

СОГЛАСОВАНО:
 Директор ГБОУ СОШ № 2
 2. Сыржаев
 [Circular stamp: Министерство образования Самарской области, ГБОУ СОШ № 2, г. Сызрань, Самарская область, ОГРН 1168230027149]

« 9 » 01 2015 г.

УТВЕРЖАЮ:
 Генеральный директор
 АО «Комбинат питания»
 А.И. Воронин
 [Circular stamp: Самарская область, АО «Комбинат питания», ОГРН 1168230027149]

« 09 » 01 2015 г.

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

Осенне-зимнее (весеннее - *)

Смирнову И.И. и Камельбаеву И.И. по компьютерной программе
 разработаны варианты меню для обучающихся с СД 1 типа.
 Сыржаев В. В. [Signature]
 Сыржаев В. В. [Signature]
 Сыржаев В. В. [Signature]
 Сыржаев В. В. [Signature]

Смирнова Д.С. [Signature]
 Сыржаев В. В. [Signature]
 Сыржаев В. В. [Signature]

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					
Понедельник															Завтрак				
Кукуруза консервированная Биточки с соусом Каша гречневая рассыпчатая Чай с сахарозаменителем Хлеб ржаной	1-4 классы	24 Сб.1996г.	020	0,700	0,560	3,120	20,200	0,060	0,120							0,084			
	5-11 классы	24 Сб.1996г.	030	1,050	0,840	4,680	30,300	0,120	0,240							0,126			
	1-4 классы	423 Сб.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	0,876			
	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	3,894	4,846	27,818	1,556			
	1-4 классы	463 Сб.1996г.	150	7,716	5,384	26,323	232,585	0,255	0,021	4,160	30,396	154,621	0,158	2,985	3,580	0,053			
	5-11 классы	463 Сб.1996г.	180	8,715	6,480	32,561	278,971	0,306	0,001	0,025	4,989	36,456	186,444	0,189	0,053	0,053			
	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267	0,001	0,001		0,346					0,053			
	5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267	0,001	0,001		0,346					0,053			
	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032			0,560	8,400	34,800	7,800	0,800	0,800			
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	050	2,756	0,500	16,040	95,000	0,040			0,840	10,500	43,500	9,500	1,000	1,000			
Понедельник															Обед				
Винегрет овощной Суп картофельный с горохом Котлеты Куринные с соусом Калупа тушеная Компот из сухофруктов с сахарозаменителем Хлеб ржаной	1-4 классы	60 Сб.1996г.	060	1,167	6,193	5,485	79,707	0,035	5,520							2,686			
	5-11 классы	60 Сб.1996г.	100	1,945	8,321	9,142	132,845	0,058	9,200							4,494			
	1-4 классы	138 Сб.1996г.	200	4,746	4,302	18,572	127,580	0,202	9,300							3,215			
	5-11 классы	138 Сб.1996г.	250	5,933	5,378	23,215	159,475	0,253	11,625							4,019			
	1-4 классы	423 Сб.1996г.	090	8,944	10,030	9,974	133,166	0,020	1,160	0,003	1,306	5,792	14,492	4,558	35,250	1,945			
	5-11 классы	423 Сб.1996г.	100	11,340	13,566	12,404	175,920	0,025	1,020	0,002	2,210	6,539	3,894	4,846	27,818	1,556			
	1-4 классы	482 Сб.1996г.	150	3,583	5,267	16,511	123,461	0,111	88,320							2,241			
	5-11 классы	482 Сб.1996г.	180	4,376	6,321	19,838	148,280	0,133	105,985							2,689			
	1-4 классы	283 Сб.2008г.	180	0,878		32,139	126,104	0,005	0,549							30,740			
	5-11 классы	283 Сб.2008г.	180	0,878		32,139	126,104	0,005	0,549							30,740			
1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032			0,560	8,400	34,800	7,800	0,800	0,800				
5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	060	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600	0,600				
Итого																			
Завтрак	1-4 классы	500	21,663	16,425	67,259	519,218	0,387	1,161	0,024	6,026	54,134	203,913	12,316	40,892					
	5-11 классы	560	25,386	21,417	80,695	637,458	0,491	1,021	0,027	8,039	67,641	232,838	14,535	32,577					
Обед	1-4 классы	720	21,532	26,192	95,513	666,018	0,405	104,849	0,003	10,018	168,480	228,612	100,598	128,580					
	5-11 классы	870	26,065	33,886	106,362	799,624	0,498	128,379	0,002	13,912	199,734	256,711	120,482	136,405					

* - 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					
1-я неделя															Завтрак				
Сыр плавленый	1-4 классы	СТО 71063300-003-2012	016	3,580	3,500	47,400	0,510	0,025	0,060	129,000	102,000	6,800	136,000						
	5-11 классы	СТО 71063300-003-2012	016	3,580	3,500	47,400	0,510	0,025	0,060	129,000	102,000	6,800	136,000						
Каша геркулесовая молочно-жидкая с маслом, сахарозаменителем	1-4 классы	109 Сб 2008г.	160	4,988	8,935	25,262	1,320	0,066	2,256	176,695	203,345	44,880	1,366						
	5-11 классы	109 Сб 2008г.	210	6,623	8,033	32,660	1,760	0,075	3,135	234,760	270,460	59,740	1,810						
Сок фруктовый без сахара, (1 шт)	1-4 классы	293 Сб 2008г.	200	1,000		23,400	4,000	0,020	14,000	14,000	14,000	8,000	0,600						
	5-11 классы	293 Сб 2008г.	200	1,000		23,400	4,000	0,020	14,000	14,000	14,000	8,000	0,600						
Кофейный напиток с молоком, сахарозаменителем	1-4 классы	762 Сб 1997г.	180	2,250	2,376	18,504	0,900	0,018	0,081	109,170	81,900	12,600	0,941						
	5-11 классы	762 Сб 1997г.	180	2,250	2,376	18,504	0,900	0,018	0,081	109,170	81,900	12,600	0,941						
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	0,032		0,560	8,400	34,800	7,600	0,800						
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	050	2,756	0,500	16,040	0,040		0,840	10,500	43,500	9,500	1,000						
2-я неделя															Обед				
Салат из моркови и яблок без сахара Салат 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	0,142					
Ши из свежей капусты с картофелем, со сметаной	1-4 классы	120 Сб 1996г.	220	1,804	5,530	8,801	85,780	0,066	26,510	1,774	37,540	43,204	18,240	19,102					
	5-11 классы	120 Сб 1996г.	260	2,181	6,538	10,929	104,325	0,082	33,125	2,214	44,675	52,455	22,550	23,875					
Рагу овощное с говядиной	1-4 классы	394 Сб 1996г.	180	16,899	15,013	31,176	293,648	0,291	28,500	806,489	86,914	35,655	2,530						
	5-11 классы	394 Сб 1996г.	230	18,279	18,058	40,568	360,318	0,258	38,000	292,228	115,854	47,475	2,962						
Компот из яблок с яблочками, с сахарозаменителем	1-4 классы	278 Сб 2008г.	200	0,420		30,520	118,600	0,019	24,540	14,000	11,000	8,200	0,120						
	5-11 классы	278 Сб 2008г.	200	0,420		30,520	118,600	0,019	24,540	14,000	11,000	8,200	0,120						
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032		0,560	8,400	34,800	7,600	0,800					
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	060	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		586	14,022	15,211	79,998	509,139	0,230	6,730	2,957	437,265	436,045	79,880	139,707					
	5-11 классы		656	16,209	14,409	90,604	574,121	0,288	7,170	4,116	497,430	511,860	96,640	140,351					
Обед	1-4 классы		700	21,839	26,974	92,007	663,428	0,342	81,704	5,173	885,131	197,128	85,603	22,637					
	5-11 классы		850	23,386	32,646	106,105	789,243	0,423	99,255	7,386	125,371	240,759	110,105	27,689					

* - 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																		
Среда		1-я неделя		Завтрак																												
Огурцы соевые	24 Сб.1996г.	020	0,560		0,260	3,220																										
	1-4 классы			0,840		0,390	4,830																			0,240						
	5-11 классы		0,300	0,840		0,390	4,830																			0,360						
Рыба, тушеная в томате с овощами	309 Сб. 1996г.	90	8,330	10,229	5,112	78,254	0,056																									
	1-4 классы			10,261	12,642	5,112	107,499	0,066																								
	5-11 классы		100	10,261	12,642	5,112	107,499	0,066																								
Картофельное пюре	472 Сб.1996г.	150	3,263	4,497	26,370	154,200	0,161																									
	1-4 классы		150	3,916	5,396	31,644	185,040	0,193																								
	5-11 классы		200	0,080		33,552	127,760	0,004																								
Компот из свежих яблок с сахарозаменителем	702 Сб.1997г.	200	0,080		33,552	127,760	0,004																									
	1-4 классы		200	0,080		33,552	127,760	0,004																								
	5-11 классы		040	2,204		76,000	34,800	0,032																								
Хлеб ржаной	ГОСТ 26983-2015	080	2,204		12,832	76,000	0,032																									
	1-4 классы		080	2,756		16,040	95,000	0,040																								
	5-11 классы		080	2,756		16,040	95,000	0,040																								
Среда		1-я неделя		Обед																												
Салат из свеклы отварной	23 Сб.2008г.	060	0,969	6,397	6,156	109,330	0,011																									
	1-4 классы		100	1,615	8,995	10,280	145,550	0,019																								
	5-11 классы		200	3,514	3,525	10,490	76,426	0,073																								
Суп из овощей	132 Сб.1996г.	200	3,893	4,406	13,113	95,533	0,091																									
	1-4 классы		150	15,415	12,435	34,129	295,147	0,077																								
	5-11 классы		200	18,742	15,244	45,518	376,944	0,103																								
Плов из птицы(Филе куриное) из перловой крупы	893 Сб.1998г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267																										
	1-4 классы		200	0,200	0,051	15,010	57,267																									
	5-11 классы		200	0,200	0,051	15,010	57,267																									
Чай с сахарозаменителем	628 Сб.1996г.	040	2,204		12,832	76,000	0,032																									
	1-4 классы		040	2,204		12,832	76,000	0,032																								
	5-11 классы		040	2,204		12,832	76,000	0,032																								
Хлеб ржаной	ГОСТ 26983-2015	060	1,653		9,624	57,000	0,024																									
	1-4 классы		500	14,437	15,126	78,126	439,434	0,253																								
	5-11 классы		560	17,853	18,538	86,738	520,129	0,303																								
ИТОГО:			650	22,302	23,408	76,617	614,170	0,193																								
			810	26,103	28,996	93,525	732,194	0,237																								
Завтрак			500	14,437	15,126	78,126	439,434	0,253																								
			560	17,853	18,538	86,738	520,129	0,303																								
Обед			650	22,302	23,408	76,617	614,170	0,193																								
			810	26,103	28,996	93,525	732,194	0,237																								

* - действует с 01 марта

Циклическое меню

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Энд. ценность (ккал)	Витаминны (мг)					Минеральные вещества (мг)												
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо										
Четверг															1-я неделя					Четверг				
Горошек запаренный	31 Сб.1997г.	020	0,620	0,400	1,420	8,200	0,022	2,000				0,240	3,200	10,600	4,200	0,140								
консервированный	31 Сб.1997г.	030	0,930	0,600	2,130	12,300	0,033	3,000				0,360	4,800	15,900	6,300	0,210								
1-4 классы	428 Сб.1996г.	90	7,630	10,170	9,450	158,000	0,022	1,150	0,003			1,306	5,957	15,412	4,748	36,981								
Людл-кебаб с соусом	428 Сб.1996г.	100	11,355	13,566	12,415	176,020	0,025	0,970	0,002			1,798	6,379	17,384	4,866	27,878								
5-11 классы	239 Сб.2008г.	160	3,094	0,155	30,474	128,993	0,186	30,938				15,489	89,720	35,579	1,392									
Картофель отварной	239 Сб.2008г.	180	3,713	0,186	36,569	154,073	0,223	37,126				18,563	107,665	42,695	1,671									
5-11 классы	293 Сб.2008г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000				16,000	18,000	10,000	0,400									
Сок фруктовый без сахара	293 Сб.2008г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000				16,000	18,000	10,000	0,400									
5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032					0,560	8,400	34,800	7,600	0,800								
Хлеб ржаной	ГОСТ 26983-2015	050	2,756	0,500	16,040	95,000	0,040					0,840	10,500	43,500	9,500	1,000								
Четверг															1-я неделя					Обед				
Салат картофельный с огурцами	37 Сб.2015г.	080	1,276	1,836	7,317	48,219	0,044	7,078				0,813	12,707	28,457	10,584	0,533								
5-11 классы	37 Сб.2015г.	100	2,126	3,060	12,196	82,032	0,073	11,796				1,354	21,177	47,427	17,639	0,888								
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	110 Сб.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	202 Сб.2008г.	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								
ЕЖИ/И в соусе	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			1,788	10,677	25,617	6,746	27,956								
Каша гречневая расыпчатая	463 Сб.1996г.	150	7,716	5,384	26,323	232,585	0,265					4,160	30,396	154,621	0,159	2,995								
5-11 классы	463 Сб.1996г.	180	8,715	6,460	32,561	278,971	0,306					4,989	36,456	165,444	0,169	3,580								
Напиток из шиповника с сахарозаменителем	289 Сб.2008г.	180	0,720		24,273	96,705	0,027	216,000				0,308	12,150	3,600	3,600	5,081								
5-11 классы	289 Сб.2008г.	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032	216,000				0,308	12,150	3,600	3,600	5,081								
Хлеб ржаной	ГОСТ 26983-2015	060	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024					0,560	8,400	34,800	7,600	0,800								
5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	060	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024					0,560	8,400	34,800	7,600	0,800								
Пятница															1-я неделя					Обед				
Завтрак	1-4 классы	500	14,548	11,125	77,576	464,593	0,282	38,088	0,003			2,106	49,026	168,532	62,127	39,713								
5-11 классы	1-4 классы	360	19,754	14,832	90,554	531,393	0,341	45,096	0,002			2,998	56,242	202,449	73,351	31,099								
Обед	1-4 классы	730	26,551	23,256	96,296	714,493	0,428	242,368	0,030			8,966	110,375	288,091	55,019	102,514								
5-11 классы	1-4 классы	880	30,732	28,762	109,000	832,672	0,517	251,641	0,033			11,219	131,885	344,103	67,324	108,158								

* - действует с 01 марта

Циклическое меню

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эт. ценность (ккал)	Витаминный (мг)					Минеральные вещества (мг)							
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо					
1-я неделя															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													
Каша ячневая Молочная жидкая с маком(сахарозаменителем)	1-4 классы 114 Сб.2008г.	160	11,586	14,844	29,730	242,000	0,019		0,020	0,293	6,919	23,407	5,001	0,452					
	5-11 классы 114 Сб.2008г.	210	12,760	17,584	37,963	287,077	0,025	0,020	0,352	8,792	30,766	6,618	0,594	0,594					
Чай сливочном с сахарозаменителем	1-4 классы 629 сб.1996г.	187	0,243	0,046	13,761	53,710	0,003				3,111	1,540	0,840	0,090					
	5-11 классы 629 сб.1996г.	187	0,243	0,046	13,761	53,710	0,003		2,801		3,111	1,540	0,840	0,090					
Хлеб ржаной	ГОСТ 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032		0,560	8,400	34,800	7,600	0,800	0,800					
	ГОСТ 26983-2015	050	2,756	0,500	16,040	95,000	0,040		0,840	10,500	43,500	9,500	1,000	1,000					
1-я неделя															Обед				
Легкая															Обед				
Салат из белокочанной капусты/Салат из огурцов*	1-4 классы 62 Сб.1997г.	060	0,929	3,003	5,968	53,564	0,032		23,950	1,298	24,878	17,963	9,848	0,489					
	5-11 классы 62 Сб.1997г.	100	1,550	5,005	9,951	89,292	0,053		39,950	2,163	41,494	29,959	16,424	0,816					
Рассольник ленинградский со сметаной (крупа перловая)	1-4 классы 42 Сб.2008г.	210	2,288	5,588	16,298	116,572	0,085	0,006	12,850	1,771	24,280	54,000	19,240	0,808					
	5-11 классы 42 Сб.2008г.	260	2,785	6,610	20,300	142,815	0,106	0,006	16,050	2,211	28,100	65,950	23,800	1,007					
Стейк(Шиндель) из курицы с соусом	1-4 классы 520 Сб.1997г.	090	11,648	8,565	2,097	169,992	0,006	0,003	0,960	0,003	1,306	2,764	5,192	2,472					
	5-11 классы 520 Сб.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					
Картофель и овощи тушеные	1-4 классы 251 Сб.1997г.	150	3,675	11,419	35,220	250,073	0,215	35,625	4,787	23,400	108,525	43,575	1,622	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	1,946					
Компот из сухофруктов с сахарозаменителем	1-4 классы 283 Сб.2008г.	180	0,878		32,139	126,104	0,005	0,549			30,740	21,137	16,470	4,158					
	5-11 классы 283 Сб.2008г.	180	0,878		32,139	126,104	0,005	0,549			30,740	21,137	16,470	4,158					
Хлеб ржаной	ГОСТ 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032		0,560	8,400	34,800	7,600	0,800	0,800					
	ГОСТ 26983-2015	060	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024		0,500	6,300	26,100	5,700	0,600	0,600					
Итого:																			
Завтрак		1-4 классы	537	14,63	15,29	71,02	428,71	0,05	2,80	0,02	0,85	18,43	59,75	13,44	1,34				
		5-11 классы	597	16,36	18,13	82,46	492,79	0,07	2,80	0,02	1,19	22,40	75,83	16,96	1,68				
Обед		1-4 классы	730	21,622	28,975	104,554	792,245	0,375	73,934	0,009	9,722	114,462	241,617	99,205	44,715				
		5-11 классы	880	24,171	34,806	119,372	922,726	0,450	100,019	0,008	12,417	136,787	277,270	116,538	36,155				

* - 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					
Суббота															Завтрак				
1-я неделя																			
Икра кабачковая(порционная)	31 Сб.1997 г.	020	0,400	1,800	1,720	24,400	0,004	1,400											
	1-4 классы																		
	5-11 классы		0,900	0,600	2,700	2,580	36,600	0,006	2,100										
Котлеты Куринные с соусом	423 Сб.1996г.	090	8,944	10,030	9,974	133,166	0,020	1,160	0,003	1,306	5,792	14,482	4,568	36,970	2,100				
	1-4 классы																		
	5-11 классы		11,340	13,566	12,404	175,920	0,025	1,020	0,002	2,210	6,539	3,894	4,846	27,818	0,765				
Калуга тушеная	482 Сб.1996г.	150	3,993	5,267	20,611	148,561	0,111	88,320		2,241	83,698	62,415	31,672	84,606	0,159				
	1-4 классы																		
	5-11 классы		4,316	6,321	23,938	168,280	0,133	105,985		2,689	100,330	74,925	37,886	101,068	0,053				
Чай с сахарозаменителем	628 Сб.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001											
	1-4 классы																		
	5-11 классы		0,200	0,051	15,010	57,267		0,001											
Хлеб ржаной	ГОСТ 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032			0,560	8,400	34,800	7,600	0,800	0,800				
	1-4 классы																		
	5-11 классы		2,756	0,500	16,040	95,000	0,040			0,840	10,500	43,500	9,500	1,000	1,000				
Суббота															Обед				
1-я неделя																			
Горошек зеленый консервированный	31 Сб.1997 г.	020	0,620	0,400	1,420	8,200	0,022	2,000		0,240	3,200	10,600	4,200	0,140	0,140				
	1-4 классы																		
	5-11 классы		0,930	0,600	2,130	12,300	0,033	3,000		0,360	4,800	15,900	6,300	0,210	0,210				
Суп из овощей	132 Сб.1996г.	200	3,514	3,525	10,490	96,426	0,073	17,800		1,550	18,880	40,360	17,180	0,656	0,656				
	1-4 классы																		
	5-11 классы		2,500	3,893	13,113	115,533	0,091	22,250		1,937	23,600	50,475	21,475	0,795	0,795				
Витонни с соусом	423 Сб.1996г.	90	10,843	10,030	9,974	133,166	0,020	1,160	0,003	1,306	5,792	14,482	4,568	36,970	2,100				
	1-4 классы																		
	5-11 классы		12,665	13,566	12,404	175,920	0,025	1,020	0,002	2,210	6,539	3,894	4,846	27,818	0,765				
Каша гречневая рассыпчатая	463 Сб.1996г.	150	7,716	5,384	26,323	232,585	0,255		0,021	4,160	30,396	154,621	0,159	2,985	0,159				
	1-4 классы																		
	5-11 классы		8,715	6,460	32,561	278,971	0,306		0,025	4,989	36,456	185,444	0,189	3,580	0,189				
Сок фруктовый без сахара	293 Сб.2008г.	180	0,900		21,060	84,600	0,018	3,600											
	1-4 классы																		
	5-11 классы		1,800	0,900	21,060	84,600	0,018	3,600											
Хлеб ржаной	ГОСТ 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032			0,560	8,400	34,800	7,600	0,800	0,800				
	1-4 классы																		
	5-11 классы		1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600	0,600				
Итого:																			
Завтрак		500	15,34	17,55	60,15	439,39	0,17	90,88	0,00	4,11	106,34	125,11	50,73	123,83					
Обед		680	25,797	19,739	82,099	630,977	0,420	24,560	0,024	7,816	81,068	271,093	42,696	41,891					
		800	28,756	25,332	90,892	724,324	0,497	29,870	0,027	9,996	92,095	298,013	47,510	33,363					

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						
			2-я неделя																	
			Понедельник																	
Фрукты	24 сб.1996г. 24 сб.1996г.	100 100	0,400 0,400		9,800 9,800	38,000 38,000														
Каша геркулесовая молочная жидкая с маслом,	109 Сб.2008г. 109 Сб.2008г.	160 160	4,988 4,988	8,935 8,935	25,262 25,262	190,354 190,354	0,151 0,151	1,320 1,320	0,086 0,086	2,256 2,256	176,695 176,695	203,345 203,345	44,880 44,880	1,366 1,366						
Кофейный напиток с молоком, сахарозаместителем	762 Сб.1997г. 762 Сб.1997г.	210 210	6,623 6,623	8,033 8,033	32,660 32,660	296,336 296,336	0,201 0,201	1,760 1,760	0,075 0,075	3,135 3,135	234,760 234,760	270,460 270,460	59,740 59,740	1,810 1,810	0,045 0,045					
Сыр плавленый	762 Сб.1997г. СТО71063300-003	200 016	2,500 3,580	2,640 3,500	20,560 3,500	112,650 47,400	0,030 0,030	1,000 0,510	0,020 0,025	0,090 0,060	0,300 129,000	91,000 102,000	14,000 6,800	0,045 0,045						
Хлеб ржаной	2 Сб.1997г. 2 Сб.1997г.	040 050	2,204 2,756	0,400 0,500	12,332 16,040	76,000 95,000	0,032 0,040	0,510 0,510	0,025 0,025	0,060 0,560	129,000 8,400	102,000 34,800	6,800 7,600	136,000 0,800						
			2-я неделя																	
			Понедельник																	
Салат из свежлы отварной	23 Сб.2008г. 23 Сб.2008г.	060 100	0,969 1,615	6,997 8,995	6,156 10,260	109,330 145,550	0,011 0,019	5,700 9,500		1,340 2,233	21,090 35,150	24,510 40,850	24,510 40,850	0,798 1,330						
Сул из овощей	132 Сб.1996г. 132 Сб.1996г.	200 250	3,514 3,893	3,525 4,406	10,490 13,113	76,426 95,533	0,073 0,091	17,800 22,250		1,550 1,937	18,880 23,600	40,380 50,475	17,180 21,475	0,636 0,795						
Тертллы с соусом	423 Сб.1996г. 423 Сб.1996г.	080 100	6,802 7,201	7,114 9,414	9,623 11,784	121,904 158,764	0,022 0,027	2,460 2,820		2,146 2,554	8,822 10,677	20,641 25,617	5,957 6,746	37,071 27,956						
Пюре из гороха	270 Сб.1996г. 270 Сб.1996г.	150 180	15,131 17,358	5,924 8,908	40,345 48,015	260,286 312,349	0,629 0,785	2,820 5,760	0,021 0,025	6,479 7,775	63,418 76,103	158,888 190,671	61,617 73,942	4,899 5,879						
Напиток лимонный с сахарозаместителем	289 Сб.2008г. 289 Сб.2008г.	180 040	0,130 2,204		22,075 12,832	86,328 76,000	0,006 0,032	5,760 5,760			6,192 8,400	3,168 34,800	1,728 7,600	0,151 0,800						
Хлеб ржаной	ГОСТ 26983-2015 ГОСТ 26983-2015	060 060	1,653 1,653	0,300 0,300	9,624 0,300	57,000 57,000	0,024 0,024			0,500 0,500	8,400 6,300	34,800 26,100	7,600 5,700	0,800 0,600						
			Обед																	
			Завтрак																	
			Понедельник																	
Завтрак	1-4 классы 5-11 классы	516 576	13,67 12,279	15,48 11,173	68,45 79,660	464,40 481,986	0,21 0,271	2,83 2,760	0,11 0,095	2,97 4,065	314,40 245,560	431,15 404,960	73,28 83,240	138,21 2,855						
Обед	1-4 классы 5-11 классы	720 870	28,750 31,850	23,960 32,023	101,521 114,871	730,274 855,524	0,773 0,922	31,720 40,330	0,021 0,025	12,075 14,999	126,802 158,022	282,387 336,881	118,592 150,441	44,355 36,711						

* - 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		
2-я неделя																
Орuchy порционно	522 Сб.1996г.	020	0,140	0,360	2,000	0,004	1,400	0,006	0,020	3,400	8,400	0,004	0,006	0,006		
	522 Сб.1996г.	030	0,210	0,540	3,000	0,006	2,100	0,009	0,030	5,100	12,600	0,006	0,009	0,006		
Котлеты Куринные с соусом	423 Сб.1996г.	080	8,944	10,030	9,974	0,020	1,160	0,003	1,306	5,792	14,492	4,558	36,970	0,006		
	423 Сб.1996г.	100	11,340	13,566	12,404	0,025	1,020	0,002	2,210	6,539	3,894	4,846	27,818	0,006		
Каша гречневая рассыпчатая	463 Сб.1996г.	150	7,716	5,384	26,323	0,255	0,021	4,160	4,989	30,396	154,621	0,158	2,985	0,006		
	463 Сб.1996г.	180	8,715	6,460	32,561	0,306	0,025	4,989	36,456	185,444	0,189	3,585	0,006	0,006		
Компот из свежих яблок с сахарозаменителем	702 Сб.1997г.	200	0,080	0,080	33,552	0,004	0,720	0,004	0,480	2,400	4,000	0,152	0,152	0,006		
	702 Сб.1997г.	200	0,080	0,080	33,552	0,004	0,720	0,004	0,480	2,400	4,000	0,152	0,152	0,006		
Хлеб ржаной	ГОСТ 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	0,032	0,720	0,004	0,560	8,400	34,800	0,800	0,800	0,006		
	ГОСТ 26983-2015	050	2,756	0,500	16,040	0,040	0,940	0,006	0,740	10,500	43,500	0,940	0,940	0,006		
2-я неделя																
Обед																
Винегрет овощной	60 Сб.1996г.	060	1,167	6,193	5,486	0,035	5,520	0,006	2,936	14,130	26,288	12,198	0,490	0,006		
	60 Сб.1996г.	100	1,945	8,321	9,142	0,058	9,200	0,006	4,494	23,550	43,780	20,330	0,816	0,006		
Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	120 Сб.1996г.	210	1,804	5,530	8,801	0,066	26,510	0,006	1,774	37,540	43,204	18,240	19,102	0,006		
	120 Сб.1996г.	260	2,161	6,538	10,929	0,082	33,125	0,006	2,214	44,675	52,455	22,550	23,875	0,006		
ЕЖИКИ в соусе	202 Сб.2008г.	090	10,802	10,114	13,843	0,022	2,460	0,003	1,306	8,822	20,641	5,957	37,071	0,006		
	202 Сб.2008г.	100	13,301	12,414	15,784	0,027	2,820	0,002	1,798	10,677	25,617	6,746	27,956	0,006		
Капустя тушеная	482 Сб.1996г.	190	3,593	5,267	16,511	0,111	8,320	0,003	2,241	83,598	62,415	31,572	84,606	0,006		
	482 Сб.1996г.	180	4,316	6,321	19,838	0,133	105,985	0,003	2,689	100,330	74,925	37,886	101,068	0,006		
Чай глимоном,	629 Сб.1996г.	187	0,243	0,046	13,761	0,003	2,801	0,003	3,111	1,540	0,840	0,090	0,090	0,006		
сахарозаменителем	629 Сб.1996г.	187	0,243	0,046	13,761	0,003	2,801	0,003	3,111	1,540	0,840	0,090	0,090	0,006		
Хлеб ржаной	ГОСТ 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	0,032	0,720	0,004	0,560	8,400	34,800	0,800	0,800	0,006		
	ГОСТ 26983-2015	060	1,693	0,300	9,624	0,024	0,520	0,003	0,500	6,300	26,100	0,700	0,600	0,006		
Завтрак																
Итого:	1-4 классы	500	19,084	15,814	83,041	0,315	3,280	0,030	6,046	48,468	214,713	16,316	40,911	0,036		
	5-11 классы	560	23,101	20,526	95,097	0,381	3,840	0,036	8,069	59,075	247,838	19,335	32,556	0,036		
Обед	1-4 классы	737	19,813	27,550	71,233	0,289	125,611	0,009	8,577	155,601	188,868	76,407	142,159	0,009		
	5-11 классы	887	23,639	33,940	79,078	0,327	153,931	0,008	11,695	188,643	224,417	94,052	154,405	0,008		

* - действует с 01 марта

Циклическое меню

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Энт. ценность (ккал)	Витаминный (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо		
Среда																
2-я неделя																
Фрукты	1-4 классы	24 сб.1996г.	100	0,400		9,800	38,000									
	5-11 классы	24 сб.1996г.	100	0,400		9,800	38,000									
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	23,819	31,052	3,769	389,634	0,143	0,657	0,670	3,821	178,519	386,180	104,158	5,410	
Чай с сахарозаменителем	1-4 классы	628 сб.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001		0,346				0,053	
	5-11 классы	628 сб.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001		0,346				0,053	
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26963-2015	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032			0,560	8,400	34,800	7,600	0,800	
	5-11 классы	ГОСТ 26963-2015	050	2,756	0,500	16,640	96,000	0,040			0,840	10,500	43,500	9,500	1,000	
Среда																
2-я неделя																
Салат из моркови и яблок без сахара.Салат 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	0,142	
Борщ с капустой и картошкой со сметаной	1-4 классы	110 сб.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 сб.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	
Емочки с соусом	1-4 классы	423 сб.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 сб.1996г.	100	12,655	13,566	12,404	175,920	0,025	1,020	0,002	2,210	6,539	3,894	4,846	27,818	
Картофельное пюре	1-4 классы	472 сб.1996г.	150	3,283	4,497	26,370	154,200	0,161	25,675	0,026	0,144	41,310	95,910	32,805	1,390	
	5-11 классы	472 сб.1996г.	160	3,916	5,396	31,644	185,040	0,193	31,050	0,031	0,172	49,572	115,092	39,566	1,668	
Компот из сухофруктов с сахарозаменителем	1-4 классы	283 сб.2008г.	180	0,878		32,139	126,104	0,005	0,549			30,740	21,137	16,470	4,158	
	5-11 классы	283 сб.2008г.	180	0,878		32,139	126,104	0,005	0,549			30,740	21,137	16,470	4,158	
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26963-2015	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032			0,560	8,400	34,800	7,600	0,800	
	5-11 классы	ГОСТ 26963-2015	060	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600	
Обед																
Завтрак																
Итого:	Завтрак	1-4 классы	500	21,435	25,961	28,172	425,067	0,125	0,572	0,583	3,323	155,579	335,804	90,570	4,758	
		5-11 классы	530	24,419	31,103	28,579	484,901	0,143	0,658	0,670	3,821	178,865	386,180	104,158	5,463	
Обед		1-4 классы	730	21,533	26,480	101,701	674,950	0,290	46,568	0,035	6,580	142,844	233,521	104,261	99,447	
		5-11 классы	880	24,182	33,540	114,837	810,264	0,347	57,234	0,039	9,736	169,446	257,488	126,212	104,439	

* - 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													
Четверг															Завтрак												
Оррды соевые	1-4 классы	24 Сб.1996г.	040	1,120	0,520	6,440																					
	5-11 классы	24 Сб.1996г.	040	1,120	0,520	6,440																					
Плов из Говядины (крупа перловая)	1-4 классы	193 Сб.2008г.	200	14,671	16,213	40,528	382,073	0,106	2,697	2,849	10,000	8,000	0,430	0,430													
	5-11 классы	193 Сб.2008г.	250	17,996	17,934	54,034	433,536	0,136	3,995	3,650	33,235	68,123	21,137	3,101													
Чай с сахаром/менгелем	1-4 классы	628 Сб.1998г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001		0,346	90,771	27,628	3,449													
	5-11 классы	628 Сб.1998г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001		0,346	90,771	27,628	3,449													
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	060	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024	0,001	0,500	6,300	26,100	5,700	0,053	0,053												
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	060	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024	0,001	0,500	6,300	26,100	5,700	0,053	0,053												
Четверг															Обед												
2я неделя															Обед												
Салат из белокочанной капусты/Салат из оррдов*	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	1,580	5,005	9,951	89,292	0,053	39,950	2,163	41,494	29,959	16,424	0,816													
Суп картофельный с горохом	1-4 классы	138 Сб.1996г.	200	4,746	4,302	18,572	127,590	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	86,675	35,250	1,945													
Котлеты рыбные любительские с соусом	1-4 классы	162 Сб.2008г.	90	9,080	5,499	9,271	95,702	0,057	1,845	1,717	14,986	29,764	31,461	28,195													
	5-11 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													
Картофель и овощи тушеные	1-4 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													
Сок фруктовый/без сахара	1-4 классы	293 Сб.2008г.	180	0,900		21,060	84,600	0,018	3,600		14,400	16,200	9,000	0,380													
	5-11 классы	293 Сб.2008г.	180	0,900		21,060	84,600	0,018	3,600		14,400	16,200	9,000	0,380													
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032		0,560	8,400	16,200	9,000	0,360													
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	060	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024		0,500	6,300	26,100	5,700	0,600													
Итого:															Завтрак					Обед							
															500	17,644	16,564	65,682	482,780	0,130	2,698	0,000	3,349	49,881	102,223	26,837	4,234
															550	20,989	18,285	79,188	554,243	0,150	3,596	0,000	4,150	58,587	124,871	33,328	4,582
															720	21,535	24,623	102,923	687,459	0,156	74,320	0,022	11,577	111,894	276,752	129,684	33,022
															870	24,830	31,902	118,320	819,480	0,184	100,220	0,030	14,817	142,702	329,481	161,969	34,089

* - Декретуег 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					
Литница															Завтрак				
2-я неделя																			
Икра кабачковая(порционная)	1-4 классы 31 Об.1997-г.	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 Об.1997-г.	030	0,600	2,700	2,530	36,600	0,006	2,100				12,300	20,100	10,500	2,100				
Стейк(Шницель) на курлице с соусом	1-4 классы 520 Об.1997-г.	090	11,648	8,565	2,097	169,992	0,006	0,960	0,003	1,306	2,764	5,192	2,472	36,838					
	5-11 классы 520 Об.1997-г.	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					
Картофель отварной	1-4 классы 239 Об.2008-г.	150	3,094	0,155	30,474	128,393	0,186	30,938			15,469	89,720	35,579	1,392					
	5-11 классы 239 Об.2008-г.	180	3,713	0,185	36,569	154,073	0,223	37,126			18,563	107,665	42,695	1,671					
Компот на апельсинах с яблоками с сахарозаменителем	1-4 классы 278 Об.2008-г.	200	0,420		30,520	118,600	0,019	24,540	0,088	14,000	8,200	11,000	8,200	0,120					
	5-11 классы 278 Об.2008-г.	200	0,420		30,520	118,600	0,019	24,540	0,088	14,000	8,200	11,000	8,200	0,120					
Хлеб ржаной	1-4 классы ГОСТ 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032			0,560	8,400	34,800	7,600	0,800					
	5-11 классы ГОСТ 26983-2015	050	2,756	0,500	16,040	95,000	0,040			0,940	10,500	43,500	9,500	1,000					
Литница																			
2-я неделя																			
Салат картофельный с зеленым горошком	1-4 классы 31 Об.2008-г.	060	4,901	6,956	7,733	97,236	0,059	8,160	0,021	2,794	9,948	39,036	13,884	0,576					
	5-11 классы 31 Об.2008-г.	100	3,106	11,594	12,888	162,060	0,098	13,600	0,035	1,550	16,590	65,060	23,140	0,960					
Суп на овощей	1-4 классы 132 Об.1996-г.	200	3,514	3,525	10,490	96,426	0,073	17,800			18,880	40,380	17,180	0,636					
	5-11 классы 132 Об.1996-г.	250	3,893	4,405	13,113	115,533	0,091	22,250			23,600	50,475	21,475	0,795					
Тедтели с соусом	1-4 классы 423 Об.1996-г.	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 Об.1996-г.	100	7,201	9,414	11,784	158,764	0,027	2,820			10,677	25,617	6,746	27,966					
Каша пшеничная рассыпчатая	1-4 классы 465 Об.1996-г.	150	7,527	6,081	41,369	239,700	0,176		0,030		1,800	5,244	0,225	3,759					
	5-11 классы 465 Об.1996-г.	180	9,032	7,297	49,642	287,640	0,212		0,036		2,160	6,293	0,270	4,511					
Чай с лимонном, сахарозаменителем	1-4 классы 629 Об.1996-г.	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 Об.1996-г.	187	0,243	0,046	13,761	53,710	0,003	2,801			3,111	1,540	0,840	0,090					
Хлеб ржаной	1-4 классы ГОСТ 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032			0,560	8,400	34,800	7,600	0,800					
	5-11 классы ГОСТ 26983-2015	060	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600					
Обед																			
Завтрак																			
1-4 классы																			
Завтрак		500	17,766	10,920	77,643	517,385	0,247	57,838	0,003	1,954	48,833	154,112	60,851	40,550					
	5-11 классы	560	20,384	12,574	90,803	614,773	0,292	64,486	0,002	2,726	57,436	186,159	72,749	32,519					
Обед																			
1-4 классы																			
Обед		727	25,191	24,122	95,608	684,976	0,365	31,221	0,051	7,050	50,961	141,641	45,666	42,932					
	5-11 классы	877	25,128	33,057	110,812	834,707	0,455	41,471	0,071	4,991	62,428	175,085	58,171	34,912					

* - 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		
Суббота																
2-я неделя																
Сельдь старинном	83 Сб.1996г.	060	4,240	8,098	4,468	86,115	0,026	4,290	0,012	2,902	24,787	69,462	18,345	408,381		
	5-11 классы	060	4,240	8,098	4,468	86,115	0,026	4,290	0,012	2,902	24,787	69,462	18,345	408,381		
Омлет натуральный	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	200	23,819	31,052	3,769	389,634	0,143	0,657	0,670	3,821	178,519	386,180	104,158	5,410		
Чай с сахарозаменителем	628 Сб.1996г.	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		
Хлеб ржаной	ГОСТ 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032			0,560	8,400	34,800	7,600	0,800		
	ГОСТ 26983-2015	050	2,756	0,500	16,040	95,000	0,040			0,940	10,500	43,500	9,500	1,000		
Суббота																
2-я неделя																
Орuchy соевые	24 Сб.1996г.	020	0,560		0,260	3,220					5,000	4,000		0,240		
	5-11 классы	030	0,840		0,390	4,830					7,500	6,000		0,360		
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	110 Сб.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	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		
ЕЖИКИ в соусе	202 Сб.2008г.	080	10,802	10,114	13,843	183,904	0,022	2,460	0,003	1,306	8,822	20,641	5,957	37,071		
	5-11 классы	100	13,301	12,414	15,784	200,764	0,027	2,820	0,002	1,798	10,677	25,617	6,746	27,956		
Картофель тушеный с овощами	239 Сб.2008г.	150	3,094	0,155	30,474	128,393	0,186	30,938			15,469	89,720	35,579	1,382		
	5-11 классы	160	3,713	0,186	36,569	154,073	0,223	37,126			18,563	107,665	42,695	1,671		
Сок фруктовый без сахара	293 Сб.2008г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000			15,000	18,000	10,000	0,400		
	5-11 классы	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000			15,000	18,000	10,000	0,400		
Хлеб ржаной	ГОСТ 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032			0,360	8,400	34,800	7,600	0,800		
	ГОСТ 26983-2015	060	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600		
Обед																
Завтрак																
ИТОГО:		500	27,479	34,459	35,672	549,182	0,183	4,862	0,595	6,785	188,766	440,066	117,015	413,939		
	5-11 классы	540	31,015	39,701	39,287	628,016	0,209	4,948	0,682	7,563	214,152	498,142	132,503	414,844		
	1-4 классы	710	21,493	16,191	92,517	361,597	0,308	54,228	0,009	3,685	91,591	213,133	86,256	95,947		
	5-11 классы	830	24,724	19,428	100,329	627,867	0,354	64,971	0,008	4,568	104,165	239,297	98,791	107,040		