

СОГЛАСОВАНО:
Директор ГБОУ СОШ(ООШ)

Исх. Кошелева

Исх. Кошелева



«01» _____ 09 _____ 20 25 г.

Согласовано:

Исх. Кошелева

Исх. Кошелева

«01» _____ 09 _____ 20 25 г.



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

Исх. Кошелева

«01» _____ 09 _____ 20 25 г.

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

Осенне-зимнее (весеннее - *)

Либличное меню

Наименование блюда		№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)					
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо			
Понедельник		1-я неделя		Завтрак														
Кукуруза консервированная	1-4 классы	24 С6.1996г.	020	0,700	0,560	3,120	20,200	0,080					9,200				0,034	
	5-11 классы	24 С6.1996г.	030	1,050	0,840	4,680	30,300	0,120					13,800				0,126	
Сосиски отварные с соусом	1-4 классы	423 С6.1996г.	90	5,461	7,054	2,094	97,667	0,020	1,160	0,003	1,306	5,792	3,200	4,558	25,258		0,26	
	5-11 классы	423 С6.1996г.	100	5,521	7,124	2,203	98,124	0,025	1,200	0,003	2,210	6,539	3,894	4,846	27,818		0,27	
Макаронные изделия отварные	1-4 классы	469 С6.1996г.	150	5,365	4,266	37,247	203,790	0,087					10,427	45,359	8,306	0,622	0,62	
	5-11 классы	469 С6.1996г.	180	6,437	5,117	46,011	244,528	0,105			1,431	12,512	54,426	9,967	0,746	0,74	0,74	
Чай с сахаром	1-4 классы	628 С6.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001			0,053	0,346			0,053		
	5-11 классы	628 С6.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001			0,053	0,346			0,053		
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180	0,18	0,18	
	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	0,22	0,22	
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	0,410	0,41	0,41	
	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	0,510	0,51	0,51	
Понедельник		1-я неделя		Обед														
Салат из моркови с чесноком/Салат картофельный с сельдью*	1-4 классы	60 С6.1996г.	060	0,663	12,036	3,487	124,356	0,035	5,520		2,696	14,130	26,268	12,198	0,490	0,49	0,49	
	5-11 классы	60 С6.1996г.	100	1,105	20,060	5,812	207,260	0,058	9,200		4,494	23,550	43,780	20,330	0,816	0,81	0,81	
Суп картофельный с горохом	1-4 классы	138 С6.1996г.	200	4,746	4,302	18,572	127,590	0,202	9,300		3,215	25,820	69,500	28,200	1,556	1,55	1,55	
	5-11 классы	138 С6.1996г.	250	5,933	5,378	23,215	159,475	0,253	11,625		4,019	32,275	86,875	35,250	1,945	1,94	1,94	
Стейк/Шницель из курицы с соусом	1-4 классы	520 С6.1997г.	090	11,648	8,565	2,097	119,992	0,006	0,960	0,003	1,306	2,764	5,192	2,472	36,838	0,64	0,64	
	5-11 классы	520 С6.1997г.	100	12,895	9,188	5,094	207,500	0,004	0,720	0,002	1,798	2,073	3,894	1,854	27,628	0,64	0,64	
Карпс тушеная	1-4 классы	482 С6.1996г.	150	3,593	5,267	16,511	123,461	0,111	88,320		2,241	83,598	62,415	31,572	84,096	0,64	0,64	
	5-11 классы	482 С6.1996г.	180	4,316	6,321	19,838	148,280	0,133	105,985		2,689	100,330	74,925	37,886	101,658	0,64	0,64	
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	4,15	4,15	
	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	4,15	4,15	
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180	0,18	0,18	
	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	0,27	0,27	
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	0,410	0,41	0,41	
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600	0,60	0,60	
ИТОГО:		Завтрак		600	14,348	12,310	73,827	462,124	0,226	1,161	0,024	3,069	33,966	78,969	19,464	26,617	26,61	26,61
	5-11 классы		660	16,486	13,632	88,349	634,219	0,238	1,201	0,028	4,481	43,447	96,320	23,063	29,458	29,45	29,45	29,45
	1-4 классы		720	24,160	30,660	89,162	704,693	0,397	104,649	0,003	10,018	165,282	214,912	97,612	128,228	128,22	128,22	128,22
	5-11 классы		870	29,060	41,617	110,632	973,419	0,510	128,079	0,002	14,000	201,268	276,211	121,690	136,486	136,48	136,48	136,48

* - действует с 01 марта

Циклическое меню

Наименование блюда		№ рецепту-ры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо		
Вторник		1-я неделя		Завтрак													
Сыр	1-4 классы	СТО 71063300-003-2012	16	3,580	3,500	47,400	0,510	0,025	0,060	129,000	102,000	6,800	136,000				
	5-11 классы	СТО 71063300-003-2012	16	3,580	3,500	47,400	0,510	0,025	0,060	129,000	102,000	6,800	136,000				
	1-4 классы	423 Сб. 1996г.	90	10,843	10,030	9,974	1,160	0,003	1,306	5,792	14,492	4,558	36,570				
	5-11 классы	423 Сб. 1996г.	100	12,665	13,566	12,404	1,020	0,002	2,210	6,539	3,894	4,846	27,618				
	1-4 классы	465 Сб. 1996г.	150	3,868	5,218	41,803	0,044	0,027	0,402	14,580	53,730	11,543	0,986				
Рис отварной	5-11 классы	465 Сб. 1996г.	180	4,641	6,261	50,163	0,053	0,032	0,482	17,496	64,476	13,851	1,183				
	1-4 классы	629 Сб. 1996г.	207	0,263	0,051	15,262	0,003	2,801		3,111	1,540	0,840	0,090				
	5-11 классы	629 Сб. 1996г.	207	0,243	0,046	13,761	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	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	0,033		0,500	6,000	19,500	4,200	0,270				
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	0,016		0,280	4,200	17,400	3,800	0,410				
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	0,024		0,500	6,300	26,100	5,700	0,610				
Вторник		1-я неделя		Обед													
Салат из свежих помидоров, яблок и консервированных огурцов	1-4 классы	37 Сб 2015г.	060	1,276	1,836	7,317	0,044	7,078	0,813	12,707	28,457	10,584	0,553				
	5-11 классы	37 Сб 2015г.	100	2,126	3,060	12,196	0,073	11,796	1,354	21,177	47,427	17,639	0,888				
	1-4 классы	110 Сб 1996г.	210	3,833	5,522	11,708	0,048	16,830	1,819	37,900	45,972	27,120	56,044				
	5-11 классы	110 Сб 1996г.	260	4,217	6,528	14,562	0,060	21,025	2,270	45,125	55,915	33,650	70,053				
	1-4 классы	293 Сб 2015г.	180	13,826	12,099	21,343	0,201	28,500		806,489	86,914	35,855	2,530				
Пельмени отварные с бульоном	5-11 классы	293 Сб 2015г.	220	19,346	16,638	29,823	0,258	38,000		635,690	54,020	38,850	0,060				
	1-4 классы	280 Сб 2008г.	200	1,924		44,343	0,037	1,480		29,226	115,854	47,475	2,982				
	5-11 классы	280 Сб 2008г.	200	1,924		44,343	0,037	1,480		29,226	115,854	47,475	2,982				
	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	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	0,033		0,500	6,000	19,500	4,200	0,270				
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	0,016		0,280	4,200	17,400	3,800	0,410				
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	0,024		0,500	6,300	26,100	5,700	0,610				
ИТОГО:		Завтрак	603	21,176	19,179	83,396	0,105	4,471	0,065	2,328	160,683	202,162	30,341	174,626			
		Обед	680	23,481	26,496	116,834	0,361	72,301	0,006	4,124	737,218	292,716	141,814	74,213			
		6-11 классы	693	29,481	19,837	101,067	0,461	63,888	0,006	3,192	1600,986	246,763	119,009	69,717			
		5-11 классы	840	31,646	26,796	126,468	0,486	72,301	0,006	4,624	743,518	248,816	148,816	74,813			

* - действует с 01 марта

Циклическое меню

Наименование блюда		№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)		Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
				Белки	Жиры		Углеводы	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Среда		1-я неделя		Завтрак												
Овощи соевые	1-4 классы	24 Сб. 1996г.	020	0,560	0,260	3,220						5,000	4,000	0,240		
	5-11 классы	24 Сб. 1996г.	030	0,840	0,390	4,830						7,500	6,000	0,350		
	1-4 классы		90	8,944	10,030	9,974	133,166	0,056	3,700	1,276	14,540	19,460	39,142	92,185		
	5-11 классы	472 Сб. 1996г.	100	11,340	13,566	12,404	175,920	0,066	3,700	2,255	14,540	19,460	46,062	92,182		
	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		
Картфельное пюре	5-11 классы	702 Сб. 1997г.	180	3,916	5,396	31,644	166,040	0,193	31,050	0,031	0,172	49,572	115,092	39,366		
	1-4 классы	702 Сб. 1997г.	200	0,080	0,080	33,552	127,760	0,004	0,720		0,480	2,400	4,000	1,658		
	5-11 классы	702 Сб. 1997г.	200	0,080	0,080	33,552	127,760	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	0,250	12,425	56,500	0,028		0,420	5,000	16,250	3,500	0,225		
	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016		0,280	4,200	17,400	3,800	0,400		
Хлеб ржаной	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	025	1,378	0,250	8,020	47,500	0,020		0,420	5,250	21,750	4,750	0,500		
Среда		1-я неделя		Обед												
Салат из свеклы отварной	1-4 классы	23 Сб. 2008г.	060	0,969	6,997	6,156	109,330	0,011	5,700	1,340	21,090	24,510	24,510	0,738		
	5-11 классы	23 Сб. 2008г.	100	1,615	8,995	10,260	145,550	0,019	9,500	2,233	35,150	40,850	40,850	1,330		
	1-4 классы	139 Сб. 1996г.	250	2,840	2,673	23,945	125,525	0,118	16,500	1,343	17,500	63,500	24,050	0,817		
	5-11 классы	139 Сб. 1996г.	250	2,840	2,673	23,945	125,525	0,118	16,500	1,343	17,500	63,500	24,050	0,817		
	1-4 классы	193 Сб. 2008г.	150	15,849	10,407	34,868	295,808	0,106	2,697	2,849	33,235	68,123	21,137	3,107		
Плов из говядины	5-11 классы	628 Сб. 2008г.	200	14,671	16,213	40,528	362,073	0,126	3,595	3,650	41,941	90,771	27,628	3,449		
	1-4 классы	628 Сб. 2008г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001		0,346	13,000	2,800	0,053		
	5-11 классы	628 Сб. 1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001		0,346	13,000	2,800	0,180		
Чай с сахаром	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022		0,280	4,000	13,000	2,800	0,180		
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033		0,500	6,000	19,500	4,200	0,270		
	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016		0,280	4,200	17,400	3,800	0,400		
Хлеб пшеничный	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		
	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	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024		0,500	6,300	26,100	5,700	0,600		
	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024		0,500	6,300	26,100	5,700	0,600		
ИТОГО:		Завтрак	600	16,469	14,907	86,612	601,646	0,269	30,296	0,026	1,980	69,630	162,170	82,647		
Обед	1-4 классы	600	19,464	19,462	98,436	697,650	0,311	36,470	0,031	3,267	82,342	180,962	97,678	96,487		
	5-11 классы	810	22,480	20,608	96,336	671,130	0,273	24,898	0,000	6,092	80,371	186,553	76,297	6,419		
			810	23,269	28,602	114,277	816,216	0,320	29,696	0,000	8,226	107,237	240,721	102,428		

- Действует с 01 марта

Циклическое меню

Наименование блюда		№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо		
Четверг		1-я неделя			Завтрак												
Горшечек зеленый консервированный	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		
Голубцы ленивые с соусом	5-11 классы	31 С6.1997г.	030	0,930	0,600	2,130	12,300	0,033	3,000		0,360	4,800	15,900	6,300	0,210		
Макаронные изделия отварные	1-4 классы	428 С6.1996г.	90	7,630	10,170	9,450	158,000	0,022	1,150	0,003	1,306	5,967	15,412	4,748	36,991		
	5-11 классы	428 С6.1996г.	100	11,355	13,566	12,415	176,020	0,025	0,970	0,002	1,798	6,379	17,364	4,856	27,818		
Сок фруктовый	1-4 классы	469 С6.1996г.	150	5,365	4,265	37,247	203,790	0,087		0,021	1,193	10,427	45,359	8,306	0,622		
	5-11 классы	469 С6.1996г.	180	6,437	5,117	46,011	244,528	0,105	4,000	0,025	1,431	12,512	54,426	9,967	0,746		
Хлеб пшеничный	1-4 классы	293 С6.2008г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000		0,280	4,000	16,000	18,000	10,000	0,400	
	5-11 классы	293 С6.2008г.	200	1,000	0,180	9,940	45,200	0,022			0,420	5,000	16,250	3,500	0,225		
Хлеб ржаной	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,800	0,250	12,425	56,500	0,028			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400		
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	025	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,420	5,250	21,750	4,750	0,530		
Четверг		1-я неделя			Обед												
Винегрет овощной	1-4 классы	60 С6.1996г.	060	1,167	6,193	5,485	79,707	0,035	5,520		2,696	14,130	26,268	12,198	0,490		
Щи из свежей капусты с картошкой со сметаной	5-11 классы	60 С6.1996г.	100	1,945	8,321	9,142	132,845	0,058	9,200		4,494	23,550	43,780	20,330	0,816		
	1-4 классы	120 С6.1996г.	220	1,804	5,530	8,801	85,780	0,066	26,510	0,006	1,774	37,540	43,204	18,240	19,102		
ЕЖИКИ в соусе	5-11 классы	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	23,071		
	1-4 классы	202 С6.2008г.	090	10,802	10,114	13,843	163,904	0,022	2,460	0,003	1,306	8,822	20,641	5,957	37,071		
Каша гречневая рассыпчатая	5-11 классы	202 С6.2008г.	100	13,301	12,414	15,784	200,764	0,027	2,820	0,002	1,798	10,677	25,617	6,746	27,556		
	1-4 классы	463 С6.1996г.	150	7,716	5,364	26,323	232,585	0,255		0,021	4,160	30,396	154,621	0,158	2,985		
Напиток из шиповника	5-11 классы	463 С6.1996г.	180	8,715	6,460	32,561	276,971	0,306		0,025	4,989	36,456	185,444	0,189	3,580		
	1-4 классы	289 С6.2008г.	180	0,720		24,273	96,705	0,027	216,000		0,308	12,150	3,600	3,600	5,081		
Хлеб пшеничный	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180		
	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033			0,500	6,000	19,500	4,200	0,210		
Хлеб ржаной	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400		
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600		
Завтрак		1-4 классы	600	17,237	16,216	87,873	647,190	0,189	7,160	0,024	3,299	43,784	119,771	33,854	38,723		
Обед		5-11 классы	560	23,000	19,783	104,401	630,848	0,231	7,970	0,027	4,429	49,941	143,710	39,373	29,999		
		1-4 классы	740	24,831	27,601	96,081	741,881	0,443	260,490	0,030	10,804	111,238	278,734	46,763	66,309		
		5-11 классы	880	30,796	34,303	117,223	938,410	0,667	261,146	0,033	14,803	139,808	366,496	63,316	62,178		

* - Действует с 01 марта

Циклическое меню

Наименование блюда		№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витаминный (мг)					Минеральные вещества (мг)				
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо		
Пятница				Завтрак													
Фрукты	1-4 классы	24 сб. 1996г.	150	0,600	14,700	57,000											
	5-11 классы	24 сб. 1996г.	150	0,600	14,700	57,000											
	1-4 классы	114 сб. 2008г.	160	11,586	14,844	29,730	266,000	0,019									
	5-11 классы	114 сб. 2008г.	210	12,760	17,584	37,963	314,077	0,025									
	1-4 классы	629 сб. 1996г.	187	0,243	0,046	13,761	53,710	0,003	2,801								
Чай с лимоном	5-11 классы	629 сб. 1996г.	187	0,243	0,046	13,761	53,710	0,003	2,801								
	1-4 классы	ГОСТ 31805-2018	040	3,160	0,400	20,760	94,400	0,060									
Батон	1-4 классы	ГОСТ 31805-2018	040	3,160	0,400	20,760	94,400	0,060									
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2018	050	3,950	0,500	25,950	118,000	0,075									
Пятница				Обед													
1-я неделя																	
Салат из белокочанной капусты/Салат из огурцов*	1-4 классы	62 сб. 1997г.	060	0,929	3,003	5,968	53,564	0,032	23,950		1,298	24,878	17,963	9,848	0,489		
	5-11 классы	62 сб. 1997г.	100	1,560	5,005	9,951	89,292	0,053	39,950		2,163	41,494	29,959	16,424	0,616		
	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	0,898		
	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	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		
Котлеты куриные с соусом	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	27,556		
	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	1,652		
Картофель и овощи тушеные	5-11 классы	251 сб. 1997г.	180	4,410	13,703	42,264	300,015	0,258	42,750		5,745	28,080	130,230	52,290	1,946		
	1-4 классы	283 сб. 2008г.	180	0,878		32,139	126,104	0,005	0,549			30,740	21,137	16,470	4,188		
Компот из сухофруктов	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180		
	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270		
Хлеб пшеничный	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400		
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600		
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 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		
	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600		
Итого:		Завтрак	637	16,689	16,290	78,961	470,110	0,082	2,801	0,020	1,293	20,030	57,747	19,041	1,142		
Обед	1-4 классы	637	17,663	18,130	92,974	642,787	0,103	2,801	0,020	1,602	24,403	73,326	23,568	1,438			
	5-11 классы	730	21,794	30,604	119,824	793,567	0,387	7,643	0,009	9,722	120,320	382,666	101,680	44,728			
		Обед	880	26,867	38,302	144,972	983,790	0,606	102,119	0,008	12,917	161,391	318,493	126,630	36,763		

* - 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			Завтрак													
Икра кабачковая(порционно)	1-4 классы	31 Сб. 1997г.	020	0,400	1,800	1,720	24,400	0,004	1,400			8,200	13,400	7,000	1,400	
	5-11 классы	31 Сб. 1997г.	030	0,600	2,700	2,580	36,600	0,006	2,100			12,300	20,100	10,500	2,100	
	1-4 классы	423 Сб. 1996г.	090	6,802	7,114	9,623	121,904	0,022	2,460			8,822	20,641	5,957	37,071	
	5-11 классы	423 Сб. 1996г.	100	7,201	9,414	11,784	158,764	0,027	2,820			2,554	25,617	6,746	27,956	
	1-4 классы	482 Сб. 1996г.	150	3,593	5,267	20,611	148,561	0,111	88,320			2,241	83,598	62,415	84,606	
	5-11 классы	482 Сб. 1996г.	180	4,316	6,321	23,938	168,280	0,133	105,985			2,689	100,330	74,925	37,896	
	Чай с сахаром	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	
	Хлеб пшеничный	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022				0,280	4,000	13,000	2,800	0,180
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	025	1,900	0,250	12,425	56,500	0,028				0,420	5,000	16,250	3,500	0,225
Хлеб ржаной	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016				0,280	4,200	17,400	3,800	0,400	
	ГОСТ 26983-2015	025	1,378	0,250	8,020	47,500	0,020				0,420	5,250	21,750	4,750	0,500	
Суббота			Обед													
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	0,110
	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
	Суп из овощей	132 Сб. 1996г.	200	3,514	3,525	10,490	76,426	0,073	17,800			1,550	18,880	40,380	17,180	0,636
	5-11 классы	132 Сб. 1996г.	250	3,893	4,406	13,113	95,533	0,091	22,250			1,937	23,600	50,475	21,475	0,795
	Биточки с соусом	423 Сб. 1996г.	90	10,843	10,030	9,974	133,166	0,020	1,160			1,306	5,792	14,492	4,568	36,970
	5-11 классы	423 Сб. 1996г.	100	12,665	13,566	12,404	175,920	0,025	1,020			0,002	2,210	6,539	3,994	4,846
	Каша гречневая рассыпчатая	463 Сб. 1996г.	150	7,716	5,384	26,323	232,585	0,255				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				4,989	36,456	185,444	0,189	3,580
	Сок фруктовый	293 Сб. 2008г.	180	0,900		21,060	84,600	0,018	3,600							0,360
	5-11 классы	293 Сб. 2008г.	020	0,900		21,060	84,600	0,018	3,600							0,360
Хлеб пшеничный	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022				0,280	4,000	13,000	2,800	0,180	
	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033				0,500	6,000	19,500	4,200	0,270	
Хлеб ржаной	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016				0,280	4,200	17,400	3,800	0,400	
	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024				0,500	6,300	26,100	5,700	0,600	
ИТОГО:																
Завтрак	1-4 классы	600	13,62	14,61	63,32	436,332	0,18	92,18	0,00		4,95	109,17	126,86	67,13	123,71	
	5-11 классы	660	16,60	18,99	73,76	524,911	0,21	110,91	0,00		6,08	133,90	168,64	63,38	131,30	
Обед	1-4 классы	680	26,216	19,719	85,623	618,177	0,426	24,660	0,024		7,816	80,668	286,693	41,696	41,671	
	5-11 классы	800	31,036	26,602	106,802	772,124	0,630	29,870	0,027		10,496	98,096	317,613	61,710	33,633	

Циклическое меню

Наименование блюда		№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)		Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
				Белки	Жиры		Углеводы	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Понедельник		2-я неделя		Завтрак												
Горячий бутерброд Пикантный	1-4 классы	384 С6.2008г.	065	5,774	4,804	22,341	155,696	0,022		0,021	0,280	4,000	13,000	2,800	0,180	
	5-11 классы	384 С6.2008г.	065	6,352	5,016	26,230	175,440	0,033		0,025	0,500	6,000	19,500	4,200	0,270	
	1-4 классы	102 С6.2008г.	220	8,291	6,584	24,037	185,300	0,081		0,040	0,680	9,270	42,180	14,560	1,105	
	5-11 классы	102 С6.2008г.	260	10,598	7,324	31,238	210,936	0,097		0,040	0,769	10,603	50,216	17,412	1,316	
	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
Какао растворимый	5-11 классы	762С6.1997г.	200	3,580	2,728	17,070	138,000	0,027		0,900	0,018	109,170	81,900	12,600	0,941	
	1-4 классы	29 С6.1997г.	025	0,800	7,550	15,070	131,500									
Кондитерские изделия	5-11 классы	29 С6.1997г.	025	0,800	7,550	15,070	131,500									
Понедельник		2-я неделя		Обед												
Салат из свежкы 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	46 С6.2008г.	200	3,000	2,630	13,500	145,000	0,094	10,450	1,074	33,650	85,650	32,470	1,400		
Суп картофельный с клецками	5-11 классы	46 С6.2008г.	250	3,750	3,288	16,870	181,000	0,118	13,000	1,343	42,310	107,060	40,590	1,750		
Ежики в соусе	1-4 классы	202 С6.2008г.	090	10,802	10,114	13,843	163,904	0,022	2,460	0,003	1,306	8,822	20,641	5,957	37,071	
	5-11 классы	202 С6.2008г.	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	270 С6.1996г.	150	15,131	5,924	40,345	260,286	0,629	0,021	6,479	63,418	158,888	61,617	4,899		
Пюре из гороха	5-11 классы	270 С6.1996г.	180	17,358	8,908	48,015	312,349	0,755	0,025	7,775	76,103	190,671	73,942	5,879	4,899	
	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	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	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033		0,500	6,000	19,500	4,200	0,270	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	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	0,600	
ИТОГО:		Завтрак		600	18,46	21,67	78,62	610,496	0,13	0,90	0,08	1,04	122,44	137,08	29,96	2,23
		Обед		650	21,330	22,618	89,608	665,876	0,167	0,900	0,083	1,360	126,773	151,616	34,212	2,627
				720	32,654	26,045	112,276	848,048	0,800	24,370	0,024	10,769	141,672	332,267	132,862	44,899
				870	40,087	34,176	137,638	1060,791	0,982	31,080	0,027	14,149	182,732	472,966	173,766	37,936

* - Действует с 01 марта

Циклическое меню

Наименование блюда		№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витаминный (мг)					Минеральные вещества (мг)				
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо		
Вторник		2-я неделя						Завтрак									
Омлет порционно	1-4 классы	522 Сб.1996г.	020	0,140		0,360	2,000	0,004	1,400	0,006	0,020	3,400	8,400		0,004		
	5-11 классы	522 Сб.1996г.	030	0,210		0,540	3,000	0,006	2,100	0,009	0,030	5,100	12,600		0,006		
	Котлеты куриные с соусом	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		
	1-4 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		
	Каша гречневая рассыпчатая	463 Сб.1996г.	160	7,716	5,384	26,323	232,585	0,255		0,021	4,160	30,396	154,621	0,158	2,955		
Компот из свежих яблок	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	3,550		
	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	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	025	1,900	0,250	12,425	56,500	0,028			0,420	5,000	16,250	3,500	0,225		
	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400		
Хлеб ржаной	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		
Вторник		2-я неделя		Обед													
Винегрет овощной	1-4 классы	60 Сб.1996г.	060	1,167	6,193	5,485	79,707	0,035	5,520		2,696	14,130	26,268	12,198	0,490		
	5-11 классы	60 Сб.1996г.	100	1,945	8,321	9,142	132,845	0,058	9,200		4,494	23,550	43,780	20,330	0,816		
Уха	1-4 классы	72 Сб.2008г.	200	3,970	2,840	16,232	102,530	0,066	26,510	0,006	1,774	37,540	43,204	18,240	19,102		
	5-11 классы	72 Сб.2008г.	250	4,400	3,363	20,290	124,225	0,082	33,125	0,006	2,214	44,675	52,455	22,550	23,075		
Пало-чи с крупой с соусом	1-4 классы	423 Сб.1996г.	090	6,802	7,114	9,623	121,904	0,022	2,460		2,146	8,822	20,641	5,957	37,071		
	5-11 классы	423 Сб.1996г.	100	7,201	9,414	11,784	158,764	0,027	2,820		2,554	10,677	25,617	6,746	27,956		
Макаронные изделия отварные	1-4 классы	469 Сб.1996г.	150	5,365	4,285	37,247	203,790	0,087		0,021	1,193	10,427	45,359	8,306	0,622		
	5-11 классы	469 Сб.1996г.	180	6,437	5,117	46,011	244,528	0,105		0,025	1,431	12,512	54,426	9,967	0,746		
Чай с лимоном	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	0,080		
	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	0,200		
	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400		
Хлеб ржаной	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600		
Завтрак		1-4 классы		600	21,360	16,878	90,434	609,449	0,323	4,680	0,030	6,046	61,298	216,462	16,715	40,712	
Итого:		5-11 классы		660	26,684	19,374	102,882	714,496	0,391	5,640	0,036	7,667	62,963	264,061	19,186	32,419	
Обед		1-4 классы		727	20,169	20,838	98,704	644,841	0,261	37,291	0,027	8,369	82,230	167,412	62,141	67,916	
		5-11 классы		877	24,169	26,831	126,622	838,872	0,332	47,946	0,031	11,693	106,826	223,418	70,333	64,313	

* - декрет с 01 марта

Циклическое меню

Наименование блюда		№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витаминный (мг)					Минеральные вещества (мг)				
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо		
Среды		2-я неделя		Завтрак													
Помидоры консервированные	1-4 классы	24 Сб.1996г.	040	1,120		0,520	6,440					10,000	8,000		0,480		
	5-11 классы	24 Сб.1996г.	050	1,400		0,650	8,050					12,500	10,000		0,620		
	1-4 классы	293 Сб.2015г.	240	13,846	12,100	21,451	323,136	0,201	28,500			806,489	86,914	36,855	2,530		
	5-11 классы	293 Сб.2015г.	280	19,366	16,639	29,931	397,031	0,258	38,000			29,226	115,854	47,475	2,992		
	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001			0,346			0,653		
Чай с сахаром	5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001			0,346			0,653		
	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022				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				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				6,300	26,100	5,700	0,630		
	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024				6,300	26,100	5,700	0,630		
Среды		2-я неделя		Обед													
Салат из моркови и яблокСалат из помидоров*	1-4 классы	11 Сб.2008г.	060	0,512	6,031	8,678	89,400	0,024	2,154			2,751	18,702	21,210	15,708	0,085	
	5-11 классы	11 Сб.2008г.	100	0,853	7,750	14,464	149,000	0,040	3,590			4,584	31,170	35,350	26,180	0,112	
	1-4 классы	110 Сб.1996г.	210	3,833	5,522	11,708	96,090	0,048	16,830			1,819	37,900	45,972	27,120	56,044	
	5-11 классы	110 Сб.1996г.	260	4,217	6,528	14,562	117,200	0,060	21,025			4,5125	55,915	33,650	70,053		
	1-4 классы	423 Сб.1996г.	90	10,843	10,030	9,974	133,166	0,020	1,160			5,792	14,492	4,558	26,970		
Борщ с капустой и картофелем,со сметаной	5-11 классы	423 Сб.1996г.	100	12,665	13,566	12,404	175,920	0,025	1,020			6,539	3,894	4,846	27,618		
	1-4 классы	472 Сб.1996г.	150	3,263	4,497	26,370	154,200	0,161	25,875			0,144	41,310	95,910	32,805		
Биточки с соусом	5-11 классы	472 Сб.1996г.	180	3,916	5,396	31,644	185,040	0,193	31,050			0,172	49,972	115,092	39,366	1,688	
	1-4 классы	283 Сб.2008г.	180	0,878	0,878	32,139	126,104	0,005	0,549			30,740	21,137	16,470	4,158		
Картофельное пюре	5-11 классы	283 Сб.2008г.	180	0,878	0,878	32,139	126,104	0,005	0,549			30,740	21,137	16,470	4,158		
	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022				4,000	13,000	2,800	0,180		
Компот из сухофруктов	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033				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				4,200	17,400	3,800	0,400		
Хлеб пшеничный	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024				6,300	26,100	5,700	0,630		
	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024				6,300	26,100	5,700	0,630		
Хлеб ржаной	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024				6,300	26,100	5,700	0,630		
	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024				6,300	26,100	5,700	0,630		
ИТОГО:		Завтрак		Обед													
Завтрак	1-4 классы	520	17,788	12,631	63,337	470,043	0,217	28,500	0,000		0,280	820,689	112,314	39,656	3,410		
	5-11 классы	690	22,419	17,260	70,126	687,148	0,282	38,000	0,000		0,600	48,026	161,964	63,176	4,132		
Обед	1-4 классы	730	21,961	26,460	106,226	682,160	0,296	46,668	0,036		6,680	142,644	229,121	103,261	99,227		
	5-11 классы	880	26,462	33,810	129,747	878,064	0,380	67,234	0,039		10,236	176,446	276,988	130,412	104,709		

* - действует с 01 марта

Циклическое меню

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)								
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо						
Четверг		2-я неделя														Завтрак				
Оррцы соленые	1-4 классы	24 Сб.1996г.	040	1,120	0,520	6,440						10,000	8,000		0,480					
	5-11 классы	24 Сб.1996г.	040	1,120	0,520	6,440						10,000	8,000		0,480					
	1-4 классы	193 Сб.2008г.	200	17,671	16,213	40,528	0,106	2,697		2,849	33,235	68,123	21,137	3,101						
	5-11 классы	193 Сб.2008г.	250	17,996	17,934	54,034	0,126	3,595		3,650	41,941	90,771	27,628	3,449						
	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	0,001	0,001			0,346	0,346	0,033	0,033						
Чай с сахаром	5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	0,003	0,003		0,500	6,000	19,500	4,200	0,270						
	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	0,033			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270						
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	0,033			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270						
	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600						
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600						
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	0,033			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270						
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	0,033			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270						
	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600						
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600						
	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600						
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600						
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600						
	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600						
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600						
	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600						
Четверг		2-я неделя														Обед				
Салат из белокочанной капусты/Салат из оррцов*	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					
	1-4 классы	162 Сб.2008г.	90	9,080	5,499	9,271	95,270	0,057	1,845		1,717	14,986	29,764	31,461	28,195					
Суп картофельный с горохом	1-4 классы	162 Сб.2008г.	100	10,384	7,516	12,206	129,098	0,078	2,295		2,39	20,153	40,117	43,305	28,422					
	5-11 классы	251 Сб.1997г.	150	3,676	11,419	35,220	250,013	0,215	35,625		4,787	23,400	108,525	43,575	1,622					
	5-11 классы	251 Сб.1997г.	180	4,410	13,703	42,264	300,015	0,258	42,750		5,745	28,080	130,230	52,290	1,946					
	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					
Котлеты из минтая с соусом	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180					
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180					
	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270					
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270					
	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 пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400					
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400					
	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600					
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600					
	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	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600					
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600					
	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600					
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600					
	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					
Четверг		2-я неделя														Обед				
Салат из белокочанной капусты/Салат из оррцов*	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					
	1-4 классы	162 Сб.2008г.	90	9,080	5,499	9,271	95,270	0,057	1,845		1,717	14,986	29,764	31,461	28,195					
Суп картофельный с горохом	1-4 классы	162 Сб.2008г.	100	10,384	7,516	12,206	129,098	0,078	2,295		2,39	20,153	40,117	43,305	28,422					
	5-11 классы	251 Сб.1997г.	150	3,676	11,419	35,220	250,013	0,215	35,625		4,787	23,400	108,525	43,575	1,622					
	5-11 классы	251 Сб.1997г.	180	4,410	13,703	42,264	300,015	0,258	42,750		5,745	28,080	130,230	52,290	1,946					
	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					
Котлеты из минтая с соусом	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180					
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180					
	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270					
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270					
	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 пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400					
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400					
	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600					
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600					
	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	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600					
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600					
	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600					
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600					
	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					
Четверг		2-я неделя														Обед				
Салат из белокочанной капусты/Салат из оррцов*	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					
	1-4 классы	162 Сб.2008г.	90	9,080	5,499	9,271	95,270	0,057	1,845		1,717	14,986	29,764	31,461	28,195					
Суп картофельный с горохом	1-4 классы	162 Сб.2008г.	100	10,384	7,516	12,206	129,098	0,078	2,295		2,39	20,153	40,117	43,305	28,422					
	5-11 классы	251 Сб.19																		

* - 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		2-я неделя														Завтрак				
Икра наекавова(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	2,590	36,600	0,006	2,100						12,300	20,100	10,500	2,100	
Стейк(Шницель) из курицы с соусом		1-4 классы	520 Сб.1997г.	090	11,648	8,565	2,097	119,992	0,006	0,960	1,306	2,764	5,192	2,472	36,638					
		5-11 классы	520 Сб.1997г.	100	12,895	9,188	5,094	207,500	0,004	0,720	1,798	2,073	3,894	1,864	27,628					
Максимальные изделия отварные		1-4 классы	469 Сб.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 Сб.1996г.	180	6,437	5,117	46,011	244,528	0,105	0,025	1,431	12,512	54,426	9,967	0,746					
Компот из кураги		1-4 классы	280 Сб.2008г.	200	1,924		44,343	176,440	0,037	1,480						635,690	54,020	38,850	0,060	
		5-11 классы	280 Сб.2008г.	200	1,924		44,343	176,440	0,037	1,480						635,690	54,020	38,850	0,060	
Хлеб пшеничный		1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,920	0,180	9,940	45,200	0,022							0,280	4,000	13,000	2,800	0,180
		5-11 классы	ГОСТ 27844-88	025	1,900	0,225	12,425	56,500	0,028							0,420	5,000	16,250	3,500	0,225
Хлеб ржаной		1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016							0,280	4,200	17,400	3,800	0,400
		5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	025	1,378	0,250	8,020	47,500	0,020							0,420	5,250	21,750	4,750	0,500
Пятница		2-я неделя														Обед				
Салат Стелной		1-4 классы	111 Сб.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 Сб.2008г.	100	1,793	15,246	8,281	173,937	0,098	13,600	0,035					16,880	65,060	23,140	0,980	
Суп из овощей		1-4 классы	132 Сб.1996г.	200	3,514	3,525	10,490	76,426	0,073	17,800		1,550	18,880	40,380	17,180	0,636				
		5-11 классы	132 Сб.1996г.	250	3,893	4,406	13,113	95,533	0,091	22,250		1,937	23,600	50,475	21,475	0,795				
Тертаяги с соусом		1-4 классы	423 Сб.1996г.	090	6,802	7,114	9,623	121,904	0,022	2,460		2,146	8,822	20,641	5,957	37,071				
		5-11 классы	423 Сб.1996г.	100	7,201	9,414	11,784	158,764	0,027	2,820		2,554	10,677	26,617	6,746	27,956				
Рис отварной		1-4 классы	465 Сб.1996г.	150	3,668	5,218	41,803	219,038	0,044		0,027	0,402	14,580	53,730	11,543	1,986				
		5-11 классы	465 Сб.1996г.	180	4,641	6,261	50,163	262,845	0,053		0,032	0,482	17,496	64,476	13,851	1,183				
Чай с лимоном		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	0,080	
		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	0,080	
Хлеб пшеничный		1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,920	0,180	9,940	45,200	0,022							0,280	4,000	13,000	2,800	0,180
		5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033							0,500	6,000	19,500	4,200	0,270
Хлеб ржаной		1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016							0,280	4,200	17,400	3,800	0,400
		5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024							0,500	6,300	26,100	5,700	0,600
ИТОГО:		Завтрак																		
		1-4 классы	600	21,959	16,010	101,763	607,822	0,172	3,840	0,024	3,069	666,281	148,371	63,228	39,600					
		5-11 классы	660	26,134	17,480	118,473	769,068	0,200	4,300	0,027	4,069	672,826	170,440	69,421	31,259					
Обед		1-4 классы	727	18,126	26,431	97,002	668,640	0,239	31,221	0,048	7,462	63,641	186,727	66,004	39,539					
		5-11 классы	877	21,704	36,943	121,636	869,669	0,329	41,471	0,067	6,973	83,764	262,768	76,962	31,864					

* - действует с 01 марта

Циклическое меню

Наименование блюда		№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо		
Суббота		2-я неделя		Завтрак													
Сельдь с гарниром	1-4 классы	83 Сб. 1996г.	060	4,240	8,098	4,468	86,115	0,026	4,290	0,012	2,902	24,787	69,462	18,845	408,381		
	5-11 классы	83 Сб. 1996г.	060	4,240	8,098	4,468	86,115	0,026	4,290	0,012	2,902	24,787	69,462	18,845	408,381		
Омлет натуральный	1-4 классы	284 Сб. 1996г.	200	20,835	25,910	3,362	329,800	0,125	0,571	0,583	3,323	155,233	335,804	90,570	4,705		
	5-11 классы	284 Сб. 1996г.	230	23,619	31,052	3,769	389,694	0,143	0,657	0,670	3,821	178,519	386,180	104,158	5,410		
Чай с сахаром	1-4 классы	628 Сб. 1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267	0,001			0,346	0,346	0,346	0,053	0,053		
	5-11 классы	628 Сб. 1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267	0,001			0,346	0,346	0,346	0,053	0,053		
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180		
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270		
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400		
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600		
Суббота		2-я неделя		Обед													
Орррррррррррррррр	1-4 классы	24 Сб. 1996г.	020	0,560		0,260	3,220					5,000	4,000		0,240		
	5-11 классы	24 Сб. 1996г.	030	0,840		0,390	4,830					7,500	6,000		0,360		
Суп картофельный с макаронными изделиями	1-4 классы	139 Сб. 1996г.	200	2,272	2,138	19,156	100,420	0,094	13,200		1,343	14,000	50,800	19,240	0,710		
	5-11 классы	139 Сб. 1996г.	250	2,840	2,673	23,945	125,525	0,118	16,500		1,343	17,500	63,500	24,050	0,887		
ЕЖИ(К) в соусе	1-4 классы	202 Сб. 2008г.	090	10,802	10,114	13,843	163,904	0,022	2,460	0,003	1,306	8,822	20,641	5,957	37,071		
	5-11 классы	202 Сб. 2008г.	100	13,301	12,414	15,784	200,764	0,027	2,820	0,002	1,798	10,677	26,617	6,746	27,966		
Картофель отварной	1-4 классы	239 Сб. 2008г.	150	3,094	0,155	30,474	128,393	0,186	30,938		18,563	89,720	35,579	1,392			
	5-11 классы	239 Сб. 2008г.	180	3,713	0,166	36,569	154,073	0,223	37,126		16,563	107,665	42,695	1,671			
Сок фруктовый	1-4 классы	293 Сб. 2008г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000		0,280	4,000	18,000	10,000	0,400		
	5-11 классы	293 Сб. 2008г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000		0,280	4,000	18,000	10,000	0,400		
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180		
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270		
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400		
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600		
ИТОГО:		Завтрак		500	27,897	34,439	39,196	656,382	0,189	4,862	0,596	5,786	188,666	436,666	116,016	413,719	
€		Обед		660	32,192	39,771	47,781	657,816	0,226	7,434	0,692	7,723	216,962	501,242	132,903	414,714	
				700	20,360	12,787	103,489	673,137	0,360	60,698	0,003	3,209	67,491	213,651	77,376	40,393	
				820	26,627	16,843	124,622	703,992	0,446	60,446	0,002	4,141	82,640	266,382	93,391	32,144	