

СОГЛАСОВАНО:

Директор ГБОУ СОШ(ООШ)

г.г. Мещеряков

М.В. Мамонтова



«30»

2015 г.

УТВЕРЖДАЮ:
Генеральный директор

«Комбинат питания»
А.Н. Воронин



«30»

2015 г.

Согласовано

Председатель

Совета родителей

В.Н. Кузнецова

[Signature]

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

Осенне-зимнее (весеннее - *)

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
1-я неделя															
Сосиски отварные с соусом		423 С6 1996г.	90	6,461	11,054	2,084	97,667	0,020	1,160	0,003	1,306	5,792	3,200	4,558	25,258
Макаронные изделия отварные		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
		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	0,083
Чай с сахаром		469 С6 1996г.	200	7,150	5,685	51,123	271,697	0,116	0,001	0,027	1,590	13,900	60,473	11,074	0,053
Хлеб пшеничный		628 С6 1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001			0,346		0,053	0,053
Хлеб пшеничный		ГОСТ 27844-88	020	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001			0,346		0,053	0,053
Хлеб ржаной		ГОСТ 27844-88	025	1,900	0,250	12,425	56,500	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180
Хлеб ржаной		ГОСТ 26883-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,420	5,000	16,250	3,500	0,225
Хлеб ржаной		ГОСТ 26883-2015	025	1,378	0,250	8,020	47,500	0,020			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400
ОБЕД															
Салат из моркови с чесноком/Салат из квашеной капусты с луком и маслом растительным*		60 С6 1996г.	060	0,663	9,036	3,487	124,356	0,035	5,520		2,696	14,130	26,268	12,198	0,490
Суп картофельный с горохом		60 С6 1996г.	100	1,105	11,060	5,812	207,260	0,058	9,200		4,494	23,550	43,780	20,330	0,816
Стейк(Шницель) из курицы с соусом		138 С6 1996г.	200	4,746	4,302	18,572	127,580	0,202	9,300		3,215	25,820	69,500	28,200	1,556
		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	36,638
Капуста тушеная		520 С6 1997г.	100	12,805	9,188	5,094	152,500	0,004	0,720	0,002	1,798	2,073	3,894	1,854	27,628
Компот из сухофруктов		482 С6 1996г.	150	3,593	5,267	28,511	125,461	0,111	88,320		2,241	83,598	62,415	31,572	84,606
Хлеб пшеничный		283 С6 2008г.	180	4,716	6,321	31,938	148,280	0,133	105,985		2,689	100,330	74,925	37,866	101,058
Хлеб пшеничный		ГОСТ 27844-88	020	0,878	0,321	32,139	126,104	0,005	0,549			30,740	21,137	16,470	4,158
Хлеб ржаной		1-4 классы	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180
Хлеб ржаной		ГОСТ 26883-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400
Хлеб ржаной		ГОСТ 26883-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600
ПОЛДИНК															
Булочка "Загадка"		1-4 классы	075	4,950	3,375	47,100	245,250								
Сок фруктовый, (1 шт)		5-11 классы	100	6,600	4,500	62,800	327,000								
		1-4 классы	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000						
Завтрак		1-4 классы	510	16,720	16,602	79,471	482,662	0,163	1,161	0,028	3,297	26,860	88,026	21,126	26,637
Обед		5-11 классы	660	16,149	17,360	88,781	531,088	0,189	1,201	0,030	4,640	31,035	102,367	24,170	28,679
Полдник		1-4 классы	720	24,150	27,560	101,162	706,693	0,397	104,649	0,003	10,018	165,262	214,912	97,512	128,228
Полдник		5-11 классы	870	29,060	32,517	122,632	918,419	0,510	128,079	0,002	14,000	201,268	276,211	121,690	136,485
Полдник		1-4 классы	275	5,960	3,375	70,500	339,260	0,020	4,000	0,000	0,000	14,000	14,000	8,000	0,600
Полдник		5-11 классы	300	7,600	4,500	86,200	421,000	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				
Вторник		1-я неделя																	
Опущы консервированные Биточки с соусом Рис отварной Чай фруктовый Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	1-4 классы	24 С6 1996г.	020	0,560		0,260	3,220												
	5-11 классы	24 С6 1996г.	030	0,840		0,390	4,830												0,240
	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			0,360	
	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			36,970	
	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	0,420		5,000	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	0,280		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	0,420		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	0,280		5,250	21,750	4,750			0,500	
Вторник		1-я неделя																	
Салат витаминный/Салат из свежих помидоров, яблок и консервированных огурцов* Борщ с капустой и картофелем со сметаной Голубцы ленивые с соусом Каша гречневая рассыпчатая Компот из кураги Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	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	9,450	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	12,415	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	1,732		39,909	158,796	0,037	1,480				635,690	54,020	38,850			0,060	
	5-11 классы	280 С6 2008г.	180	1,732		39,909	158,796	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	0,420		5,000	13,000	2,800			0,180	
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033		0,500	0,280		6,000	19,500	4,200			0,270	
	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016		0,280	0,420		4,200	17,400	3,800			0,400	
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024		0,500	0,280		6,300	26,100	5,700			0,600	
Вторник		1-я неделя																	
Сок фруктовый, (1 шт) Сыр Батон Завтрак Обед Полдник	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		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	
	1-4 классы	1-4 классы	500	18,136	15,828	83,363	495,474	0,106	3,961	0,030	2,268		36,683	104,162	23,541			38,866	
	5-11 классы	5-11 классы	560	21,710	23,424	93,992	601,948	0,228	36,271	0,008	5,922		714,371	194,246	99,195			99,089	
	1-4 классы	1-4 классы	730	24,809	24,292	111,063	777,880	0,189	28,538	0,009	4,498		700,454	174,261	87,902			94,198	
	5-11 классы	5-11 классы	880	23,363	23,724	103,616	658,848	0,262	35,271	0,008	6,422		720,671	220,346	104,895			99,689	
ИТОГО:	1-4 классы	266	7,740	3,900	44,160	235,800	0,080	4,510	0,026	1,060		153,000	148,800	28,000			137,200		
	5-11 классы	275	10,540	5,970	49,360	286,060	0,095	4,757	0,065	1,344		228,000	214,376	35,125			213,850		
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
1-я неделя														
Горячий бутерброд Пикантный	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
Каша геркулесовая молочная	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
Жидкая, с маслом, сахаром	109 С6 2008г.	230	10,893	11,674	26,546	244,294	0,056	3,700		1,276	14,540	19,460	39,142	92,485
Компот из свежих яблок	702 С6 1997г.	270	12,133	12,591	31,362	275,773	0,066	3,700		2,255	14,540	19,460	46,062	92,582
Батон	702 С6 1997г.	200	0,080	28,052	127,760	0,004	0,720			0,480	2,400	4,000	4,000	0,152
	ГОСТ 31805-2018	030	2,370	0,300	15,570	70,800	0,060	0,720		1,000	10,000	32,800	13,200	0,600
Батон	ГОСТ 31805-2018	040	3,160	0,400	20,760	94,400	0,060			1,000	10,000	32,800	13,200	0,600
1-я неделя														
Салат из свежес варенной														
Суп картофельный с макаронными изделиями	23 С6 2008г.	080	0,969	6,997	6,156	109,330	0,011	5,700		1,340	21,090	24,510	24,510	0,798
	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
	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
	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
	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
	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
	628 С6 1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267	0,001			0,346				0,053
	628 С6 1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267	0,001			0,346				0,053
	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 26883-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400
	ГОСТ 26883-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600
1-я неделя														
Сок фруктовый, (1 шт)														
Сок фруктовый, (1 шт)	293 С6 2008г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000			14,000	14,000	8,000	0,600
	293 С6 2008г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000			14,000	14,000	8,000	0,600
	29 С6 1997г.	050	1,600	15,100	30,140	263,000								
	29 С6 1997г.	050	1,600	15,100	30,140	263,000								
Завтрак														
Завтрак	1-4 классы	500	16,825	15,414	83,426	511,563	0,142	4,420	0,021	2,556	29,020	67,660	65,142	93,417
	5-11 классы	560	17,855	16,431	93,431	566,642	0,162	4,420	0,021	3,536	29,020	67,660	66,062	93,514
Обед														
Обед	1-4 классы	700	23,480	24,608	102,336	706,130	0,273	24,898	0,000	6,092	80,371	186,533	76,297	5,419
	5-11 классы	810	27,259	31,502	118,277	815,216	0,320	29,596	0,000	8,226	107,237	240,721	102,428	6,689
Полдник														
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
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														
Итого:														

* - действует с 01 марта

ЦИКЛИЧНОЕ 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														
Икра кабачковая(порционно)	1-4 классы	31 Сб 199гг	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 199гг	030	0,600	2,700	2,580	36,600	0,006	2,100			12,300	20,100	10,500	2,100	
	Макаронь(вермишель), запеченные с яйцом	469 Сб 199бб	240	11,774	13,570	49,941	339,179	0,022	1,150	0,003	1,306	5,957	15,412	4,748	36,981	
	5-11 классы	469 Сб 199бб	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	
	Сок фруктовый	293 Сб 200бб	200	1,000	23,400	94,000	94,000	0,020	4,000			16,000	18,000	10,000	0,400	
	5-11 классы	293 Сб 200бб	200	1,000	23,400	94,000	94,000	0,020	4,000			16,000	18,000	10,000	0,400	
	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	
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	025	1,378	0,250	8,020	47,500	0,020			0,420	5,250	21,750	4,750	0,500	
		Обед														
Четверг		1-я неделя														
Винегрет овощной	1-4 классы	60 Сб 199бб	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 199бб	100	1,945	7,321	9,142	132,845	0,058	9,200		4,494	23,550	43,780	20,330	0,816	
	Шщи из свежей капусты с картофелем со сметаной	120 Сб 199бб	210	1,804	5,530	8,801	85,780	0,066	26,510	0,006	1,774	37,540	43,204	18,240	19,102	
	5-11 классы	120 Сб 199бб	260	2,181	6,538	10,929	104,325	0,082	33,125	0,006	2,214	44,676	52,455	22,550	23,875	
	Бужени в соусе	202 Сб 200бб	080	13,802	8,114	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 200бб	100	16,301	9,214	15,784	200,764	0,027	2,820	0,002	1,798	10,677	25,617	6,746	27,956	
	Картофель и овощи тушеные	251 Сб 199гг	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 199гг	180	4,410	8,530	42,264	285,015	0,258	42,750		5,745	28,080	130,230	52,290	1,945	
	Напиток из шиповника	289 Сб 200бб	180	0,720	24,273	96,705	96,705	0,027	216,000		0,308	12,150	3,600	3,600	5,081	
	5-11 классы	289 Сб 200бб	180	0,720	24,273	96,705	96,705	0,027	216,000		0,308	12,150	3,600	3,600	5,081	
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	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	
		Подлник														
Четверг		1-я неделя														
Сок фруктовый, (1 шт)	1-4 классы	293 Сб 200бб	200	1,000	23,400	94,000	94,000	0,020	4,000			14,000	14,000	8,000	0,600	
	5-11 классы	293 Сб 200бб	200	1,000	23,400	94,000	94,000	0,020	4,000			14,000	14,000	8,000	0,600	
	Пирожок с яблоком		075	5,558	4,612	26,220	195,375									
Завтрак	1-4 классы		060	6,669	5,535	31,460	234,450									
	5-11 классы		500	16,796	16,760	91,417	540,779	0,084	6,650	0,003	1,866	38,367	77,212	28,348	39,361	
	5-11 классы		550	18,123	18,213	102,609	616,143	0,099	7,070	0,002	2,638	44,929	93,484	33,606	31,043	
Обед	1-4 классы		730	23,750	27,636	103,978	759,309	0,403	286,116	0,009	11,431	104,242	232,638	90,170	63,946	
	5-11 классы		880	29,490	32,173	126,926	944,464	0,609	303,896	0,008	15,669	131,432	301,282	116,416	60,544	
	1-4 классы		275	6,568	4,612	49,620	289,376	0,020	4,000	0,000	0,000	14,000	14,000	8,000	0,600	
Подлник	1-4 классы		250	7,669	5,536	64,860	328,460	0,020	4,000	0,000	0,000	14,000	14,000	8,000	0,600	
	5-11 классы		250	7,669	5,536	64,860	328,460	0,020	4,000	0,000	0,000	14,000	14,000	8,000	0,600	
	5-11 классы		250	7,669	5,536	64,860	328,460	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)		Эк. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
				Белки	Жиры		Углеводы	В1	С	А	Е	Кальций	фосфор	Магний	Железо
Пятница		Завтрак													
Десерт фруктовый (яблоко свежее)		1-4 классы 24 сб 1999г.	70	0,280		6,860	26,600								
Каша рисовая молочная жидкая с маслом/сахаром		5-11 классы 24 сб 1999г.	70	0,280		6,860	26,600								
Чай с лимоном		1-4 классы 114 Сб 2008г.	210	12,760	17,584	37,963	287,077	0,019	0,020	0,263	6,919	23,407	5,001	0,452	
		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	0,594	
		1-4 классы 629 сб 1999г.	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 1999г.	187	0,243	0,046	13,761	53,710	0,003	2,801		3,111	1,540	0,840	0,090	
Батон		1-4 классы ГОСТ 31805-2018	040	3,160	0,400	20,760	94,400	0,090		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		1,260	12,500	41,000	16,500	0,750	
Пятница		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
Рассольник ленинградский со сметаной		5-11 классы 62 Сб 1997г.	100	1,550	5,005	9,951	89,292	0,053	39,950		2,163	41,494	29,959	16,424	0,816
		1-4 классы 42 Сб 2008г.	210	2,288	5,588	16,298	116,572	0,085	12,850		1,771	24,280	54,000	19,240	0,808
		5-11 классы 42 Сб 2008г.	260	2,785	6,610	20,298	142,815	0,106	16,050		2,211	28,100	65,950	23,800	1,007
Котлеты Куринные с соусом		1-4 классы 202 Сб 2008г.	090	10,802	10,114	13,843	163,904	0,022	2,460		1,306	8,622	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		1,798	10,677	25,617	6,746	27,956
Каша гречневая рассыпчатая		1-4 классы 463 Сб 1999г.	150	7,716	5,384	26,323	232,585	0,255	30,395		4,160	30,396	154,621	0,158	2,985
		5-11 классы 463 Сб 1999г.	180	8,715	6,460	32,561	278,971	0,306	32,561		4,989	36,456	185,444	0,189	3,580
Компот из сухофруктов		1-4 классы 283 Сб 2008г.	180	0,878		32,139	126,104	0,005	0,549			30,740	21,137	16,470	4,158
		5-11 классы 283 Сб 2008г.	020	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	2,800		0,280	4,000	13,000	4,158	4,158
		5-11 классы ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033	2,800		0,500	6,000	19,500	4,200	0,270
Хлеб ржаной		1-4 классы ГОСТ 26963-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016	2,800		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	2,800		0,500	6,300	26,100	5,700	0,600
Пятница		Полдник													
Кондитерские изделия (печенье)		1-4 классы 29 Сб 1997г.	050	1,600	15,100	30,140	263,000								
Йогурт		5-11 классы 29 Сб 1997г.	050	1,600	15,100	30,140	263,000								
		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 5-11 классы	507	16,443	18,030	79,344	461,787	0,082	2,801		1,293	20,030	67,747	19,041	1,142
		5-11 классы 5-11 классы	567	18,273	18,946	86,534	642,646	0,103	2,801		1,602	24,430	73,368	23,968	1,434
Обед		1-4 классы 730	26,236	24,468	110,927	776,929	4,437	38,809	0,030	9,095	127,316	298,762	58,273	48,091	
		5-11 классы 880	31,162	31,069	136,269	962,746	6,564	69,369	0,033	12,161	169,767	373,707	73,629	38,387	
Полдник		1-4 классы 150	6,600	16,600	33,640	314,000	0,030	0,600	0,010	0,000	124,000	96,000	15,000	0,100	
		5-11 классы 150	6,600	16,600	33,640	314,000	0,030	0,600	0,010	0,000	124,000	96,000	15,000	0,100	
- действует с 01 марта															

- 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														
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	
	Суп молочный с вермишелью	53 С6.2008г.	210	8,534	10,426	20,275	146,730	0,018	2,160	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	8,922	20,641	5,957	37,071		
	Чай с сахаром	628 С6.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267	0,001	0,001		0,346			0,053		
	5-11 классы	628 С6.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267	0,001	0,001		0,346			0,053		
	Батон	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															
	Суббота	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	0,600	2,130	12,300	0,033	3,000	0,360	4,800	15,900	6,300	0,210		
Суп из овощей		132 С6.1996г.	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 С6.1996г.	250	3,893	4,408	13,113	95,533	0,091	22,250	1,937	23,600	50,475	21,475	0,795		
Биточки с соусом		423 С6.1996г.	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 С6.1996г.	100	12,665	13,566	12,404	205,920	0,025	1,020	0,002	2,210	6,536	4,846	27,818		
Рис отварной		465 С6.1996г.	150	4,868	10,218	41,803	250,038	0,044	0,027	0,402	14,580	53,730	11,543	0,866		
5-11 классы		465 С6.1996г.	180	4,641	11,261	50,163	262,845	0,053	0,032	0,482	17,496	64,476	13,851	1,183		
Сок фруктовый		293 С6.2008г.	200	1,000	0,180	9,940	94,000	0,020	4,000		16,000	18,000	10,000	0,400		
5-11 классы		293 С6.2008г.	200	1,000	0,180	9,940	94,000	0,020	4,000		16,000	18,000	10,000	0,400		
Суббота	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,270	14,910	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	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	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024		0,500	6,300	26,100	5,700	0,600		
	Полдник															
	Суббота	1-4 классы	293 С6.2008г.	200	1,000	0,180	9,940	94,000	0,020	4,000		14,000	14,000	8,000	0,600	
		5-11 классы	293 С6.2008г.	200	1,000	0,180	9,940	94,000	0,020	4,000		14,000	14,000	8,000	0,600	
		Кондитерские изделия (вафля)	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	500	16,644	16,777	83,245	506,897	0,082	3,561	0,000	2,860	25,068	64,841	25,167	29,124
Обед		5-11 классы	560	18,059	18,864	92,297	568,447	0,101	3,861	0,000	3,396	29,868	75,041	29,467	39,274	
		5-11 классы	700	23,467	24,563	103,443	705,030	0,127	4,960	0,030	4,068	66,562	167,602	64,081	39,712	
		5-11 классы	820	27,062	30,403	126,744	796,398	0,279	30,270	0,034	5,989	80,735	198,345	66,372	31,276	
		Полдник	1-4 классы	250	2,600	16,100	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	16,100	53,540	367,000	0,020	4,000	0,000	0,000	14,000	14,000	8,000	0,600		
ИТОГО:		Полдник														

Циклическое меню

Наименование блюда		№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				2-я неделя				В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
				Белки	Жиры	Углеводы									
Понедельник				Завтрак											
Бутерброд с маслом	1-4 классы	2 С6 1996г	050	3,170	7,610	19,970	156,500	0,022		0,021	0,280	4,000	13,000	2,800	0,180
	5-11 классы	2 С6 1996г	060	3,930	7,700	24,940	179,100	0,033		0,025	0,500	6,000	19,500	4,200	0,270
	1-4 классы	102 С6 2008г	250	8,622	7,298	37,823	232,420	0,081		0,040	0,680	9,270	42,180	14,560	1,105
	5-11 классы	102 С6 2008г	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	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
Понедельник				Обед											
Салат из свежлы 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	2,800	0,798
	5-11 классы	23 С6 2008г	100	1,615	8,995	10,290	145,550	0,019	9,500		2,233	35,150	40,850	4,200	1,330
	1-4 классы	46 С6 2008г	200	3,000	2,630	13,500	140,000	0,094	10,450		1,074	33,850	85,650	32,470	1,400
	5-11 классы	46 С6 2008г	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	202 С6 2008г	090	10,802	10,114	13,843	163,904	0,022	2,460	0,003	1,306	8,622	20,641	5,967	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	26,617	6,746	27,966
	1-4 классы	270 С6 1996г	150	9,131	5,924	40,345	230,286	0,029		0,021	6,479	63,418	158,888	61,617	4,899
	5-11 классы	270 С6 1996г	180	10,020	6,908	44,015	240,349	0,755		0,025	7,775	76,103	190,671	73,942	5,879
	1-4 классы	289 С6 2008г	180	0,130	22,075	86,328	0,006	5,760				6,192	3,168	1,728	0,151
	5-11 классы	289 С6 2008г	180	0,130	22,075	86,328	0,006	5,760				6,192	3,168	1,728	0,151
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
Понедельник				Полдник											
Сок фруктовый (1 шт)	1-4 классы	283 С6 2008г	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000			14,000	14,000	8,000	0,600
	5-11 классы	283 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		74,060	0,797		0,025	0,060	129,000	102,000	5,800	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	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
	1-4 классы	ГОСТ 31805-2018	500	16,572	17,636	74,863	626,920	0,130	0,900	0,079	1,041	122,440	137,080	29,960	2,226
ИТОГО:	5-11 классы	1-4 классы	560	18,182	18,338	84,467	676,431	0,167	0,900	0,083	1,360	126,773	151,616	34,212	2,527
	1-4 классы	1-4 классы	720	26,664	26,046	112,276	813,048	0,800	24,370	0,024	10,769	141,672	323,267	32,882	44,899
	5-11 классы	5-11 классы	870	32,749	32,175	133,538	948,791	0,982	31,060	0,027	14,149	182,732	412,966	173,766	37,936
	1-4 классы	1-4 классы	266	7,740	3,900	44,160	236,800	0,080	4,160	0,025	1,060	163,000	148,800	28,000	137,200
Полдник	5-11 классы	5-11 классы	275	10,540	5,970	49,350	286,060	0,096	4,97	0,069	1,344	228,060	214,376	36,126	213,860
	1-4 классы	5-11 классы	275	10,540	5,970	49,350	286,060	0,096	4,97	0,069	1,344	228,060	214,376	36,126	213,860
действует с 01 марта															

* - действует с 01 марта

Циклическое меню

Наименование блюда		№ рецептуры	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													
Опущены консервированные Котлеты Куринные с соусом Каша гречневая рассыпчатая Компот из свежих яблок Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	1-4 классы	522 С6 1996г.	020	0,140	0,360	2,000	0,004	1,400	0,006	0,020	3,400	8,400		0,004	
	5-11 классы	522 С6 1996г.	030	0,210	0,540	3,000	0,006	2,100	0,009	0,030	5,100	12,600		0,006	
	1-4 классы	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	
	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	37,071	
	1-4 классы	463 С6 1996г.	150	7,716	5,384	26,323	232,585	0,255			4,160	30,396	154,521	27,956	
	5-11 классы	463 С6 1996г.	180	8,715	6,460	32,561	278,971	0,306			4,989	36,456	185,444	0,158	
	1-4 классы	702 С6 1997г.	200	0,080		33,552	127,760	0,004	0,720	0,025				3,580	
	5-11 классы	702 С6 1997г.	200	0,080		33,552	127,760	0,004	0,720	0,025				3,580	
	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,028			0,280	4,000	13,000	2,800	
	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	
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	
Вторник		2-я неделя													
Винегрет овощной Уха Палочки с крупой 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	
	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	
	1-4 классы	72 С6 2008г.	200	3,970	2,840	16,232	102,530	0,066	26,510	0,006	1,774	37,540	43,204	18,240	
	5-11 классы	72 С6 2008г.	250	4,400	3,363	20,290	124,225	0,082	33,125	0,006	2,214	44,675	52,455	22,550	
	1-4 классы	423 С6 1996г.	090	6,802	7,114	9,623	121,904	0,022	2,460		2,146	8,822	20,641	5,957	
	5-11 классы	423 С6 1996г.	100	7,201	9,414	11,784	158,764	0,027	2,820		2,554	10,677	25,617	37,071	
	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	
	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	9,957	
	1-4 классы	529 с6 1996г.	187	0,243	0,046	13,761	53,710	0,003	2,801			3,111	1,540	0,840	
	5-11 классы	529 с6 1996г.	187	0,243	0,046	13,761	53,710	0,003	2,801			3,111	1,540	0,840	
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	
Вторник		2-я неделя													
Булочка "Загадка" Сок фруктовый, (1 шт) Завтрак Обед Полдник	1-4 классы		075	4,950	3,375	47,100	245,250								
	5-11 классы		100	6,600	4,500	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	
	5-11 классы	293 С6 2008г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000			14,000	14,000	8,000	
	1-4 классы		500	21,360	15,878	90,434	609,448	0,323	4,680	0,030	6,046	51,298	216,462	16,715	
	5-11 классы		600	25,684	19,374	102,882	714,496	0,391	6,640	0,036	7,657	62,963	264,061	16,715	
	1-4 классы		727	20,169	20,838	98,704	644,841	0,261	37,291	0,027	8,369	82,230	167,412	19,186	
	5-11 классы		877	24,169	26,831	125,522	838,872	0,332	47,946	0,031	11,693	106,826	223,418	32,419	
	1-4 классы		276	6,950	3,375	70,600	339,260	0,020	4,000	0,000	0,000	14,000	14,000	8,000	
	5-11 классы		300	7,600	4,500	86,200	421,000	0,020	4,000	0,000	0,000	14,000	14,000	8,000	
ИТОГО:															
- 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)						
								В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо		
																Белки	Жиры
Среда		2-я неделя															
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		
	1-4 классы	193 С6.2008г.	200	13,742	16,244	45,518	326,844	0,106	2,697	2,849	33,235	68,123	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			
	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	025	1,900	0,250	12,425	56,500	0,028	0,420	5,000	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	5,000	16,250	3,500	0,225				
	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				
Среда		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			
	1-4 классы	110 С6.1996г.	210	3,833	5,522	11,708	96,080	0,048	16,630	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	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	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	5,366	31,644	185,040	0,193	31,050	0,031	0,172	49,572	115,092	39,366	1,668		
	1-4 классы	283 С6.2008г.	180	0,878				0,193	0,549			30,740	21,137	16,470	4,158		
	5-11 классы	283 С6.2008г.	180	0,878				0,193	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			
	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,415	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			
	Среда		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									
		Завтрак	1-4 классы	500	18,620	16,795	81,623	496,161	0,154	2,598	0,000	3,689	56,331	116,123	29,387	4,479	
5-11 классы			550	20,070	20,708	96,757	586,083	0,174	3,596	0,000	4,490	66,037	138,771	35,878	4,827		
1-4 классы			730	23,100	26,460	106,226	706,760	0,296	46,568	0,036	6,580	142,644	229,121	103,261	99,227		
Обед		5-11 классы	880	27,309	33,810	129,747	878,064	0,380	67,234	0,039	10,236	176,446	276,988	130,412	104,709		
		1-4 классы	250	2,600	15,100	63,640	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	63,640	367,000	0,020	4,000	0,000	0,000	14,000	14,000	8,000	0,600		
Полдник		Полдник															
ИТОГО:		Полдник															
действует с 01 марта																	

* - действует с 01 марта

ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ

Наименование блюда		№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)					
Четверг	2-я неделя			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо			
	1-4 классы	5-11 классы	24 сб 1996г.	100	0,400	9,800	38,000									9,800	38,000	0,216
Четверг	Десерт фруктовый (яблоко свежее)	5-11 классы	100	0,400	9,800	38,000											0,600	
		1-4 классы	200	15,276	16,498	57,745	506,462	0,216	1,238	0,044	3,922	216,692	238,287	40,677	3,101	0,600		
		5-11 классы	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	0,600		
		1-4 классы	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001			0,346				0,053		
Четверг	Чай с сахаром	5-11 классы	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001			0,346				0,053		
		5-11 классы	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001			0,346				0,053		
		5-11 классы	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001			0,346				0,053		
		5-11 классы	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001			0,346				0,053		
Завтрак																		
Четверг	Салат из белокочанной капусты/Салат из огурцов*	1-4 классы	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	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	200	4,746	4,302	18,572	127,580	0,202	9,300			3,215	25,620	69,500	28,200	1,556		
		5-11 классы	250	5,933	5,378	23,215	159,475	0,253	11,625	0,019		4,019	32,275	86,875	35,250	1,945		
		1-4 классы	90	9,080	10,899	14,271	123,702	0,057	1,845	0,022		1,717	14,986	29,764	31,461	28,195		
		5-11 классы	100	10,384	11,516	15,206	129,098	0,078	2,295	0,03		2,39	20,153	40,117	43,305	28,422		
		1-4 классы	150	7,716	5,384	26,323	232,585	0,255	0,021			4,160	30,396	154,621	0,158	2,988		
		5-11 классы	180	8,715	6,480	32,561	278,971	0,306	3,600	0,025		4,989	36,456	185,444	0,189	3,580		
		1-4 классы	180	0,900	21,060	84,600	0,018	3,600			14,400	16,200	9,000	0,360	0,360			
		5-11 классы	020	1,520	0,180	21,060	84,600	0,018	3,600			14,400	16,200	9,000	0,360	0,360		
		1-4 классы	020	0,180	9,940	45,200	0,022	0,033			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180	0,180		
		5-11 классы	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033	0,033			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270		
1-4 классы	020	1,102	0,200	6,416	36,000	0,016	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400				
5-11 классы	030	1,553	0,300	9,624	57,000	0,024	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600				
Обед																		
Четверг	Йогурт	1-4 классы	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	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	050	1,600	15,100	30,140	263,000									0,600		
		5-11 классы	050	1,600	15,100	30,140	263,000									0,600		
		1-4 классы	600	16,876	16,649	82,656	601,729	0,216	1,239	0,044	3,922	217,038	238,287	40,677	3,764			
		5-11 классы	650	17,256	17,965	89,568	659,616	0,273	1,521	0,054	5,026	257,026	290,726	49,870	4,102			
		1-4 классы	720	25,993	23,968	102,560	706,231	0,602	38,656	0,043	10,960	118,680	318,448	86,267	34,166			
		5-11 классы	870	31,416	28,929	126,527	866,236	0,765	57,470	0,055	14,561	167,078	404,195	114,068	36,993			
		1-4 классы	160	6,600	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	160	6,600	16,600	33,640	314,000	0,030	0,600	0,010	0,000	124,000	96,000	15,000	0,700			
		Полдник																
		- 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	1-4 классы	29 С6 1997г.	025	0,800	7,550	15,070	131,500								
	5-11 классы	29 С6 1997г.	025	0,800	7,550	15,070	131,500								
	1-4 классы	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
Батон	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
Пятница		Обед													
Салат Степной	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	65,060	23,140	0,960
	1-4 классы	132 С6 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 С6 1996г.	250	3,893	4,406	13,113	95,533	0,091	22,250		1,937	23,600	50,475	21,475	0,795
	1-4 классы	423 С6 1996г.	090	6,802	7,114	9,623	121,904	0,022	2,460		2,146	8,822	20,641	5,957	37,071
	5-11 классы	423 С6 1996г.	100	7,201	9,414	11,784	158,764	0,027	2,820		2,554	10,677	25,617	6,746	27,956
	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.	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
Пятница		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		075	5,558	4,612	26,220	195,375								
	5-11 классы		090	6,669	5,535	31,460	234,450								
Завтрак	1-4 классы		500	15,426	16,829	83,591	578,290	0,103	2,440	0,003	2,306	648,454	92,012	54,522	37,438
	5-11 классы		550	17,488	17,408	108,522	686,980	0,116	2,200	0,002	3,048	660,263	98,914	57,204	28,438
Обед	1-4 классы		727	18,126	26,431	97,002	668,640	0,239	31,221	0,048	7,452	63,641	186,727	56,004	39,939
	5-11 классы		877	21,704	36,943	121,636	869,589	0,329	41,471	0,067	5,973	83,764	262,768	76,962	31,864
Полдник	1-4 классы		276	6,568	4,612	49,620	289,375	0,020	4,000	0,000	0,000	14,000	14,000	8,000	0,600
	5-11 классы		290	7,669	5,535	54,860	328,450	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	
Суббота		Завтрак														
Каша геркулесовая молочная жидкая с маслом, сахаром Омлет натуральный Омлет натуральный Какао растворимый Хлеб пшеничный	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 1996г.	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 1996г.	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	
	1-4 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	
	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	19,880	90,400	0,022	0,280	4,000	13,000	2,800	0,180	0,180		
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	050	3,800	0,450	24,850	113,000	0,033	0,500	6,000	19,500	4,200	0,270	0,270		
	Суббота		Обед													
	Орочки соленные Суп картофельный с макаронными изделиями Котлеты Куриные с соусом Картофель отварной Сок фруктовый 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.	030	0,840		0,390	4,830					7,500	6,000		0,360	
1-4 классы		139 С6 1996г.	250	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 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		202 С6 2008г.	090	10,802	10,114	13,843	203,904	0,022	2,460	0,003	1,306	8,922	20,641	5,957	37,071	
5-11 классы		202 С6 2008г.	100	13,301	12,414	15,784	222,764	0,027	2,820	0,002	1,798	10,677	25,617	6,746	27,966	
1-4 классы		239 С6 2008г.	150	6,094	11,155	30,474	228,393	0,186	30,938		15,469	89,770	36,579	1,392		
5-11 классы		239 С6 2008г.	180	3,713	11,186	36,569	254,073	0,223	37,126		18,563	107,666	42,695	1,671		
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		
5-11 классы		293 С6 2008г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000		16,000	18,000	10,000	0,400		
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 26883-2015	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 26883-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600	
	Суббота		Полдник													
	Сок фруктовый, (1 шт) Кондитерские изделия (вафля) Завтрак Обед Полдник	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	500	19,092	19,170	70,848	556,588	0,200	6,761	0,613	6,586	293,150	600,166	124,816	414,207
5-11 классы		5-11 классы	560	20,799	21,183	80,656	604,833	0,211	6,761	0,613	6,806	295,150	606,666	126,216	414,297	
1-4 классы		1-4 классы	700	23,360	23,787	103,489	713,137	0,360	60,698	0,003	3,209	67,491	213,661	77,376	40,393	
5-11 классы		5-11 классы	820	25,627	26,843	124,622	825,992	0,446	60,446	0,002	4,141	82,540	266,362	93,391	32,144	
1-4 классы		1-4 классы	250	2,600	15,100	63,540	367,000	0,020	4,000	0,000	0,000	14,000	14,000	8,000	0,600	
5-11 классы		5-11 классы	250	2,600	15,100	63,540	367,000	0,020	4,000	0,000	0,000	14,000	14,000	8,000	0,600	