,498	700,464	174,261	87,902	94,198	
	5-11 классы	6-11 классы	880	30,766	23,724	141,791	897,623	0,262	36,271	0,008	6,422	720,671	220,346	104,896	99,689	
Полдник	1-4 классы	266	7,740	3,900	44,160	236,800	0,080	4,510	0,025	1,060	163,000	148,800	28,000	137,200		
	5-11 классы	276	10,540	5,970	49,360	286,060	0,095	4,797	0,069	1,344	228,060	214,375	35,125	213,960		

* - действует с 01 марта

Циклическое меню

Детское 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		Завтрак													
Горячий бутерброд Пикантный	1-4 классы	384 С6 2008г.	040	2,482	3,440	13,257	68,709	0,022		0,021	0,280	4,000	13,000	2,800	0,180
	5-11 классы	384 С6 2008г.	040	2,482	3,440	13,257	68,709	0,022		0,021	0,280	4,000	13,000	2,800	0,180
	1-4 классы	109 С6 2008г.	245	10,536	12,492	37,730	273,490	0,056	3,700		1,276	14,540	19,460	39,142	92,485
	5-11 классы	109 С6 2008г.	285	12,012	13,649	44,918	301,046	0,066	3,700		2,255	14,540	19,460	46,062	92,582
	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
Батон	1-4 классы	ГОСТ 31805-2018	030	2,370	0,300	15,570	70,800	0,060			1,000	10,000	32,800	13,200	0,600
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2018	040	3,160	0,400	20,760	94,400	0,060			1,000	10,000	32,800	13,200	0,600
Среды		Обед													
Салат из свежесы отварной	1-4 классы	23 С6 2008г.	060	0,969	6,997	6,156	109,330	0,011	5,700		1,340	21,090	24,510	24,510	0,798
	5-11 классы	23 С6 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 С6 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 С6 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 С6 2008г.	150	16,849	14,407	40,868	330,808	0,106	2,697		2,849	33,235	68,123	21,137	3,101
	5-11 классы	193 С6 2008г.	200	18,671	19,213	44,528	362,073	0,126	3,595		3,650	41,941	90,771	27,628	3,449
	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	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 26963-2015	020	1,102	0,200	6,416	36,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400
	5-11 классы	ГОСТ 26963-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600
Среды		Полдник													
Сок фруктовый, (1 шт)	1-4 классы	293 С6 2008г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000						
	5-11 классы	293 С6 2008г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000						
	1-4 классы	29 С6 1997г.	050	1,600	15,100	30,140	263,000					14,000	14,000	8,000	0,600
	5-11 классы	29 С6 1997г.	050	1,600	15,100	30,140	263,000					14,000	14,000	8,000	0,600
Завтрак	1-4 классы	515	15,688	16,283	81,567	470,266	0,138	3,701	0,021	2,556		28,886	66,260	55,142	93,318
	5-11 классы	565	17,864	17,540	93,946	621,422	0,148	3,701	0,021	3,535		28,886	66,260	62,062	93,416
Обед	1-4 классы	700	23,480	24,508	102,336	706,130	0,273	24,898	0,000	6,092		80,371	186,633	76,297	5,419
	5-11 классы	810	27,269	31,602	118,277	816,216	0,320	29,596	0,000	8,226		107,237	240,721	102,428	6,589
Полдник	1-4 классы	250	2,600	15,100	53,540	367,000	0,020	4,000	0,000	0,000		14,000	14,000	8,000	0,600
	5-11 классы	250	2,600	15,100	53,540	367,000	0,020	4,000	0,000	0,000		14,000	14,000	8,000	0,600

- действует с 01 марта

* - 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																
Икра кабачковая(порционно) Макаронные изделия отварные с соусом Болоньезе Сок фруктовый Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	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	469 Сб. 1996г.	240	11,774	13,770	40,941	339,179	0,022	1,150	0,003	1,306		5,957	15,412	4,748	36,981		
	5-11 классы	469 Сб. 1996г.	270	13,245	15,013	56,184	381,543	0,025	0,970	0,002	1,798		6,379	17,384	4,856	27,818		
	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 27644-88	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 27644-88	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			0,260		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		
Четверг		Обед																
Винегрет овощной Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной Ежики в соусе Картофель и овощи тушеные Напиток из шиповника Хлеб пшеничный 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	7,321	9,142	132,845	0,058	9,200			4,494	23,550	43,780	20,330	0,816		
	1-4 классы	120 Сб. 1996г.	210	4,300	3,530	8,801	85,780	0,066	26,510	0,006	1,774		37,540	43,204	18,240	19,102		
	5-11 классы	120 Сб. 1996г.	260	5,181	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	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	1,798		10,677	25,617	6,746	27,956		
	1-4 классы	251 Сб. 1997г.	150	3,675	7,419	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	8,530	42,264	285,015	0,258	42,750		5,745		28,080	130,230	52,290	1,946		
	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		
Четверг		Полдник																
Сок фруктовый, (1 шт) Пирожок с яблоком Завтрак Обед Полдник	1-4 классы	293 Сб. 2008г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000				14,000	14,000	8,000	0,600		
	5-11 классы	293 Сб. 2008г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000				14,000	14,000	8,000	0,600		
	1-4 классы		075	6,370	8,330	29,320	217,000											
	5-11 классы		090	6,669	5,535	31,460	234,450											
	1-4 классы		600	16,796	16,950	82,417	640,779	0,084	6,660	0,003	1,866		38,367	77,212	28,348	39,361		
	5-11 классы		560	18,123	18,213	102,609	616,143	0,099	7,070	0,002	2,638		44,929	93,484	33,606	31,043		
	1-4 классы		730	23,286	27,636	103,978	769,309	0,403	286,115	0,009	11,431		104,242	232,638	90,170	63,946		
	5-11 классы		880	29,490	36,373	126,926	944,464	0,609	303,896	0,008	15,569		131,432	301,282	116,416	60,644		
	1-4 классы		275	7,370	8,330	62,720	311,000	0,020	4,000	0,000	0,000		14,000	14,000	8,000	0,600		
	5-11 классы		290	7,669	6,635	64,860	328,450	0,020	4,000	0,000	0,000		14,000	14,000	8,000	0,600		

* - действует с 01 марта

Циклическое меню

Наименование блюда		№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
								В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
																Белки
Завтрак																
Пятница		1-я неделя														
	Десерт фруктовый (яблоко свежее)	1-4 классы	24 сб.1996г.	70	0,280		6,860	26,600								
		5-11 классы	24 сб.1996г.	70	0,280		6,860	26,600								
	Каша рисовая молочная жидкая с маслом,сахаром	1-4 классы	114 сб.2008г.	210	12,760	17,584	37,963	296,077	0,019		0,020	0,293	6,919	23,407	5,001	
		5-11 классы	114 сб.2008г.	260	13,800	18,400	39,963	344,335	0,025		0,020	0,352	8,792	30,786	6,618	
		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	
	Чай с лимоном	1-4 классы	ГОСТ 31805-2018	040	3,160	0,400	20,760	94,400	0,060		1,000	10,000	32,800	13,200	0,600	
	Батон	5-11 классы	ГОСТ 31805-2018	050	3,950	0,500	25,950	118,000	0,075		1,250	12,500	41,000	16,500	0,750	
Обед																
Пятница		1-я неделя														
	Салат из моркови с сахаром/Салат из огурцов*	1-4 классы	62 сб.1997г.	060	1,118	7,376	2,200	77,230	0,032	23,950		1,298	24,878	17,963	9,848	0,489
		5-11 классы	62 сб.1997г.	100	1,550	10,005	4,951	97,292	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	127,580	0,202	9,300		3,215	25,820	69,500	28,200	1,556	
	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	1,945
		1-4 классы	202 сб.2008г.	090	8,802	10,114	13,843	142,904	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	160,764	0,027	2,820	0,002	1,798	10,677	25,617	6,746	27,956
	Котлеты Куринные с соусом	1-4 классы	463 сб.1996г.	150	7,716	5,384	26,323	232,585	0,265	2,460	0,021	4,160	30,396	154,621	0,158	2,985
		5-11 классы	463 сб.1996г.	180	8,715	6,460	32,561	278,971	0,306	1,480	0,025	4,989	36,456	185,444	0,189	3,590
	Каша гречневая рассыпчатая	1-4 классы	280 сб.2008г.	180	1,732		39,909	158,796	0,037	1,480		635,690	54,020	38,850	0,060	
		5-11 классы	280 сб.2008г.	180	1,732		39,909	158,796	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	
	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	
Полдник																
Пятница		1-я неделя														
	Кондитерские изделия (печенье)	1-4 классы	29 сб.1997г.	050	1,600	15,100	30,140	263,000								
		5-11 классы	29 сб.1997г.	050	1,600	15,100	30,140	263,000								
	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
	Завтрак	1-4 классы	1-4 классы	607	16,443	18,030	79,344	470,787	0,082	2,801	0,020	1,293	20,030	67,747	19,041	1,142
ИТОГО:		1-4 классы	6-11 классы	667	18,273	18,946	86,634	642,646	0,103	2,801	0,020	1,602	24,403	73,326	23,968	1,434
		1-4 классы	6-11 классы	720	26,736	27,656	117,203	822,296	0,686	37,190	0,024	10,539	733,806	347,145	89,613	42,741
		1-4 классы	6-11 классы	870	35,164	34,827	140,964	980,098	0,733	55,875	0,027	13,969	768,892	427,615	107,369	35,227
Полдник		1-4 классы	160	6,600	16,600	33,640	314,000	0,030	0,600	0,010	0,000	124,000	95,000	16,000	0,100	
		1-4 классы	160	6,600	16,600	33,640	314,000	0,030	0,600	0,010	0,000	124,000	95,000	16,000	0,100	

* - 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	
Суббота		1-я неделя			Завтрак											
Печенье	1-4 классы	31 С6.1997г.	050	3,750	5,900	27,200	208,500	0,004	1,400			8,200	13,400	7,000	1,400	
	5-11 классы	31 С6.1997г.	050	3,750	5,900	27,200	208,500	0,004	1,400			8,200	13,400	7,000	1,400	
	1-4 классы	53 С6.2008г.	210	8,534	10,426	20,275	146,730	0,018	2,160	1,860	1,860	6,522	18,641	4,957	27,071	
	5-11 классы	53 С6.2008г.	250	10,159	12,413	24,137	174,680	0,022	2,460	2,146	2,146	8,822	20,641	5,957	37,071	
	1-4 классы	628 С6.1998г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267	0,001	0,001			0,346			0,053	
Чай с сахаром	5-11 классы	628 С6.1998г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267	0,001	0,001			0,346			0,053	
	1-4 классы	ГОСТ 31805-2018	040	3,160	0,500	20,760	94,400	0,060		1,000	1,000	10,000	32,800	13,200	0,600	
Батон	1-4 классы	ГОСТ 31805-2018	040	3,160	0,500	20,760	94,400	0,060		1,250	1,250	12,500	41,000	16,500	0,750	
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2018	050	3,950	0,500	25,950	118,000	0,075								
Суббота		1-я неделя			Обед											
Горошек зеленый консервированный Суп из овощей Выточки с соусом Рис отварной Сок фруктовый Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	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
	5-11 классы	31 С6.1997г.	030	0,930	0,130	2,130	12,300	0,033	3,000			0,360	4,800	15,900	6,300	0,210
	1-4 классы	132 С6.1998г.	200	3,514	3,525	10,490	76,426	0,073	17,800	1,580	1,580	18,880	40,380	17,180	0,636	
	5-11 классы	132 С6.1998г.	250	3,893	4,406	13,113	95,533	0,091	22,250	1,937	1,937	23,600	50,475	21,475	0,795	
	1-4 классы	423 С6.1998г.	90	10,843	10,030	9,974	193,166	0,020	1,160	0,003	1,306	5,792	14,492	4,558	36,970	
	5-11 классы	423 С6.1998г.	100	12,665	13,566	12,404	205,926	0,025	1,020	0,002	2,210	6,539	14,846	27,818	0,986	
	1-4 классы	485 С6.1998г.	150	4,868	10,218	41,803	250,038	0,044	0,027	0,402	0,402	14,580	64,476	13,851	1,183	
	5-11 классы	485 С6.1998г.	180	4,841	11,261	50,163	262,845	0,053	0,032	0,482	0,482	16,000	18,000	10,000	0,400	
	1-4 классы	293 С6.2008г.	200	1,000	23,400	23,400	94,000	0,020	4,000			16,000	18,000	10,000	0,400	
	5-11 классы	293 С6.2008г.	200	1,000	23,400	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
	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
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030													
Суббота		1-я неделя			Полдник											
Сок фруктовый, (1 шт)	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	
	1-4 классы	29 С6.1997г.	050	1,600	15,100	30,140	263,000									
	5-11 классы	29 С6.1997г.	050	1,600	15,100	30,140	263,000									
	1-4 классы	1-4 классы	600	15,644	16,777	83,245	606,897	0,082	3,651	0,000	2,860	26,068	64,841	26,167	29,124	
Кондитерские изделия (вафля)	5-11 классы	6-11 классы	660	18,069	18,964	92,297	558,447	0,101	3,861	0,000	3,396	29,968	76,041	29,467	39,274	
	1-4 классы	1-4 классы	700	23,467	24,563	103,443	706,030	0,217	24,960	0,030	4,068	66,662	167,602	64,081	39,712	
ИТОГО:	Завтрак	5-11 классы	820	27,062	30,403	126,744	796,398	0,279	30,270	0,034	6,989	80,735	198,345	66,372	31,276	
	Обед	1-4 классы	250	2,600	15,100	63,640	367,900	0,020	4,000	0,000	0,000	14,000	14,000	8,000	0,600	
	Полдник	1-4 классы	250	2,600	15,100	63,640	367,900	0,020	4,000	0,000	0,000	14,000	14,000	8,000	0,600	
	1-4 классы	6-11 классы	250	2,600	15,100	63,640	367,900	0,020	4,000	0,000	0,000	14,000	14,000	8,000	0,600	

ЦИКЛИЧНОЕ 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														
Понедельник	1-4 классы	050	6,740	8,610	19,970	180,500	0,022		0,021	0,280	4,000	13,000	2,800	0,180
Бутерброд с сыром	5-11 классы	060	10,690	9,400	46,710	195,400	0,033		0,025	0,500	6,000	19,500	4,200	0,270
	1-4 классы	250	8,822	7,298	37,823	232,420	0,081		0,040	0,680	9,270	42,180	14,560	1,105
	5-11 классы	290	10,672	7,910	42,457	259,331	0,097		0,040	0,769	10,603	50,216	17,412	1,316
	1-4 классы	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001			0,346			0,053
	Чайный напиток Каркаде	628 С6.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001			0,346		
2-я неделя														
Понедельник	1-4 классы	060	0,969	6,997	6,156	109,330	0,011	5,700		1,340	21,090	24,510	24,510	0,798
Салат из свежых отварной	5-11 классы	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	200	3,000	2,630	14,000	140,000	0,094	10,450		1,074	33,850	85,650	32,470	1,400
Суп картофельный с клецками	5-11 классы	250	3,750	3,288	16,870	151,000	0,118	13,000		1,343	42,310	107,060	40,590	1,750
	1-4 классы	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	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	150	9,131	5,924	40,345	230,286	0,029		0,021	6,479	63,418	158,888	61,617	4,899
	Пюре из гороха	270 С6.1996г.	180	10,020	6,908	44,015	240,349	0,075		0,025	7,775	76,103	190,671	73,942
Напиток лимонный	5-11 классы	180	0,130		22,075	86,328	0,006	5,760			6,192	3,168	1,728	0,151
	1-4 классы	180	0,130		22,075	86,328	0,006	5,760			6,192	3,168	1,728	0,151
	5-11 классы	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,151
	1-4 классы	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270
	Хлеб пшеничный	ГОСТ 27844-88	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800
Хлеб ржаной	1-4 классы	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600
	ГОСТ 26983-2015													
2-я неделя														
Понедельник	1-4 классы	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000			14,000	14,000	8,000	0,600
Сок фруктовый, (1 шт)	5-11 классы	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000			14,000	14,000	8,000	0,600
	1-4 классы	016	3,580	3,500		47,400		0,510	0,025	0,060	129,000	102,000	6,800	136,000
	5-11 классы	025	5,590	5,470		74,060	0,060	0,797	0,069	0,094	201,560	159,375	10,625	212,500
	1-4 классы	040	3,160	0,400	20,760	94,400	0,060			1,000	10,000	32,800	13,200	0,600
	Батон	ГОСТ 31805-2018	050	3,950	0,500	25,950	118,000	0,075			1,250	12,500	41,000	16,500
Завтрак	1-4 классы	500	15,762	15,969	72,803	470,187	0,103	0,001	0,061	0,360	13,616	56,180	17,360	1,338
	5-11 классы	560	21,562	17,361	104,177	511,998	0,130	0,001	0,065	1,269	16,949	69,716	21,612	1,639
	1-4 классы	720	26,664	26,046	112,276	613,048	0,800	24,370	0,024	10,769	141,572	323,267	132,882	44,899
	5-11 классы	870	32,749	32,175	133,638	948,791	0,982	31,080	0,027	14,149	182,732	412,966	173,766	37,936
	1-4 классы	266	7,740	3,900	44,160	236,800	0,080	4,610	0,025	1,060	163,000	148,800	28,000	137,200
Полдник	5-11 классы	275	10,540	5,970	49,350	286,060	0,096	4,797	0,069	1,344	228,060	214,376	36,125	213,850

- действует с 01 марта

* - 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													
Огурцы консервированные Каша гречневая по-купечески с мясом(филе куриное) Компот из свежих яблок Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	1-4 классы	24 С6.1996г.	020	0,560		0,260	3,220					5,000	4,000			0,240	
	5-11 классы	24 С6.1996г.	040	0,840		0,390	4,830					7,500	6,000			0,360	
	1-4 классы	251 С6.1996г.	240	13,161	15,835	33,068	362,914	0,255		0,021	4,160		154,621	0,158		2,985	
	5-11 классы	251 С6.1996г.	260	14,235	19,318	35,398	392,485	0,306		0,025	4,989		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	0,152		
	5-11 классы	702 С6.1997г.	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		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		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		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		0,500	
Вторник		2-я неделя		Обед													
Винегрет овощной Уха Сосиски отварные с соусом Макаронные изделия отварные Чай с лимоном Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	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	8,321	9,142	132,845	0,058	9,200		4,494	23,550	43,780	20,330		0,816	
	1-4 классы	72 С6.2008г.	200	7,970	2,840	26,232	187,530	0,066	26,510		1,774	37,540	43,204	18,240		19,102	
	5-11 классы	72 С6.2008г.	250	8,400	3,363	30,290	194,225	0,082	33,125	0,006	2,214	44,675	52,455	22,550		23,875	
	1-4 классы	423 С6.1996г.	90	6,461	11,054	2,094	97,667	0,020	1,160	0,003	1,306	5,792	3,200	4,558		25,258	
	5-11 классы	423 С6.1996г.	100	5,521	11,124	2,203	98,124	0,025	1,200	0,003	2,210	6,539	3,894	4,846		27,818	
	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		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		
Вторник		2-я неделя		Полдник													
Булочка "Загадка" Сок фруктовый, (1 шт) Завтрак Обед ИТОГО:	1-4 классы		075	6,370	8,330	29,320	217,000										
	5-11 классы		100	6,600	8,500	62,800	327,000										
	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	
	1-4 классы		600	16,423	16,215	83,236	677,094	0,30	0,72	0,02	4,72	44,08	191,42	10,76		3,96	
	5-11 классы		660	18,433	19,818	89,786	629,076	0,36	0,72	0,03	5,83	54,69	231,84	12,44		4,82	
	1-4 классы		727	23,828	24,778	101,175	705,604	0,249	35,991	0,030	7,529	79,200	149,971	60,742		46,142	
	5-11 классы		877	26,479	28,641	126,941	848,232	0,330	46,326	0,034	11,349	102,687	201,696	68,433		54,215	
	1-4 классы		275	7,370	8,330	62,720	311,000	0,020	4,000			14,000	14,000	8,000		0,600	
	5-11 классы		300	7,600	8,500	86,200	421,000	0,020	4,000			14,000	14,000	8,000		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			
Среды		Завтрак																
Помидоры консервированные	1-4 классы	24 С6.1996г.	050	1,400		0,650	8,050								12,500	10,000		0,600
	5-11 классы	24 С6.1996г.	050	1,400		0,650	8,050								12,500	10,000		0,600
	Плов из птицы (филе куриное)	1-4 классы	193 С6.2008г.	200	13,742	16,244	45,518	326,844	0,106	2,697		2,849	88,123	21,137	3,101			
		5-11 классы	193 С6.2008г.	250	15,192	20,157	60,692	415,766	0,126	3,595		3,650	41,941	90,771	27,628	3,449		
	Чай с шиповником	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	025	1,900	0,250	12,425	56,500	0,028			0,420	16,250	3,500	0,225			
		5-11 классы	ГОСТ 27844-88	025	1,900	0,250	12,425	56,500	0,028			0,420	16,250	3,500	0,225			
	Хлеб ржаной	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	1,378	0,250	8,020	47,500	0,020			0,420	5,250	21,750	4,750	0,500		
Среды		Обед																
Салат из моркови и яблок/Салат из помидоров*	1-4 классы	11 С6.2008г.	060	1,661	6,031	8,678	113,000	0,024	2,154		2,751	18,702	21,210	15,708	0,085			
	5-11 классы	11 С6.2008г.	100	1,700	7,750	14,464	149,000	0,040	3,590		4,584	31,170	35,350	26,180	0,142			
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	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		
		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		
	Биточки с соусом	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		
		5-11 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		
	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		
	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			30,740	21,137	16,470	4,158		
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			
Среды		Полдник																
Сок фруктовый, (1 шт)	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			
	Кондитерские изделия (вафля)	1-4 классы	29 С6.1997г.	050	1,600	15,100	30,140	263,000										
		5-11 классы	29 С6.1997г.	050	1,600	15,100	30,140	263,000										
Завтрак	1-4 классы		600	18,620	16,796	81,623	496,161	0,154	2,698	0,000	3,689	56,331	116,123	29,387	4,479			
	5-11 классы		650	20,070	20,708	96,797	585,083	0,174	3,596	0,000	4,490	65,037	138,771	36,878	4,827			
Обед	1-4 классы		730	23,100	26,460	105,225	705,760	0,296	46,668	0,036	6,680	142,644	229,121	103,261	99,227			
	5-11 классы		880	27,309	33,810	129,747	878,064	0,380	57,234	0,039	10,236	175,446	276,988	130,412	104,709			
Полдник	1-4 классы		250	2,600	15,100	53,540	357,000	0,020	4,000	0,000	0,000	14,000	14,000	8,000	0,600			
	5-11 классы		250	2,600	15,100	53,540	357,000	0,020	4,000	0,000	0,000	14,000	14,000	8,000	0,600			

* действует с 01 марта

Циклическое меню

Наименование блюда		№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
								В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо		
Четверг		Завтрак															
Десерт фруктовый (яблоко свежее)	1-4 классы	24 сб.1996г.	100	0,400		9,800	38,000										0,600
	5-11 классы	24 сб.1996г.	100	0,400		9,800	38,000										0,600
	1-4 классы	682 сб.1996г.	200	15,276	16,498	57,745	491,462	0,216	1,238	0,044	3,922	216,692	238,287	40,677	3,101		
	5-11 классы	682 сб.1996г.	250	16,655	17,904	65,148	564,348	0,273	1,520	0,054	5,025	256,679	290,726	49,870	3,449		
	1-4 классы	628 сб.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001			0,346			0,053		
Чай с сахаром	5-11 классы	628 сб.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001			0,346			0,053		
Четверг		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	127,580	0,202	9,300		3,215	25,820	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		
	Суп картофельный с горохом	1-4 классы	423 сб.1996г.	090	6,802	11,114	12,623	123,904	0,022	2,460		2,146	8,822	20,641	5,957	37,071	
Тептели с соусом	5-11 классы	423 сб.1996г.	100	7,201	12,414	11,784	158,764	0,027	2,820		2,554	10,677	26,617	6,746	27,956		
Каша гречневая рассыпчатая	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		
	5-11 классы	463 сб.1996г.	180	8,715	6,460	32,561	278,971	0,306		0,025	4,989	36,456	185,444	0,189	3,580		
	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		
	Сок фруктовый	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	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 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		
	Хлеб ржаной	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015														
	Четверг	Полдник															
Йогурт	2-я неделя																
	1-4 классы	ТУ 10.51.56-045-18255315-2017	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 10.51.56-045-18255315-2017	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	29 сб.1997г.	050	3,750	5,900	27,200	208,500								0,600		
	5-11 классы	29 сб.1997г.	050	3,750	5,900	27,200	208,500								0,600		
Кондитерские изделия (печенье)	2-я неделя																
	1-4 классы	ТУ 10.51.56-045-18255315-2017	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 10.51.56-045-18255315-2017	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	29 сб.1997г.	050	3,750	5,900	27,200	208,500								0,600		
	5-11 классы	29 сб.1997г.	050	3,750	5,900	27,200	208,500								0,600		
Завтрак	1-4 классы	6-11 классы	600	16,876	16,549	82,656	696,729	0,216	1,239	0,044	3,922	217,038	238,287	40,677	3,764		
	5-11 классы	6-11 классы	660	17,266	17,956	89,958	659,616	0,273	1,521	0,054	5,025	257,025	290,726	49,870	4,102		
	1-4 классы	1-4 классы	720	23,716	24,183	100,902	705,433	0,667	39,310	0,021	11,379	112,616	309,326	69,763	43,041		
	5-11 классы	6-11 классы	870	28,232	29,827	123,105	895,902	0,714	57,996	0,025	14,725	147,602	389,696	77,609	36,527		
	1-4 классы	6-11 классы	160	8,760	7,400	30,700	289,600	0,030	0,600	0,010	0,000	124,000	96,000	16,000	0,700		
Полдник	1-4 классы	6-11 классы	160	8,760	7,400	30,700	289,600	0,030	0,600	0,010	0,000	124,000	96,000	16,000	0,700		
	5-11 классы	6-11 классы	160	8,760	7,400	30,700	289,600	0,030	0,600	0,010	0,000	124,000	96,000	16,000	0,700		
	1-4 классы	6-11 классы	160	8,760	7,400	30,700	289,600	0,030	0,600	0,010	0,000	124,000	96,000	16,000	0,700		
	5-11 классы	6-11 классы	160	8,760	7,400	30,700	289,600	0,030	0,600	0,010	0,000	124,000	96,000	16,000	0,700		
	1-4 классы	6-11 классы	160	8,760	7,400	30,700	289,600	0,030	0,600	0,010	0,000	124,000	96,000	16,000	0,700		

действует с 01 марта

* - 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														
Кондитерские изделия (пастила Фруктовая) Каша молочная жидкая пшеничная с маслом	1-4 классы	29 С6 1997г.	025	1,000	8,210	14,355	25,355									
	5-11 классы	29 С6 1997г.	025	1,000	8,210	14,355	25,355									
	1-4 классы	520 С6 1997г.	235	9,541	7,879	33,418	226,950	0,006	0,960	0,003	1,306	2,764	5,192	2,472	36,838	
	5-11 классы	520 С6 1997г.	275	10,922	9,438	53,159	311,040	0,004	0,720	0,002	1,798	2,073	3,894	1,854	27,628	
	1-4 классы	280 С6 2008г.	200	1,924		14,343	126,440	0,037	1,480			635,690	54,020	38,850	0,060	
	5-11 классы	280 С6 2008г.	200	1,924		14,343	126,440	0,037	1,480			635,690	54,020	38,850	0,060	
	1-4 классы	ГОСТ 31805-2018	040	3,160	0,400	20,760	94,400	0,060			1,000	10,000	32,800	13,200	0,600	
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2018	050	3,950	0,500	25,950	118,000	0,075			1,250	12,500	41,000	16,500	0,750	
	Обед															
	Салат Степной Суп из овощей Рыба тушеная в томате с овощами Рис отварной Чай с лимоном Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	1-4 классы	111 С6 2008г.	060	1,076	9,148	4,969	104,362	0,059	8,160	0,021	2,794	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	0,035		16,580	66,060	23,140	0,960	
1-4 классы		132 С6 1996г.	200	3,514	3,525	10,490	123,426	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	142,533	0,091	22,250		1,937	23,600	50,475	21,475	0,795	
1-4 классы		309 С6 1996г.	90	12,330	9,229	13,512	128,254	0,057	1,845	0,022	1,717	14,986	29,764	31,461	28,195	
5-11 классы		309 С6 1996г.	100	10,261	12,642	15,112	157,499	0,078	2,295	0,03	2,39	20,153	40,117	43,305	28,422	
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	0,462	17,496	64,476	13,851	1,163	
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	
Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	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 26863-2015	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 26863-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600		
Полдник																
Сок фруктовый, (1 шт) Пирожок с яблоком Завтрак Обед ИТОГО:	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	
	1-4 классы		075	6,370	8,330	29,320	217,000									
	5-11 классы		090	6,669	9,535	31,460	234,450									
	1-4 классы	1-4 классы	600	16,625	16,489	82,876	473,146	0,103	2,440	0,003	2,306	648,454	92,012	54,522	37,498	
	6-11 классы	6-11 классы	660	17,796	18,148	107,807	680,836	0,116	2,200	0,002	3,048	660,263	98,914	67,204	28,438	
	1-4 классы	1-4 классы	727	23,653	27,546	100,891	711,990	0,239	31,221	0,048	7,452	63,641	185,727	66,004	39,939	
	5-11 классы	5-11 классы	877	21,704	38,943	121,636	916,589	0,329	41,471	0,067	5,973	83,764	262,768	75,952	31,864	
	1-4 классы	1-4 классы	276	7,370	8,330	62,720	311,000	0,020	4,000	0,000	0,000	14,000	14,000	8,000	0,600	
	6-11 классы	6-11 классы	290	7,669	9,535	64,860	328,450	0,020	4,000	0,000	0,000	14,000	14,000	8,000	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	
Завтрак																	
Суббота		2-я неделя															
	1-4 классы	109 С6 2008г.	200	6,256	7,979	32,912	225,507	0,026	4,290	0,012	2,902	24,787	69,462	18,845	408,381		
	5-11 классы	109 С6 2008г.	240	7,203	9,902	37,749	252,152	0,026	4,290	0,012	2,902	24,787	69,462	18,845	408,381		
	1-4 классы	284 С6 1997г.	60	6,216	8,103	0,986	101,681	0,125	0,571	0,583	3,323	155,233	335,804	90,570	4,705		
	5-11 классы	284 С6 1997г.	60	6,216	8,103	0,986	101,681	0,125	0,571	0,583	3,323	155,233	335,804	90,570	4,705		
	Омлет натуральный	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		
Какао растворимый	5-11 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		
	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	040	3,040	0,360	19,890	90,400	0,022		0,280	0,280	4,000	13,000	2,800	0,180		
Хлеб пшеничный	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	050	3,800	0,450	24,850	113,000	0,033		0,500	0,500	6,000	19,500	4,200	0,270		
Обед																	
Суббота		2-я неделя															
	1-4 классы	24 С6 1997г.	020	0,560		0,260	3,220					5,000	4,000		0,240		
	5-11 классы	24 С6 1997г.	030	0,840		0,390	4,830					7,500	6,000		0,360		
	Огуры консервированные	139 С6 1997г.	200	2,272	2,138	19,156	100,420	0,094	13,200		1,343	14,000	50,800	19,240	0,710		
	Суп картофельный с макаронными изделиями	202 С6 2008г.	250	2,840	2,673	23,945	125,525	0,118	16,500		1,306	17,500	63,500	24,050	0,887		
	1-4 классы	202 С6 2008г.	090	8,802	10,114	13,843	142,904	0,022	2,460	0,003	1,343	8,822	20,641	5,957	37,071		
	Котлеты Куриные с соусом	239 С6 2008г.	100	13,301	12,414	15,784	160,764	0,027	2,820	0,002	1,798	10,677	25,617	6,746	27,956		
	1-4 классы	239 С6 2008г.	150	6,094	11,155	30,474	228,393	0,186	30,938			15,469	89,720	35,579	1,392		
	1-4 классы	239 С6 2008г.	180	3,713	11,186	37,126	254,073	0,223	37,126			18,563	107,665	42,695	1,671		
	Картофель отварной	293 С6 2008г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000			16,000	18,000	10,000	0,400		
	1-4 классы	293 С6 2008г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000			16,000	18,000	10,000	0,400		
Сок фруктовый	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022		0,280	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		0,500	0,500	6,000	19,500	4,200	0,270		
	Хлеб пшеничный	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		
	1-4 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		
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015															
	Полдник																
	Суббота		2-я неделя														
		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	
		1-4 классы	29 С6 1997г.	050	1,600	15,100	30,140	263,000									
	Кондитерские изделия (вафля)	5-11 классы	29 С6 1997г.	050	1,600	15,100	30,140	263,000									
	Завтрак	1-4 классы	600	19,092	19,170	70,848	666,688	0,200	5,761	0,613	6,586	293,190	600,166	124,816	414,207		
		5-11 классы	650	20,799	21,183	80,655	604,833	0,211	5,761	0,613	6,806	296,190	606,666	126,216	414,297		
		1-4 классы	700	21,360	23,787	103,489	662,137	0,360	60,698	0,003	3,209	67,491	213,661	77,376	40,393		
Обед	5-11 классы	820	26,627	26,843	124,622	763,992	0,446	60,446	0,002	4,141	82,640	266,382	93,391	32,144			
	1-4 классы	250	2,600	15,100	63,640	357,000	0,020	4,000	0,000	0,000	14,000	14,000	8,000	0,600			
	1-4 классы	250	2,600	15,100	63,640	357,000	0,020	4,000	0,000	0,000	14,000	14,000	8,000	0,600			
ИТОГО:	5-11 классы	Полдник	250	2,600	15,100	63,640	357,000	0,020	4,000	0,000	0,000	14,000	14,000	8,000	0,600		
	5-11 классы	Полдник	250	2,600	15,100	63,640	357,000	0,020	4,000	0,000	0,000	14,000	14,000	8,000	0,600		