

СОГЛАСОВАНО:
Директор ГБОУ СОШ(ООШ)

ГБОУ ООШ
пос. Кошелевка
Федюков, 1-Е
«27» декабря 2023 г.

Согласовано:
Председатель роди-
тельского совета
ГБОУ ООШ пос. Кошелевка
Отфр /Отмечкина Т. В./
27 декабря 2023 г.



ПЕРЖДАЮ:
директор
питания»
И. Воронин

И. Воронин
«27» декабря 2023 г.

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

Осенне-зимнее (весеннее - *)

Циклическое меню

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эк. ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)						
			Белки	Жиры	Углеводы		B1	C	A	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо		
															1-я неделя	
Понедельник													Завтрак			
Кукуруза консервированная	1-4 классы 24 СБ 1995*	020	0,700	0,560	3,120	20,200	0,080					9,200				0,084
	5-11 классы 24 СБ 1995*	030	1,050	0,840	4,680	30,300	0,120					13,800				0,126
Ветчина с соусом	1-4 классы 423 СБ 1995*	90	10,843	10,030	9,074	133,166	0,020	1,160	0,003	1,306	5,792	14,492	4,568	4,568	36,970	
	5-11 классы 423 СБ 1995*	100	12,665	12,566	12,404	175,920	0,025	1,020	0,002	2,210	6,539	3,894	4,846	4,846	27,618	
Макаронные изделия отварные:	1-4 классы 469 СБ 1995*	150	5,365	4,295	37,247	203,760	0,087		0,021	1,193	10,427	49,359	8,309	0,922	0,922	
	5-11 классы 469 СБ 1995*	180	6,437	5,177	45,011	244,528	0,106		0,025	1,431	12,512	54,426	9,957	0,745	0,745	
Чай с сахаром	1-4 классы 628 СБ 1995*	200	0,200	0,051	15,010	67,267			0,001							0,053
	5-11 классы 628 СБ 1995*	200	0,200	0,051	15,010	67,267			0,001							0,053
Хлеб пшеничный	1-4 классы ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022				0,280	4,000	13,000	2,800	0,180	
	5-11 классы ГОСТ 27844-88	025	1,900	0,250	12,425	58,500	0,028				0,420	5,000	15,250	3,500	0,225	
Хлеб овсяной	1-4 классы ГОСТ 28983-2015	020	1,102	0,200	6,416	39,000	0,016				0,280	4,200	17,400	3,800	0,400	
	5-11 классы ГОСТ 28983-2015	025	1,376	0,250	8,020	47,500	0,020				0,420	5,250	21,750	4,750	0,500	
Понедельник													Обед			
Венгская оладья	1-4 классы 90 СБ 1995*	090	1,187	6,193	5,485	79,707	0,035	5,020			2,986	14,130	29,268	12,186	0,490	
	5-11 классы 90 СБ 1995*	100	1,645	8,307	6,142	102,846	0,038	6,200			4,494	23,550	43,780	20,330	0,815	
Суп картофельный с горошком	1-4 классы 138 СБ 1995*	290	4,746	4,032	19,572	127,580	0,265	9,305			3,216	29,820	69,500	26,200	1,956	
	5-11 классы 138 СБ 1995*	350	5,833	5,376	23,216	156,479	0,263	11,626			4,019	32,270	86,619	39,250	1,945	
Мягкая Куриные с соусом	1-4 классы 423 СБ 1995*	090	8,944	10,030	9,074	133,166	0,022	1,160	0,003	1,306	5,792	14,492	4,568	4,568	36,970	
	5-11 классы 423 СБ 1995*	100	11,340	13,956	12,404	175,920	0,025	1,020	0,002	2,210	6,539	3,894	4,846	4,846	27,618	
Булочка булочная	1-4 классы 482 СБ 1995*	180	3,593	5,267	16,671	73,461	0,111	88,320			2,241	83,568	62,476	31,572	64,906	
	5-11 классы 482 СБ 1995*	180	4,316	6,397	19,838	146,293	0,133	105,985			2,680	100,330	74,925	37,886	101,688	
Компот из сухофруктов	1-4 классы 283 СБ 2008*	180	0,878		30,139	126,104	0,005	0,648				30,740	31,137	16,470	4,158	
	5-11 классы 283 СБ 2008*	180	0,878		30,139	126,104	0,005	0,648				30,740	31,137	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	025	1,920	0,270	12,610	57,800	0,028				0,380	5,000	15,500	3,500	0,270	
Хлеб овсяной	1-4 классы ГОСТ 28983-2015	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 28983-2015	025	1,393	0,250	8,020	47,000	0,020				0,380	5,000	20,100	4,700	0,500	
Понедельник													Полдник			
Булочка "Запеканка"	1-4 классы	075	4,850	3,075	47,100	245,250										
	5-11 классы	100	6,500	4,500	62,600	327,000										
Сок фруктовый (1 шт)	1-4 классы 293 СБ 2008*	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000				14,000	14,000	8,000	0,600	
	5-11 классы 293 СБ 2008*	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000				14,000	14,000	8,000	0,600	
ИТОГО:	Завтрак	1-4 классы	650	19,730	15,395	81,707	497,621	0,226	1,161	0,034	3,069	30,865	80,351	19,484	38,309	
		5-11 классы	660	23,632	20,074	98,660	613,916	0,296	1,021	0,037	4,481	49,147	84,320	33,063	29,496	
	Обед	1-4 классы	720	21,860	26,172	93,017	672,210	0,417	104,848	0,033	10,018	169,280	324,212	88,958	139,350	
		5-11 классы	870	28,345	34,196	121,272	867,424	0,531	138,379	0,042	14,412	208,734	274,211	124,882	136,676	
	Полдник	1-4 классы	275	6,950	3,375	70,600	339,250	0,028	4,000	0,000	4,000	14,000	14,000	8,000	0,600	
		5-11 классы	350	7,600	4,500	86,200	421,000	0,033	4,000	0,000	5,000	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		B1	C	A	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо		
															Завтрак	
Вторник 1-я неделя																
Сыр	1-4 классы	СТО 71093300-003-2012	016	3,580	3,500					0,510	0,025	0,050	129,000	102,000	6,800	136,000
	5-11 классы	СТО 71093300-003-2012	016	3,580	3,500					0,510	0,025	0,050	129,000	102,000	6,800	136,000
Маша гороховая молочная	1-4 классы	109 СБ 2008г	150	4,888	9,935	20,262	190,394	0,167	1,320	0,065	2,256	178,696	203,348	44,880	1,396	
Жидкая с маслом, сахаром	5-11 классы	109 СБ 2008г	210	6,623	11,720	32,660	236,336	0,201	1,760	0,075	3,136	234,760	270,450	59,740	1,810	
Сок фруктовый (1 шт)	1-4 классы	293 СБ 2008г	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000			14,000	14,000	6,000	0,600	
	5-11 классы	293 СБ 2008г	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000			14,000	14,000	6,000	0,600	
Молоко растертое	1-4 классы	782 СБ 1997г	200	3,590	2,726	17,070	139,000	0,027	0,900	0,016	0,081	109,170	81,900	12,600	0,941	
	5-11 классы	782 СБ 1997г	200	3,590	2,726	17,070	139,000	0,027	0,900	0,016	0,081	109,170	81,900	12,600	0,941	
Батон	1-4 классы	ГОСТ 31805-2018	040	3,190	0,400	20,780	84,420	0,080				1,030	10,000	32,800	13,200	0,600
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2018	050	3,560	0,500	26,950	118,000	0,075				1,250	12,500	41,000	16,900	0,750
Вторник 2-я неделя																
Салат из моркови и яблок/Салат из помидоров	1-4 классы	11 СБ 2008г	060	0,172	0,031	8,876	89,400	0,024	2,154			4,781	16,700	21,210	15,706	0,088
	5-11 классы	11 СБ 2008г	106	0,853	0,792	14,494	149,000	0,040	3,980			4,684	31,170	35,360	26,180	0,142
Шоколадные вафельные изделия со сметаной	1-4 классы	120 СБ 1999г	225	7,824	9,032	8,931	46,780	0,066	26,610	0,006	1,774	37,940	43,204	16,240	19,102	
	5-11 классы	120 СБ 1999г	295	11,181	12,538	10,620	104,325	0,082	33,125	0,006	2,214	44,675	52,455	22,050	21,675	
Рагу овощное/Помидоры	1-4 классы	304 СБ 1995г	160	13,099	16,013	31,716	290,646	0,201	28,500			806,488	98,914	35,888	2,532	
	5-11 классы	304 СБ 1995г	200	18,276	18,068	43,258	392,818	0,258	36,000			29,226	115,054	47,475	2,962	
Компот из фруктов	1-4 классы	260 СБ 2008г	200	1,924		44,348	176,440	0,037	1,450			635,690	84,020	38,850	0,060	
	5-11 классы	260 СБ 2008г	200	1,924		44,348	176,440	0,037	1,450			635,690	84,020	38,850	0,060	
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	060	1,920	0,160	9,940	45,200	0,022				4,500	13,000	2,500	0,150	
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,030				6,000	19,800	4,200	0,270	
Хлеб ржано-пш.	1-4 классы	ГОСТ 20953-2015	020	1,100	0,200	5,416	26,000	0,018				4,200	17,400	3,800	0,400	
	5-11 классы	ГОСТ 20953-2015	030	1,663	0,300	9,624	57,000	0,024				6,300	26,100	6,700	0,600	
Вторник 3-я неделя																
Сок фруктовый (1 шт)	1-4 классы	293 СБ 2008г	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000			14,000	14,000	6,000	0,600	
	5-11 классы	293 СБ 2008г	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000			14,000	14,000	6,000	0,600	
Сыр	1-4 классы	СТО 71093300-003-2012	016	3,580	3,500		47,400			0,510	0,025	0,050	129,000	102,000	6,800	136,000
	5-11 классы	СТО 71093300-003-2012	016	3,580	3,500		47,400			0,510	0,025	0,050	129,000	102,000	6,800	136,000
Батон	1-4 классы	ГОСТ 31805-2018	040	3,190	0,400	20,780	84,420	0,080				1,030	10,000	32,800	13,200	0,600
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2018	050	3,560	0,500	26,950	118,000	0,075				1,250	12,500	41,000	16,900	0,750
Итого:	Завтрак	1-4 классы	616	16,308	15,583	86,492	664,164	0,268	6,730	0,109	3,357	438,868	434,046	85,390	159,507	
		5-11 классы	676	16,733	16,448	86,080	633,736	0,323	7,172	0,118	4,636	495,420	508,360	123,640	149,121	
		700	22,781	22,354	109,361	728,488	0,366	58,644	0,006	5,085	166,621	236,748	116,383	27,367		
Обед	1-4 классы	692	27,170	32,916	134,838	914,982	0,474	76,188	0,036	7,798	763,081	303,278	144,956	27,308		
	5-11 классы	692	27,170	32,916	134,838	914,982	0,474	76,188	0,036	7,798	763,081	303,278	144,956	27,308		
Полдник	1-4 классы	265	7,743	3,900	44,169	236,800	0,080	4,810	0,025	1,060	163,000	148,800	28,000	137,200		
	5-11 классы	275	10,640	6,670	49,350	268,080	0,095	4,797	0,069	1,344	238,000	214,376	36,126	213,860		

* - для расчета с 01 марта

Циклическое меню

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценности (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)					
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо		
Среда		1-я неделя		Завтрак												
Омлет соевый	1-4 классы	24 СБ.1999г.	020	0,580		0,200	3,220						5,000	4,000		0,240
	5-11 классы	24 СБ.1999г.	030	0,840		0,300	4,830						7,500	6,000		0,360
Рыба, тушеная в томате с овощами	1-4 классы	309 СБ.1999г.	90	6,330	10,220	5,112	79,254	0,098	3,700			1,276	14,540	10,450	39,142	62,485
	5-11 классы	309 СБ.1999г.	100	10,261	12,542	5,112	107,459	0,098	3,700			2,255	14,540	19,490	48,062	92,582
Картофельное пюре	1-4 классы	472 СБ.1999г.	180	3,283	4,457	25,370	154,200	0,101	25,075	0,025	0,144	41,310	95,910	32,805	1,350	
	5-11 классы	472 СБ.1999г.	180	3,916	5,286	31,644	186,040	0,103	31,050	0,031	0,172	49,572	115,092	39,358	1,698	
Бисквит из соевой муки	1-4 классы	702 СБ.1997г.	200	0,980		33,552	127,780	0,004	0,720				0,480	2,400	4,000	0,152
	5-11 классы	702 СБ.1997г.	200	0,980		33,552	127,780	0,004	0,720				0,480	2,400	4,000	0,152
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022				0,280	4,000	13,000	2,800	0,180
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	025	1,900	0,230	12,425	56,500	0,026				0,420	5,000	16,250	3,500	0,225
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26883-2015	020	1,100	0,200	6,418	38,000	0,016				0,280	4,200	17,400	3,800	0,400
	5-11 классы	ГОСТ 26883-2015	025	1,375	0,250	8,023	47,500	0,020				0,420	5,250	21,750	4,750	0,500
Среда		1-я неделя		Обед												
Салат из свеклы с отварной говядиной	1-4 классы	23 СБ.2008г.	380	0,659	6,907	6,185	109,330	0,211	5,750			1,340	21,000	24,510	24,510	0,796
	5-11 классы	23 СБ.2008г.	430	1,515	8,669	10,250	145,560	0,219	6,500			2,230	36,150	40,850	40,850	1,330
Суп картофельный с маринованным мясом	1-4 классы	139 СБ.1999г.	250	2,840	2,673	23,045	125,595	0,118	16,500			1,340	17,500	63,500	24,050	0,887
	5-11 классы	139 СБ.1999г.	250	2,840	2,673	23,045	125,595	0,118	16,500			1,340	17,500	63,500	24,050	0,887
Пюре из картофеля с мясом	1-4 классы	893 СБ.1999г.	150	15,418	12,459	34,738	295,147	0,077	1,434	0,019	0,910	22,412	150,786	25,502	1,556	
	5-11 классы	893 СБ.1999г.	200	18,342	15,243	43,518	376,844	0,103	1,840	0,026	1,260	29,890	200,972	34,005	2,076	
Чай с сахаром	1-4 классы	628 СБ.1999г.	200	0,200	0,051	15,010	57,257		0,001				0,348			0,053
	5-11 классы	628 СБ.1999г.	200	0,200	0,051	15,010	57,257		0,001				0,348			0,053
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022				0,280	4,000	13,000	2,800	0,180
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	025	1,900	0,230	12,425	67,800	0,026				0,420	5,000	16,500	4,200	0,270
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26883-2015	020	1,100	0,200	6,418	38,000	0,016				0,280	4,200	17,400	3,800	0,400
	5-11 классы	ГОСТ 26883-2015	025	1,375	0,250	8,024	47,500	0,020				0,420	5,250	21,750	4,750	0,500
Среда		1-я неделя		Полдник												
Сок фруктовый (1 л)	1-4 классы	253 СБ.2008г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000				14,000	14,000	6,000	0,800
	5-11 классы	253 СБ.2008г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000				14,000	14,000	6,000	0,800
Кондитерские изделия (кварт.)	1-4 классы	29 СБ.1997г.	160	1,800	16,700	30,140	263,000									
	5-11 классы	29 СБ.1997г.	160	1,800	16,700	30,140	263,000									
ИТОГО:	Завтрак	1-4 классы	650	14,358	16,105	81,582	416,834	0,289	30,296	0,026	1,980	59,520	162,170	82,547	94,847	
		5-11 классы	650	18,375	18,638	91,143	493,128	0,311	36,470	0,031	2,267	82,342	180,952	97,578	96,497	
	Обед	1-4 классы	700	27,048	32,538	96,598	676,488	0,244	23,636	0,016	6,163	89,848	269,198	80,562	6,214	
		5-11 классы	810	27,320	37,533	119,257	829,388	0,287	27,841	0,026	6,466	96,260	368,822	108,808	6,214	
Полдник	1-4 классы	250	2,800	16,100	83,640	387,000	0,020	4,800	0,000	0,000	14,000	14,000	8,000	0,800		
	5-11 классы	250	2,800	16,100	83,640	387,000	0,020	4,800	0,000	0,000	14,000	14,000	8,000	0,800		

* - данные с 01 марта

Циклическое меню

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эк. ценности (калл.)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)						
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо			
															Завтрак		
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		030	0,930	0,600	2,130	12,300	0,033	3,000			0,360	4,800	15,900	6,300	0,210	
Полужелеб с соевым	1-4 классы	428 СБ 1995г	90	7,830	10,170	9,450	158,000	0,022	1,100	0,003	1,306	5,957	19,412	4,748	36,881		
	5-11 классы		100	11,905	13,565	12,415	178,000	0,025	0,970	0,002	1,198	5,379	17,384	4,859	27,818		
Макаронные изделия отварные	1-4 классы	489 СБ 1995г	180	5,365	4,295	37,247	203,780	0,067							0,745		
	5-11 классы		180	8,437	5,117	46,011	244,528	0,105							0,745		
Салат фруктовый	1-4 классы	293 СБ 2009г	200	1,000		23,430	94,000	0,020	4,000				18,000	18,000	10,000	0,400	
	5-11 классы		200	1,000		23,430	94,000	0,020	4,000				18,000	18,000	10,000	0,400	
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,280	9,940	45,200	0,022					0,280	4,000	13,000	2,800	0,180
	5-11 классы		025	1,905	0,350	12,423	59,500	0,028					0,420	5,000	16,250	3,600	0,225
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-70/16	020	1,102	0,200	6,415	39,000	0,018					0,260	4,200	17,400	3,800	0,430
	5-11 классы		025	1,378	0,250	8,020	47,500	0,023					0,420	5,250	21,750	4,750	0,500
Четверг 1-я неделя Обед																	
Салат картофельный с овощами	1-4 классы	37 СБ 2019г	090	1,278	1,830	7,317	48,219	0,244	7,078			0,813	12,707	28,457	10,584	0,933	
	5-11 классы		100	2,125	3,000	12,195	82,332	0,378	11,795			1,364	21,177	47,427	17,039	0,888	
Вареное куриное филе с картофелем и салатом	1-4 классы	110 СБ 1996г	210	5,530	6,522	11,708	99,080	0,048	18,800	0,008	1,878	37,800	40,872	27,120	56,044		
	5-11 классы		260	4,417	6,028	14,692	117,200	0,080	21,025	0,009	2,270	45,125	55,915	33,950	70,059		
Салат в соусе	1-4 классы	202 СБ 2008г	090	10,800	10,114	13,843	169,904	0,022	2,450	0,002	1,305	6,822	20,641	5,957	37,071		
	5-11 классы		100	13,901	12,414	16,784	200,784	0,027	2,620	0,002	1,790	10,977	25,617	8,145	27,590		
Овощная запеканка	1-4 классы	463 СБ 1995г	150	7,715	5,384	26,923	232,585	0,265			0,021	4,180	30,380	158,021	2,158	2,885	
	5-11 классы		180	8,715	6,090	32,061	278,971	0,308			0,025	4,969	35,450	189,444	0,185	3,582	
Нашпур из картофеля	1-4 классы	298 СБ 2008г	180	0,720		24,273	98,795	0,027	2,15,000			0,308	12,150	3,800	3,800	5,081	
	5-11 классы		180	0,720		24,273	98,795	0,027	2,15,000			0,308	12,150	3,800	3,800	5,081	
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,280	9,940	45,200	0,022					0,280	4,000	13,000	2,800	0,180
	5-11 классы		030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033					0,500	6,000	19,500	4,300	0,270
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-70/16	020	1,102	0,200	6,415	39,000	0,018					0,260	4,200	17,400	3,800	0,430
	5-11 классы		030	1,560	0,300	9,694	57,000	0,024					0,360	5,360	26,100	5,700	0,600
Четверг 1-я неделя Полдник																	
Салат фруктовый (1 шт.)	1-4 классы	293 СБ 2009г	200	1,000		23,430	94,000	0,020	4,000				14,000	14,000	8,000	0,600	
	5-11 классы		200	1,000		23,430	94,000	0,020	4,000				14,000	14,000	8,000	0,600	
Пирожок с яблоком	1-4 классы		070	5,558	4,812	26,220	195,576										
	5-11 классы		090	6,528	5,535	31,480	234,450										
ИТОГО:	Завтрак	1-4 классы	600	17,207	16,215	87,873	647,190	0,189	7,180	0,024	3,299	43,784	119,771	33,856	88,723		
		5-11 классы	660	23,091	15,793	104,407	630,848	0,231	7,970	0,027	4,429	49,941	143,710	39,373	29,899		
	Обед	1-4 классы	730	26,569	33,236	98,830	721,690	0,434	310,396	0,030	8,968	110,175	283,691	64,015	106,294		
		5-11 классы	880	33,012	26,032	123,910	900,472	0,660	361,641	0,033	11,719	137,885	263,603	71,724	106,428		
	Полдник	1-4 классы	278	6,558	4,812	48,630	269,376	0,020	4,000				14,000	14,000	8,000	0,600	
		5-11 классы	290	7,668	5,535	64,880	328,480	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	
Питища																
1-я неделя																
Завтрак																
Фрукты	1-4 классы	24 от 1996г	160	0,600		14,700	87,000									
	5-11 классы	24 от 1996г	160	0,600		14,700	87,000									
Каша рисовая молочная жидкая с маценом-саварой	1-4 классы	114 от 2008г	180	11,988	14,844	29,730	242,900	0,019		0,020	0,293	8,919	23,407	5,001	0,452	
	5-11 классы	114 от 2008г	210	12,760	17,584	37,963	267,977	0,025		0,020	0,362	8,792	30,786	6,018	0,594	
чай с лимоном	1-4 классы	629 от 1996г	187	0,243	0,048	13,761	63,710	0,009	2,801			3,111	1,540	0,840	0,050	
	5-11 классы	629 от 1996г	187	0,243	0,048	13,761	63,710	0,009	2,801			3,111	1,540	0,840	0,050	
Батон	1-4 классы	ГОСТ 31805-2018	040	3,180	0,400	20,760	94,400	0,050				1,000	10,000	32,800	13,200	0,800
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2018	050	3,850	0,500	25,900	118,000	0,070				1,250	12,500	41,000	16,600	0,700
Питища																
1-я неделя																
Обед																
Салат из белокочанной капусты/Салат из огурцов	1-4 классы	82 от 1997г	090	0,920	3,000	5,958	53,594	0,032	23,950			1,290	24,876	17,993	0,848	0,489
	5-11 классы	82 от 1997г	100	1,000	3,300	6,661	60,292	0,059	30,960			2,160	41,494	29,669	16,424	0,815
Распорожен протертый суп с овсянкой	1-4 классы	42 от 2008г	210	2,388	5,888	16,298	116,570	0,099	12,850	0,006	1,771	24,260	54,000	19,240	0,808	
	5-11 классы	42 от 2008г	260	2,785	6,670	20,300	142,816	0,108	16,050	0,006	2,211	28,100	65,990	23,800	1,007	
Суп(диетический) из курицы с соусом	1-4 классы	50 от 1997г	090	11,648	8,655	2,097	189,962	0,000	0,960	0,000	1,308	2,794	5,152	2,472	26,808	
	5-11 классы	50 от 1997г	100	12,895	9,786	2,094	207,500	0,004	0,720	0,000	1,798	2,073	3,984	1,854	27,628	
Картофель и овощи тушеные	1-4 классы	251 от 1997г	189	3,670	11,419	39,220	250,074	0,215	36,626		4,787	23,400	108,528	43,576	1,822	
	5-11 классы	251 от 1997г	180	4,413	13,703	42,264	305,018	0,258	42,790		5,748	28,080	130,230	52,260	1,948	
Компот из сухофруктов	1-4 классы	283 от 2008г	180	0,878		32,139	126,104	0,009	0,549			30,740	21,137	10,470	4,158	
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	090	1,520	0,180	6,940	45,260	0,022			0,280	30,740	21,137	10,470	4,158	
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,290	0,270	14,910	67,800	0,033			0,600	4,000	13,000	2,800	0,180	
	5-11 классы	ГОСТ 29993-2015	030	1,190	0,200	6,419	38,000	0,016			0,280	4,200	11,400	3,800	0,400	
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 29993-2015	050	1,693	0,300	9,834	57,000	0,024			0,500	6,300	20,100	5,700	0,800	
Питища																
1-я неделя																
Полдник																
Халва ореховая (ореховая)	1-4 классы	39 от 1997г	050	1,900	15,100	30,140	283,000									
	5-11 классы	39 от 1997г	050	1,900	15,100	30,140	283,000									
Йогурт	1-4 классы	11 от 87 от 1996г	100	6,000	1,500	3,900	51,000	0,030	0,800	0,010		74,000	95,000	15,000	0,100	
	5-11 классы	11 от 87 от 1996г	100	6,000	1,500	3,900	51,000	0,030	0,800	0,010		74,000	95,000	15,000	0,100	
Итого:																
	Завтрак	1-4 классы	637	16,86	16,33	76,95	447,110	0,28	2,90	0,02	1,29	26,03	67,76	19,04	1,14	
		5-11 классы	597	17,66	18,13	82,37	415,797	0,48	2,90	0,02	1,60	24,40	72,33	23,96	1,43	
		1-4 классы	730	22,040	38,956	108,078	796,448	0,381	73,934	0,008	9,723	114,762	237,217	89,216	24,188	
		5-11 классы	880	26,451	36,078	134,282	890,826	0,483	100,019	0,008	12,917	142,787	295,770	120,738	36,425	
	Обед	1-4 классы	160	6,660	16,660	33,840	314,000	0,030	0,600	0,010	0,000	124,000	95,000	15,000	0,100	
		5-11 классы	150	6,900	18,600	33,940	314,000	0,030	0,600	0,010	0,000	124,000	95,000	15,000	0,100	

* делится на 0,01 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				
													Завтрак				
Кондитерские изделия	1-4 классы	29 СБ 1997г.	025	0,800	7,550	15,070	131,500										
	5-11 классы	29 СБ 1997г.	025	0,800	7,550	15,070	131,500										
Каша молочная жидкая «Дружба» с маслом, сахаром	1-4 классы	102 СБ 2008г.	220	8,291	6,584	24,037	185,300	0,081		0,040	0,680	9,270	42,180	14,560	1,105		
	5-11 классы	102 СБ 2008г.	220	10,988	7,324	31,238	210,508	0,097		0,040	0,769	10,803	50,216	17,412	1,316		
Какао растворимый	1-4 классы	162 СБ 1997г.	204	3,548	2,728	17,070	138,000	0,021	0,000	0,018	0,061	109,170	81,900	12,800	0,941		
	5-11 классы	162 СБ 1997г.	204	3,580	2,728	17,070	138,000	0,021	0,000	0,016	0,061	109,170	81,900	12,800	0,941		
Бульбободы с повидлом	1-4 классы	2 СБ 1997г.	2940	3,250	0,400	27,385	156,130	0,083	0,128								
	5-11 классы	2 СБ 1997г.	2950	4,050	0,500	32,275	179,750	0,078	0,125			16,000	43,250	18,250	1,200		
Понедельник													2-я неделя				
													Обед				
Салат из свеклы отварной	1-4 классы	23 СБ 2008г.	580	0,688	8,997	8,156	106,330	0,011	5,700		1,340	21,090	24,510	24,510	0,798		
	5-11 классы	23 СБ 2008г.	590	1,816	8,995	10,280	145,530	0,019	6,600		2,233	36,180	40,850	40,850	1,390		
Суп вегетарианский с макаронными изделиями	1-4 классы	39 СБ 1992г.	202	2,272	2,138	10,156	100,420	0,094		0,074	14,000	53,800	19,240	0,732			
	5-11 классы	39 СБ 1992г.	250	2,840	2,673	23,945	175,526	0,118	18,500		1,543	17,500	65,500	24,160	0,887		
Тертые овощи с соусом	1-4 классы	42 СБ 1992г.	090	6,802	7,114	0,023	121,804	0,022	2,480		2,146	6,932	20,641	6,067	37,071		
	5-11 классы	42 СБ 1992г.	100	7,220	9,414	11,784	158,784	0,027	2,620		2,654	10,677	25,617	6,746	21,966		
Пюре картофельное	1-4 классы	270 СБ 1992г.	150	16,131	5,924	40,345	280,285	0,029		0,021	6,479	65,418	158,888	63,517	4,809		
	5-11 классы	270 СБ 1992г.	180	17,358	8,908	48,316	342,340	0,754		0,025	7,776	78,103	180,871	73,942	5,879		
Напиток лимонный	1-4 классы	288 СБ 2008г.	180	0,130		22,075	88,328	0,006	5,780								
	5-11 классы	288 СБ 2008г.	180	0,130		22,075	88,328	0,006	5,780								
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27904-88	020	1,500	0,760	6,840	45,200	0,022		0,280							
	5-11 классы	ГОСТ 27904-88	030	2,290	0,270	14,910	67,600	0,033		0,500							
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26963-2015	020	1,102	0,200	6,418	38,500	0,016		0,280	4,200	17,400	3,800	0,400			
	5-11 классы	ГОСТ 26963-2015	030	1,853	0,300	9,824	57,500	0,024		0,600	6,300	28,100	5,700	0,600			
Понедельник													2-я неделя				
													Полдник				
Сок фруктовый (1 литр)	1-4 классы	263 СБ 2008г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000			14,000	14,000	5,000	0,600		
	5-11 классы	263 СБ 2008г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000			14,000	14,000	5,000	0,600		
Суп	1-4 классы	С.ТО 11083300-003	016	3,680	3,800		47,400		0,010	0,025	0,080	109,000	102,000	6,600	158,000		
	5-11 классы	С.ТО 11083300-003	025	5,820	5,470		74,080		0,180	0,069	0,084	201,580	150,370	10,325	212,600		
Батон	1-4 классы	ГОСТ 27905-2016	040	3,160	0,400	20,780	94,400	0,060									
	5-11 классы	ГОСТ 27905-2016	050	3,990	0,600	26,990	118,000	0,075									
ИТОГО:	Завтрак	1-4 классы	819	18,83	17,28	83,28	610,950	0,117	11,03	0,316	0,776	181,84	159,19	49,11	3,16		
		5-11 классы	840	19,038	16,102	86,643	660,185	0,202	11,026	0,268	0,840	184,773	178,368	49,192	3,467		
		5-11 классы	870	33,077	30,550	110,613	893,316	0,582	34,680	0,026	11,806	167,927	358,408	161,316	37,072		
	Обед	1-4 классы	288	7,740	3,800	44,160	235,800	0,080	4,610	0,026	1,060	163,000	148,800	38,000	137,200		
		5-11 классы	376	10,840	6,870	48,350	298,080	0,096	4,787	0,089	1,344	238,060	214,376	36,126	213,860		
		5-11 классы	376	10,840	6,870	48,350	298,080	0,096	4,787	0,089	1,344	238,060	214,376	36,126	213,860		
Полдник	1-4 классы	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000			14,000	14,000	5,000	0,600			
	5-11 классы	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000			14,000	14,000	5,000	0,600			
	5-11 классы	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000			14,000	14,000	5,000	0,600			

«Добрыня» 001 марта

Цибличное 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		З-я неделя		Завтрак												
Огурцы порционно	1-4 классы 522 СБ 1999г	020	0,140		0,360	2,090	0,004	1,400	0,006	0,020	3,400	8,400		0,004		
	5-11 классы 522 СБ 1999г	030	0,210		0,540	3,090	0,005	2,100	0,008	0,030	5,100	12,600		0,006		
Мюсли "Куриные" с соусом	1-4 классы 423 СБ 1999г	080	8,844	10,090	9,974	133,188	0,020	1,160	0,003	1,300	5,192	14,492	4,956	39,970		
	5-11 классы 423 СБ 1999г	100	11,340	13,566	12,404	175,920	0,025	1,020	0,002	2,210	6,530	3,894	4,846	27,818		
Каша гречневая рассыпчатая	1-4 классы 453 СБ 1999г	160	7,716	5,364	26,323	232,585	0,255		0,021	4,160	30,395	154,821	0,158	2,965		
	5-11 классы 453 СБ 1999г	180	8,716	6,450	32,561	276,971	0,308		0,025	4,980	36,456	186,444	0,189	3,580		
Каша из овсяки и яблок	1-4 классы 702 СБ 1997г	200	0,080		33,562	127,780	0,004	0,720			0,480	2,400	4,000	0,152		
	5-11 классы 702 СБ 1997г	200	0,080		33,562	127,780	0,004	0,720			0,480	2,400	4,000	0,152		
Хлеб пшеничный	1-4 классы ТООТ 27844-88	020	1,920	0,180	9,945	45,200	0,022				0,280	4,000	13,000	2,800	0,180	
	5-11 классы ТООТ 27844-88	025	1,900	0,200	12,425	58,600	0,028				0,420	5,000	16,200	3,500	0,235	
Хлеб ржаной	1-4 классы ТООТ 26963-2015	020	1,100	0,200	6,418	38,000	0,016				0,260	4,200	11,400	3,800	0,400	
	5-11 классы ТООТ 26963-2015	025	1,378	0,250	8,020	47,500	0,020				0,420	5,250	21,750	4,750	0,500	
Вторник		З-я неделя		Обед												
Викорос яловичий	1-4 классы 00 СБ 1999г	060	1,167	5,103	5,285	76,707	0,036				2,695	14,130	20,238	11,198	0,490	
	5-11 классы 00 СБ 1999г	100	1,945	8,332	8,142	132,845	0,059				4,494	23,550	43,790	20,330	0,819	
Шницель куриний с картошкой и сметаной	1-4 классы 120 СБ 1999г	210	1,804	5,530	8,821	86,780	0,056	25,510	0,098		7,774	37,540	43,204	18,240	19,102	
	5-11 классы 120 СБ 1999г	260	2,161	6,336	10,959	104,305	0,082	33,125	0,006		2,214	44,915	69,455	27,550	23,875	
Ежик в соусе	1-4 классы 202 СБ 2008г	080	10,800	10,114	13,843	163,904	0,022	2,450	0,003		1,306	8,822	20,541	6,957	37,071	
	5-11 классы 202 СБ 2008г	100	13,500	12,414	15,784	200,754	0,027	2,800	0,002		1,798	10,617	26,617	6,746	27,956	
Макаронные изделия с мясом	1-4 классы 140 СБ 1999г	160	5,365	4,285	37,247	203,780	0,087		0,021		1,193	10,427	45,356	9,306	6,622	
	5-11 классы 140 СБ 1999г	180	6,437	5,177	46,011	244,926	0,100		0,025		1,431	12,512	64,426	9,967	6,746	
Чай с лимоном	1-4 классы 629 СБ 1999г	057	0,243	0,045	13,761	60,710	0,003				2,801	3,111	1,540	0,840	0,260	
	5-11 классы 629 СБ 1999г	067	0,243	0,045	13,761	63,710	0,003				2,801	3,111	1,540	0,840	0,260	
Хлеб пшеничный	1-4 классы ТООТ 27844-88	020	1,920	0,180	9,945	45,200	0,022				0,280	4,000	13,000	2,800	0,180	
	5-11 классы ТООТ 27844-88	030	2,260	0,270	14,515	67,800	0,033				0,500	6,000	19,600	4,200	0,270	
Хлеб ржаной	1-4 классы ТООТ 26963-2015	020	1,100	0,200	6,418	38,000	0,016				0,280	4,200	11,400	3,800	0,400	
	5-11 классы ТООТ 26963-2015	030	1,353	0,260	8,624	47,000	0,024				0,500	6,300	20,100	5,700	0,500	
Вторник		З-я неделя		Полдник												
Булочка "Золотая"	1-4 классы	075	4,950	3,975	41,100	240,290										
	5-11 классы	100	6,600	4,900	62,800	327,000										
Сок фруктовый (1 л)	1-4 классы 293 СБ 2008г	200	1,000		23,400	84,000	0,020					14,000	14,000	8,000	0,600	
	5-11 классы 293 СБ 2008г	200	1,000		23,400	84,000	0,020					14,000	14,000	8,000	0,600	
Итого:	Завтрак	1-4 классы	960	19,802	16,194	88,566	578,711	0,311	3,280	0,008		6,046	48,258	210,312	15,315	40,891
		5-11 классы	960	23,922	20,306	99,502	699,451	0,369	3,940	0,016		8,069	68,826	242,338	17,756	32,781
	Обед	1-4 классы	737	22,003	26,528	96,493	870,091	0,251	37,291	0,030		7,829	83,230	187,112	63,141	67,966
		5-11 классы	887	28,040	33,068	120,181	890,372	0,332	47,948	0,033		19,937	106,826	223,418	70,333	84,363
	Полдник	1-4 классы	276	6,960	3,375	76,600	338,280	0,020	4,000	0,008		0,000	14,000	14,000	8,000	0,600
5-11 классы		300	7,820	4,690	86,200	421,000	0,020	4,000	0,010		0,000	14,000	14,000	8,000	0,600	

* действует с 01 марта

Циклическое меню

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес Блюда	Пищевая ценность (г)			Эм. ценности (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)					
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо		
Завтрак																
Сведа																
2-я неделя																
Йогурт	1-4 классы	ТУ 10.61.66-045-	100	5,000	1,500	3,500	51,000	0,030	0,800	0,010		124,000	85,000	15,000	0,100	
	5-11 классы	ТУ 10.61.66-045-	100	5,000	1,500	3,500	51,000	0,030	0,800	0,010		124,000	85,000	15,000	0,100	
Оладьи с маком и сушенными	1-4 классы	882 СБ.1999-	200	10,690	14,380	64,500	430,694	0,215	1,238	0,044	3,922	215,892	236,287	40,677	2,361	
	5-11 классы	882 СБ.1999-	200	14,695	17,304	81,148	554,349	0,273	1,520	0,054	5,025	255,879	290,726	48,670	3,021	
Чай с сахаром	1-4 классы	628 СБ.1999-	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001			0,345			0,053	
	5-11 классы	628 СБ.1999-	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001			0,345			0,053	
Обед																
2-я неделя																
Салат из моркови и яблок/Салат из помидоров*	1-4 классы	11 СБ.2008-	100	0,912	6,031	6,676	69,420	0,024	2,154		3,751	18,702	21,210	15,708	0,085	
	5-11 классы	11 СБ.2008-	100	0,853	7,750	14,494	149,000	0,040	3,590		4,584	31,170	35,350	26,180	0,142	
Борош с маком и маком/Борош с сметаной	1-4 классы	110 СБ.1999-	310	3,633	5,922	11,708	96,040	0,048	16,830	0,008	1,819	37,900	45,972	21,120	55,044	
	5-11 классы	110 СБ.1999-	390	4,217	6,528	14,562	117,200	0,060	21,025	0,008	2,270	45,125	55,915	33,650	70,093	
Батончик с соусом	1-4 классы	423 СБ.1999-	90	10,843	10,030	6,974	133,166	0,000	1,160	0,000	1,306	5,792	14,482	4,568	36,970	
	5-11 классы	423 СБ.1999-	100	12,665	13,538	12,404	175,500	0,025	1,620	0,002	2,210	8,039	3,894	4,846	27,819	
Харчо/Харчо с рисом	1-4 классы	472 СБ.1999-	150	3,263	4,497	29,370	194,200	0,161	25,875	0,025	0,144	41,310	35,910	34,805	1,390	
	5-11 классы	472 СБ.1999-	150	3,815	6,080	31,644	200,040	0,190	31,050	0,031	0,172	49,672	115,082	30,365	1,668	
Каша из суфле/Каша	1-4 классы	293 СБ.2009-	100	0,676		32,139	130,104	0,005	0,649			30,745	21,167	15,470	4,158	
	5-11 классы	293 СБ.2009-	180	0,678		35,736	126,104	0,005	0,549						4,158	
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27944-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022				0,280	4,000	13,000	3,800	0,180
	5-11 классы	ГОСТ 27944-88	030	2,280	0,270	14,010	67,800	0,039				0,900	6,000	19,500	4,200	0,270
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 21935-2013	020	1,150	6,200	6,416	38,000	0,016				0,280	4,200	17,400	3,600	0,400
	5-11 классы	ГОСТ 21935-2013	030	1,653	6,300	9,624	57,000	0,024				0,500	6,300	26,100	5,700	0,600
Полдник																
2-я неделя																
Сек фруктов/Сек	1-4 классы	283 СБ.2009-	200	1,200		23,400	94,000	0,020	4,000			14,000	14,000	8,000	0,800	
	5-11 классы	293 СБ.2009-	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000			14,000	14,000	8,000	0,800	
Кондитерские изделия (вафель)	1-4 классы	29 СБ.1997-	300	1,800	75,100	30,140	203,000									
	5-11 классы	29 СБ.1997-	350	1,500	15,100	30,140	203,000									
ИТОГО:	Завтрак	1-4 классы	560	15,990	18,945	83,073	639,881	0,248	1,828	0,034	3,922	321,038	323,287	86,577	2,614	
		5-11 классы	560	15,990	18,945	83,073	639,881	0,248	1,828	0,034	3,922	321,038	323,287	86,577	2,614	
		5-11 классы	560	15,990	18,945	83,073	639,881	0,248	1,828	0,034	3,922	321,038	323,287	86,577	2,614	
	Обед	1-4 классы	730	21,951	25,166	108,235	832,160	0,296	28,588	0,035	6,680	123,840	229,120	103,261	99,227	
		5-11 классы	880	26,452	33,610	178,747	878,084	0,380	37,234	0,039	10,239	175,446	275,988	120,412	104,708	
		5-11 классы	880	26,452	33,610	178,747	878,084	0,380	37,234	0,039	10,239	175,446	275,988	120,412	104,708	
Полдник	1-4 классы	250	2,800	15,100	63,640	367,000	0,020	4,000	0,000	0,000	14,000	14,000	8,000	6,600		
	5-11 классы	250	2,800	15,100	63,640	367,000	0,020	4,000	0,000	0,000	14,000	14,000	8,000	6,600		

* - 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	
Четверг													2-я неделя			
Отури солёные	1-4 классы	24 СБ 1988*	040	1,120	0,550	8,440							10,000	8,000		0,480
	5-11 классы	24 СБ 1988*	040	1,120	0,550	8,440							10,000	8,000		0,480
Плов из Тарады	1-4 классы	183 СБ 2003*	200	14,871	18,213	40,528	362,073	0,108	2,697		3,849	33,235	68,123	21,137	3,101	
	5-11 классы	183 СБ 2003*	200	17,996	17,934	54,034	433,536	0,128	3,596		3,850	41,941	90,771	27,626	3,449	
Чай с сахаром	1-4 классы	628 СБ 1995*	200	0,200	0,051	15,010	57,267						0,348			0,053
	5-11 классы	628 СБ 1995*	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001				0,348			0,053
Хлеб пшеничный	1-4 классы	10021 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033			0,500	6,300	19,500	4,200	0,270	
	5-11 классы	10021 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033			0,500	6,300	19,500	4,200	0,270	
Хлеб ржаной	1-4 классы	10027 26983-2015	030	1,853	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	5,300	25,100	5,700	0,600	
	5-11 классы	10027 26983-2015	030	1,853	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	5,300	25,100	5,700	0,600	
Четверг													2-я неделя			
Обед																
Салат из бело-кочной капусты/Салат из кукурузы*	1-4 классы	82 СБ 1997*	080	0,920	3,035	8,803	63,994	0,032	21,950		1,288	34,878	17,993	9,848	0,499	
	5-11 классы	82 СБ 1997*	100	1,150	5,005	9,051	69,292	0,050	39,950		2,183	41,184	29,059	18,424	0,879	
Суп картофельный с горохом	1-4 классы	138 СБ 1998*	200	4,748	4,302	18,572	127,983	0,202	3,300		3,215	29,820	69,500	29,290	1,999	
	5-11 классы	138 СБ 1998*	250	5,933	5,178	23,275	156,475	0,253	4,125		4,019	32,275	89,875	39,290	1,945	
Макаронные изделия с соусом	1-4 классы	102 СБ 2008*	80	9,984	5,499	9,271	95,702	0,059	1,840	0,022	1,717	14,398	29,794	31,481	29,195	
	5-11 классы	102 СБ 2008*	100	12,984	7,316	12,368	129,036	0,078	2,395	0,30	2,309	20,182	40,117	43,305	28,422	
Паста/Макаронные изделия с соусом	1-4 классы	201 СБ 1907*	180	3,876	11,419	35,320	250,013	0,218	39,529		4,787	24,400	106,526	43,875	1,622	
	5-11 классы	201 СБ 1907*	180	4,410	13,703	42,384	300,015	0,256	49,750		5,745	28,080	130,230	52,290	1,846	
Сок/Фруктовый	1-4 классы	263 СБ 2009*	180	0,800		21,360	84,800	0,018	3,800		14,400	16,200	9,000	0,300		
	5-11 классы	263 СБ 2009*	180	0,800		21,360	84,800	0,018	3,800		0,280	4,000	13,000	2,800	0,180	
Хлеб пшеничный	1-4 классы	10021 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033			0,500	6,300	19,500	4,200	0,270	
	5-11 классы	10021 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033			0,280	4,300	17,400	3,800	0,400	
Хлеб ржаной	1-4 классы	10027 26983-2015	030	1,853	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	5,300	25,100	5,700	0,600	
	5-11 классы	10027 26983-2015	030	1,853	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	5,300	25,100	5,700	0,600	
Четверг													2-я неделя			
Полдник																
Яйца/	1-4 классы	79 10 51 58 045	100	6,000	1,000	3,000	61,000	0,030	0,600	0,010			124,000	95,000	15,000	0,100
	5-11 классы	79 10 51 58 045	100	6,000	1,000	3,000	61,000	0,030	0,600	0,010			124,000	95,000	15,000	0,100
Кондитерские изделия (печенье)	1-4 классы	29 СБ 1997*	080	1,800	16,100	30,440	289,000									0,800
	5-11 классы	29 СБ 1997*	080	1,800	16,100	30,440	289,000									0,800
ИТОГО:	Завтрак	1-4 классы	500	19,924	16,834	60,582	580,580	0,163	2,598	0,000	3,849	56,981	121,723	31,037	1,804	
		5-11 классы	560	23,279	18,565	92,056	822,043	0,183	3,598	0,000	4,950	64,507	144,371	37,529	1,868	
	Обед	1-4 классы	720	21,953	24,003	108,447	994,559	0,552	74,320	0,022	11,617	111,894	272,362	129,894	33,802	
		5-11 классы	870	27,110	31,172	133,230	987,280	0,717	100,220	0,030	15,317	148,702	349,981	166,469	34,389	
Полдник	1-4 классы	160	6,800	16,600	33,640	314,000	0,030	0,600	0,010	0,000	124,000	96,000	15,000	0,700		
	5-11 классы	180	8,600	18,600	33,640	314,000	0,030	0,600	0,010	0,000	124,000	96,000	15,000	0,700		

* 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			
Питание																	
2-я неделя																	
Завтрак																	
Икра кабачковая (порционная)	1-4 классы	31 СБ.1997	020	0,400	1,800	1,720	34,400	0,004	1,400				5,200	10,400	7,000	1,400	
	5-11 классы	31 СБ.1997*	020	0,800	2,700	2,580	36,600	0,006	2,100				12,300	20,100	10,500	2,100	
Стейк(Шницель) из курятины с соусом	1-4 классы	220 СБ.1997	090	11,548	8,556	2,097	169,992	0,006	0,960	0,003	1,308	2,764	5,192	2,472	38,858		
	5-11 классы	220 СБ.1997*	100	12,895	9,188	5,054	207,500	0,004	0,720	0,002	1,788	2,073	3,884	1,854	27,628		
Макаронные изделия отварные	1-4 классы	456 СБ.1995	150	5,355	4,250	37,247	203,780	0,087				0,021	1,190	10,427	45,359	8,306	0,622
	5-11 классы	456 СБ.1995*	180	5,437	5,117	49,011	244,520	0,105				0,025	1,431	12,512	54,425	8,997	0,746
Колот из куряти	1-4 классы	280 СБ.2008	200	1,924		44,343	178,540	0,037	1,480				635,690	54,020	38,850	0,060	
	5-11 классы	280 СБ.2008*	200	1,924		44,343	178,540	0,037	1,480				635,690	54,020	38,850	0,060	
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,522	0,160	8,940	45,260	0,022				0,280	4,000	13,000	2,800	0,180	
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	025	1,900	0,225	12,425	58,900	0,028				0,420	5,000	16,250	3,500	0,225	
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 20983-2015	020	1,102	0,200	5,418	36,000	0,016				0,280	4,200	17,400	3,600	0,400	
	5-11 классы	ГОСТ 20983-2015	025	1,378	0,250	8,020	47,900	0,020				0,420	5,250	21,750	4,750	0,500	
Питание																	
2-я неделя																	
Обед																	
Салат картофельный с зеленым горошком	1-4 классы	31 СБ.2008*	090	4,901	4,955	7,700	97,208	0,058	8,160	0,021	2,784	9,948	39,096	13,884	0,576		
	5-11 классы	31 СБ.2008*	100	3,106	11,684	12,888	182,960	0,098	13,600	0,036		18,580	66,080	23,140	0,960		
Суп из овощей	1-4 классы	132 СБ.1996	200	3,514	3,025	10,490	76,406	0,079	17,800			1,550	18,680	41,380	17,180	0,235	
	5-11 классы	132 СБ.1996*	260	3,880	4,405	13,113	96,938	0,081	22,250			1,937	23,020	50,470	21,475	0,295	
Тыфлялы с супом	1-4 классы	423 СБ.1995	060	6,602	7,114	9,820	121,904	0,022	2,450			2,148	8,822	20,641	6,957	37,071	
	5-11 классы	423 СБ.1995*	100	7,201	9,418	11,784	188,764	0,027	2,820			2,564	10,677	25,617	8,746	27,865	
Рис отварной	1-4 классы	465 СБ.1995	180	3,856	3,218	41,900	218,038	0,024			0,021	0,402	14,580	63,730	11,543	0,960	
	5-11 классы	465 СБ.1995*	180	4,047	0,287	50,169	292,845	0,053			0,030	0,482	17,495	64,478	13,651	1,163	
Чай с лимоном	1-4 классы	629 СБ.1995	187	0,243	0,048	13,761	53,710	0,003	2,801			3,111	1,640	0,640	0,020		
	5-11 классы	629 СБ.1995*	187	0,243	0,048	13,761	53,710	0,003	2,801			3,111	1,640	0,640	0,020		
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,160	9,940	48,300	0,022				0,280	4,000	13,000	2,800	0,180	
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	020	2,280	0,270	14,810	67,800	0,033				0,500	6,000	18,500	4,200	0,270	
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 20983-2015	020	1,102	0,200	6,418	38,000	0,016				0,280	4,200	17,400	3,600	0,400	
	5-11 классы	ГОСТ 20983-2015	025	1,378	0,250	9,624	57,000	0,024				0,500	6,300	25,100	5,700	0,620	
Питание																	
2-я неделя																	
Полдник																	
Сок фруктовый (1 л)	1-4 классы	283 СБ.2008*	200	1,000		23,400	94,000	0,050	4,000			14,000	14,000	8,000	0,600		
	5-11 классы	283 СБ.2008*	200	1,000		23,400	94,000	0,050	4,000			14,000	14,000	8,000	0,600		
Пирожок с яблоком	1-4 классы	275	5,858	4,912	28,220	193,375											
	5-11 классы	090	5,858	5,305	31,480	234,464											
ИТОГО:	Завтрак	1-4 классы	600	21,559	16,610	101,783	657,892	0,172	3,810	0,024	3,058	665,281	148,371	63,228	39,560		
		5-11 классы	690	25,134	17,480	118,473	788,088	0,200	4,350	0,027	3,059	872,628	170,440	69,421	31,265		
	Обед	1-4 классы	721	21,890	23,239	99,788	651,614	0,138	31,221	0,046	7,462	63,841	186,727	66,004	39,838		
		5-11 классы	871	22,617	31,751	126,243	857,712	0,229	41,471	0,067	5,873	83,784	262,768	76,652	31,854		
Полдник	1-4 классы	375	6,558	4,812	48,628	189,375	0,028	4,000	0,000	0,000	14,000	14,000	8,000	0,600			
	5-11 классы	294	7,869	6,636	54,889	328,350	0,028	4,000	0,000	0,000	14,000	14,000	8,000	0,600			

* действует с 01 марта