

СОГЛАСОВАНО:

Директор ГБОУ СОШ(ООШ)



20 25 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Генеральный директор
АО «Комбинат питания»



20 25 г.

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

Осенне-зимнее (весеннее - *)

Специально составлено с учетом сезонности по потребностям и вкусовым предпочтениям обучающихся и воспитанников учреждения

Ишкова Л.Г. *Ишкова Л.Г.*
Сергеева Е.В. *Сергеева Е.В.*
Давыдова Л.В. *Давыдова Л.В.*

Иванова Л.С. *Иванова Л.С.*
Серова Л.Г. *Серова Л.Г.*
Давыдова Е.В. *Давыдова Е.В.*

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		1-я неделя		Завтрак													
Кукуруза консервированная	1-4 классы	24 Сб. 1996г.	020	0,700	0,560	3,120	20,200	0,080				9,200				0,084	
	5-11 классы	24 Сб. 1996г.	030	1,050	0,640	4,680	30,300	0,120				13,800				0,126	
	1-4 классы	423 Сб. 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		
	5-11 классы	423 Сб. 1996г.	100	5,521	7,124	2,203	98,124	0,025	1,200	0,003	2,210	6,539	3,894	4,546	27,818		
	1-4 классы	469 Сб. 1996г.	150	5,365	4,265	37,247	203,790	0,087		0,021	1,193	10,427	46,359	8,306	0,622		
Макаронные изделия отварные	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		
	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		
	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	46,200	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	0,200		
Чай с сахаром	1-4 классы	ГОСТ 26963-2015	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 26963-2015	025	1,378	0,250	8,020	47,500	0,020			0,420	5,250	21,750	4,750	0,500		
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26963-2015	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 26963-2015	025	1,378	0,250	8,020	47,500	0,020			0,420	5,250	21,750	4,750	0,500		
Понедельник		1-я неделя		Обед													
Салат из моркови с чесноком/Салат картофельный с сельдью*	1-4 классы	60 Сб. 1996г.	060	0,663	12,036	3,487	124,356	0,035	5,520		2,696	14,130	26,268	12,198	0,490		
	5-11 классы	60 Сб. 1996г.	100	1,105	20,080	5,812	207,260	0,058	9,200		4,494	23,560	43,780	20,330	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	0,263	11,625		4,019	32,275	86,875	35,290	1,945		
	1-4 классы	520 Сб. 1997г.	090	11,648	8,555	2,097	119,992	0,006	0,960	0,003	1,306	2,764	5,192	2,472	36,838		
Стейк(Шиндель) из курицы с соусом	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	1,954	27,628		
	1-4 классы	482 Сб. 1996г.	150	3,583	5,267	16,511	123,461	0,111	88,320		2,241	83,598	62,415	31,572	84,606		
	5-11 классы	482 Сб. 1996г.	180	4,316	6,321	19,638	146,280	0,133	105,985		2,689	100,330	74,925	37,866	101,068		
	1-4 классы	283 Сб. 2008г.	180	0,878	32,139	126,104	0,005	0,549			0,280	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			0,280	30,740	21,137	16,470	4,158		
Компот из сухофруктов	1-4 классы	ГОСТ 27644-88	020	1,520	0,180	9,940	46,200	0,022				4,000	13,000	2,800	0,180		
	5-11 классы	ГОСТ 27644-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033				6,000	19,500	4,200	0,270		
	1-4 классы	ГОСТ 26963-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016				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				6,300	26,100	5,700	0,600		
Хлеб пшеничный																	
Хлеб ржаной																	
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	26,697	
		Обед		860	16,466	13,632	89,349	634,219	0,238	1,201	0,028	4,481	43,447	96,320	23,083	29,483	
		3		720	24,160	30,660	83,162	704,693	0,397	104,649	0,003	10,018	166,262	214,912	97,612	128,228	
		5-11 классы		870	25,060	47,617	110,632	973,419	0,610	128,079	0,002	14,000	201,268	276,211	121,695	136,486	

*-действует с 01 марта

Циклическое меню

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)		Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Белки	Жиры		Углеводы	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Вторник		Завтрак													
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	133,166	0,020	1,160	0,003	1,306	5,792	14,492	4,556	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	3,894	4,846	27,818
	1-4 классы	465 Сб. 1996г.	150	3,868	5,218	41,803	219,038	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	262,845	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	59,437	0,003	2,801		3,111	1,540	0,340	0,090	
Чай с лимоном	5-11 классы	629 Сб. 1996г.	207	0,243	0,046	13,761	53,710	0,003	2,801		3,111	1,540	0,340	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
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 26963-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,230	4,200	17,400	3,800	0,400
Хлеб ржаной	5-11 классы	ГОСТ 26963-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600
	Обед														
Вторник															
Салат из свежих помидоров, яблок и консервированных огурцов	1-4 классы	37 Сб. 2015г.	060	1,276	1,836	7,317	49,219	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	11,766	1,364	21,177	47,427	17,639	0,888	
	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
	1-4 классы	293 Сб. 2015г.	180	13,826	12,099	21,343	249,614	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	346,536	0,258	38,000			29,226	115,854	47,475	2,962
	1-4 классы	280 Сб. 2006г.	200	1,924		44,343	176,440	0,037	1,430			635,690	54,020	38,850	0,060
Компот из кураги	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
	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 пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 26963-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,230	4,200	17,400	3,800	0,400
	5-11 классы	ГОСТ 26963-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600
Хлеб ржаной	5-11 классы	ГОСТ 26963-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600
	Завтрак														
1-4 классы			603	21,176	19,179	83,396	642,241	0,106	4,471	0,056	2,328	160,683	202,162	30,341	174,626
5-11 классы			663	29,893	26,496	116,634	790,008	0,161	72,301	0,006	4,124	737,218	292,716	141,814	74,233
1-4 классы			690	23,461	19,837	101,067	664,080	0,166	63,868	0,006	3,192	1630,936	246,763	149,619	69,747
6-11 классы			840	31,646	26,798	126,468	847,006	0,486	72,301	0,006	4,624	1600,986	246,763	149,619	69,747
ИТОГО:															
Завтрак															
Обед															

- Действует с 01 марта

Циклическое меню

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо		
Среды		1-я неделя		Завтрак												
Оррры солёные	1-4 классы	24 Сб. 1996г.	020	0,560	0,260	3,220					5,000	4,000		0,240		
			030	0,840	0,390	4,830					7,500	6,000		0,360		
Биточки из минта с овощами с соусом	1-4 классы		90	8,944	10,030	9,974	0,056	3,700		1,276	14,540	19,460	39,142	92,485		
	5-11 классы		100	11,340	13,566	12,404	0,066	3,700		2,255	14,540	19,460	46,062	92,582		
Картофельное пюре	1-4 классы	472 Сб. 1996г.	150	3,263	4,497	26,370	0,161	25,875	0,026	0,144	41,310	95,910	32,805	1,390		
	5-11 классы	472 Сб. 1996г.	180	3,916	5,366	31,644	0,193	31,050	0,031	0,172	49,572	115,092	39,366	1,668		
Комлот из свежих яблок	1-4 классы	702 Сб. 1997г.	200	0,090	33,552	127,780	0,004	0,720		0,480	2,400	4,000	0,152	0,152		
	5-11 классы	702 Сб. 1997г.	200	0,060	33,552	127,760	0,004	0,720		0,480	2,400	4,000	0,152	0,152		
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,160		
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	025	1,900	0,250	12,425	0,028			0,420	5,000	16,250	3,500	0,225		
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26963-2015	020	1,102	0,200	6,416	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400		
	5-11 классы	ГОСТ 26963-2015	025	1,376	0,250	8,020	0,020			0,420	5,250	21,750	4,750	0,500		
Среды		1-я неделя		Обед												
Салат из свежкы отварной	1-4 классы	23 Сб. 2008г.	060	0,969	6,997	6,156	0,011	5,700		1,340	21,090	24,510	24,510	0,798		
	5-11 классы	23 Сб. 2008г.	100	1,615	8,995	10,260	0,019	9,500		2,233	35,150	40,850	40,850	1,330		
Суп картофельный с макаронными изделиями	1-4 классы	139 Сб. 1996г.	250	2,840	23,945	125,525	0,116	16,500		1,343	17,500	63,500	24,050	0,867		
	5-11 классы	139 Сб. 1996г.	250	2,840	23,945	125,525	0,118	16,500		1,343	17,500	63,500	24,050	0,867		
Плов из Говядины	1-4 классы	193 Сб. 2008г.	150	15,849	10,407	34,958	0,106	2,697		2,849	33,235	68,123	21,137	3,101		
	5-11 классы	193 Сб. 2008г.	200	14,671	16,213	40,528	0,126	3,595		3,650	41,941	90,771	27,628	3,449		
Чай с сахаром	1-4 классы	628 Сб. 1996г.	200	0,200	0,051	15,010		0,001			0,346			0,053		
	5-11 классы	628 Сб. 1996г.	200	0,200	0,051	15,010		0,001			0,346			0,053		
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,160		
	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 ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26963-2015	020	1,102	0,200	6,416	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400		
	5-11 классы	ГОСТ 26963-2015	030	1,653	0,300	9,624	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600		
Завтрак		1-4 классы		Обед												
ИТОГО:		600	16,469	14,907	86,612	601,546	0,269	30,296	0,026	1,980	69,630	162,170	82,647	94,647		
	Завтрак	600	19,464	19,462	98,436	697,680	0,311	36,470	0,031	3,267	82,342	180,962	97,637	95,487		
	Обед	700	22,450	20,608	96,536	671,130	0,273	24,898	0,000	6,092	80,371	186,633	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	6,699		

* - действует с 01 марта

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														
Горошек запаренный консервированный	1-4 классы	31 Сб.1997г.	020	0,620	0,400	1,420	8,200	0,022	2,000	0,240	3,200	10,600	4,200	0,140				
	5-11 классы	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	423 Сб.1996г.	90	7,630	10,170	9,450	168,000	0,022	1,150	1,306	5,967	15,412	4,745	36,381				
	5-11 классы	423 Сб.1996г.	100	11,355	13,566	12,415	176,020	0,025	0,970	1,394	6,379	17,394	4,856	27,818				
	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				
Макаронные изделия отварные	5-11 классы	469 Сб.1996г.	160	6,437	5,117	46,011	244,528	0,105	0,025	1,431	12,512	54,426	9,967	0,746				
	1-4 классы	293 Сб.2008г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000		16,000	18,000	10,000	0,400				
Сок фруктовый	5-11 классы	293 Сб.2008г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000		16,000	18,000	10,000	0,400				
	1-4 классы	ГОСТ 27644-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022		0,280	4,000	13,000	2,800	0,180				
Хлеб пшеничный	5-11 классы	ГОСТ 27644-88	025	1,900	0,250	12,425	56,500	0,028		0,420	5,000	16,250	3,500	0,225				
	1-4 классы	ГОСТ 26963-2015	020	1,102	0,200	6,416	36,000	0,016		0,230	4,200	17,400	3,800	0,400				
Хлеб ржаной	5-11 классы	ГОСТ 26963-2015	025	1,378	0,250	8,020	47,500	0,020		0,420	5,250	21,750	4,750	0,500				
Четверг		1-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	23,560	43,780	20,330	0,816				
	1-4 классы	120 Сб.1996г.	220	1,804	5,530	8,801	85,790	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				
	1-4 классы	202 Сб.2008г.	090	10,802	10,114	13,843	163,904	0,022	2,460	0,003	8,822	20,641	5,957	37,071				
ЕЖИКИ в соусе	5-11 классы	202 Сб.2008г.	100	13,301	12,414	15,784	200,764	0,027	2,820	0,002	1,736	10,677	25,617	6,746	27,956			
	1-4 классы	483 Сб.1996г.	150	7,716	5,384	26,323	232,665	0,255		4,160	30,385	154,821	0,158	2,955				
Каша гречневая рассыпчатая	5-11 классы	483 Сб.1996г.	180	8,715	6,460	32,561	273,971	0,306		4,959	36,456	185,444	0,189	3,950				
	1-4 классы	289 Сб.2008г.	180	0,720		24,273	96,705	0,027	216,000	0,306	12,150	3,600	3,600	5,061				
Напиток из шиповника	5-11 классы	289 Сб.2008г.	180	0,720		24,273	96,705	0,027	216,000	0,306	12,150	3,600	3,600	5,061				
	1-4 классы	ГОСТ 27644-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022		0,280	4,000	13,000	2,800	0,180				
Хлеб пшеничный	5-11 классы	ГОСТ 27644-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033		0,500	6,000	19,500	4,200	0,270				
	1-4 классы	ГОСТ 26963-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016		0,280	4,200	17,400	3,800	0,400				
Хлеб ржаной	5-11 классы	ГОСТ 26963-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024		0,500	6,300	26,100	5,700	0,600				
ИТОГО:	Завтрак		600	17,237	16,216	87,873	647,190	0,189	7,160	0,024	3,299	43,784	119,771	33,864	38,723			
	Обед		660	23,000	19,783	104,401	630,848	0,231	7,970	0,027	4,429	49,941	143,710	39,373	29,899			
	Итого		1260	40,237	35,999	192,274	1278,038	0,420	15,130	0,051	7,728	93,725	263,481	73,237	68,622			
		6-11 классы		880	30,795	34,303	117,223	938,410	0,657	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		1-я неделя			Завтрак												
Фрукты	1-4 классы	24 сб.1999г.	150	0,600		14,700	57,000										
Каша рисовая молочная жидкая с маслом,сахаром	5-11 классы	24 сб.1999г.	150	0,600		14,700	57,000										
	1-4 классы	114 сб.2008г.	160	11,586	14,844	29,730	265,000	0,019		0,020	0,293	6,919	23,407	5,001	0,452		
Чай с лимоном	5-11 классы	114 сб.2008г.	210	12,760	17,584	37,963	314,077	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		
Батон	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		
	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		1-я неделя			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	9,948	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	0,006	1,771	24,280	54,000	19,240	0,808		
Котлеты куриные с соусом	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	66,950	23,800	1,007		
	1-4 классы	202 сб.2008г.	090	10,802	10,114	13,843	163,904	0,022	2,480	0,003	1,306	8,822	20,641	5,957	37,071		
Картофель и овощи тушеные	5-11 классы	202 сб.2008г.	090	10,802	10,114	13,843	163,904	0,022	2,480	0,003	1,306	8,822	20,641	5,957	37,071		
	1-4 классы	251 сб.1997г.	150	3,675	11,419	15,784	200,764	0,027	2,820	0,002	1,788	10,677	25,617	6,746	27,956		
Компот из сухофруктов	5-11 классы	251 сб.1997г.	150	3,675	11,419	15,784	200,764	0,027	2,820	0,002	1,788	10,677	25,617	6,746	27,956		
	1-4 классы	283 сб.2008г.	180	4,410	13,703	18,220	250,013	0,215	35,625		4,767	23,400	108,525	43,575	1,622		
Хлеб пшеничный	5-11 классы	283 сб.2008г.	180	0,878		32,139	126,104	0,005	0,549			30,740	21,137	16,470	4,155		
	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 ржаной	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		
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	6-11 классы	697	17,663	18,130	92,374	542,787	0,103	2,801	0,020	1,602	24,403	73,326	23,968	1,434		
		1-4 классы	730	21,194	30,604	113,824	793,367	0,397	76,434	0,009	9,722	120,320	282,666	101,690	44,728		
		5-11 классы	880	26,867	38,302	144,972	983,790	0,606	102,119	0,008	12,917	151,391	318,493	126,630	36,763		

* - Действует с 01 марта

Циклическое меню

Наименование блюда		№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)		Эн. ценность (ккал)	Витаминный (мг)					Минеральные вещества (мг)				
				Белки	Жиры		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо		
Суббота		1-я неделя		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	21,714	9,623	121,504	0,022	2,460	2,146	8,822	20,641	5,957	37,071		
	5-11 классы	423 Сб.1996г.	100	7,201	25,914	11,784	156,764	0,027	2,820	2,554	10,677	25,617	6,746	27,566		
	1-4 классы	482 Сб.1996г.	150	3,583	12,526	20,611	148,561	0,111	88,320	2,241	83,598	62,415	31,572	84,606		
Кануста тушеная	5-11 классы	482 Сб.1996г.	180	4,316	16,632	23,938	165,280	0,133	105,985	2,689	100,330	74,925	37,886	101,058		
	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 27844-88	020	1,520	12,0180	9,940	45,200	0,022	4,000	0,280	4,000	13,000	2,900	0,180		
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	025	1,900	14,0250	12,425	56,500	0,028	5,000	0,420	5,000	16,250	3,500	0,225		
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	12,0200	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	14,0250	8,020	47,500	0,020		0,420	5,250	21,750	4,750	0,500		
Суббота		1-я неделя		Обед												
Горошек зеленый консервированный	1-4 классы	31 Сб.1997г.	020	0,620	12,0400	1,420	8,200	0,022	2,000	0,240	3,200	10,600	4,200	0,140		
	5-11 классы	31 Сб.1997г.	030	0,930	13,0600	2,130	12,300	0,033	3,000	0,360	4,800	15,900	6,300	0,210		
	1-4 классы	132 Сб.1996г.	200	3,514	15,325	10,490	76,426	0,073	17,800	1,550	18,690	40,380	17,180	0,636		
	5-11 классы	132 Сб.1996г.	250	3,893	19,406	13,113	95,533	0,091	22,250	1,937	23,600	50,475	21,475	0,795		
	1-4 классы	423 Сб.1996г.	90	10,843	1,310,030	9,974	133,168	0,020	1,160	0,003	5,792	14,492	4,556	36,970		
Биточки с соусом	5-11 классы	423 Сб.1996г.	100	12,665	1,213,566	12,404	175,950	0,025	1,020	0,002	6,539	3,894	4,646	27,818		
	1-4 классы	463 Сб.1996г.	150	7,716	1,116,584	26,323	232,585	0,025		0,021	30,396	154,621	0,158	2,955		
	5-11 классы	463 Сб.1996г.	180	8,715	1,196,460	32,551	278,971	0,036		0,025	36,456	185,444	0,189	3,550		
	1-4 классы	233 Сб.2008г.	180	0,900		21,060	84,600	0,018	3,600		14,400	16,200	9,000	0,360		
	5-11 классы	233 Сб.2008г.	180	0,900		21,060	84,600	0,018	3,600		14,400	16,200	9,000	0,360		
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	12,0180	9,940	45,200	0,022		0,280	4,000	13,000	2,900	0,180		
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	15,0270	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	12,0200	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	150,300	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	150,300	9,624	57,000	0,024		0,500	6,300	26,100	5,700	0,600		
Завтрак		1-4 классы		600	13,62	4914,61	63,32	436,332	0,18	92,18	0,00	4,96	108,17	126,86	61,13	
Обед		5-11 классы		660	16,60	810,839	79,76	624,911	0,21	110,81	0,00	6,08	133,80	168,64	68,38	
Итого:		Обед		800	26,216	7,819,719	86,623	618,177	0,428	24,660	0,024	7,816	90,868	266,693	41,671	
		5-11 классы		800	31,036	2,95,602	106,802	772,124	0,630	29,870	0,027	10,496	98,095	317,613	33,633	

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		2-я неделя		Завтрак													
Горный бутерброд Пикантный	1-4 классы	384 Сб.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 Сб.2008г.	065	6,352	5,016	26,230	175,440	0,033	0,025	0,500	6,000	19,500	4,200	0,270			
Каша молочная жидкая -Дружба- с маслом, сахаром	1-4 классы	102 Сб.2008г.	220	8,291	6,584	24,037	185,300	0,081	0,270	0,680	9,270	42,180	14,560	1,105			
	5-11 классы	102 Сб.2008г.	260	10,598	7,324	31,238	210,936	0,097	0,040	0,769	10,603	50,216	17,412	1,316			
Какао растворимый	1-4 классы	762Сб.1997г.	200	3,680	2,728	17,070	135,000	0,027	0,900	0,018	109,170	81,900	12,600	0,941			
	5-11 классы	762Сб.1997г.	200	3,560	2,728	17,070	135,000	0,027	0,900	0,018	109,170	81,900	12,600	0,941			
Кондитерские изделия	1-4 классы	29 Сб.1997г.	025	0,600	7,550	15,070	131,500										
	5-11 классы	29 Сб.1997г.	025	0,600	7,550	15,070	131,500										
Понедельник		2-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	0,798			
	5-11 классы	23 Сб.2008г.	100	1,615	8,995	10,260	145,550	0,018	9,500	2,233	36,150	40,650	40,650	1,330			
Суп картофельный с клецками	1-4 классы	46 Сб.2008г.	200	3,000	2,630	13,600	145,000	0,094	10,450	1,074	53,850	85,650	32,470	1,400			
	5-11 классы	46 Сб.2008г.	250	3,750	3,288	16,870	181,000	0,118	13,000	1,343	42,310	107,060	40,580	1,750			
Ежики в соусе	1-4 классы	202 Сб.2008г.	090	10,802	10,114	13,843	163,904	0,022	2,460	0,003	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	25,617	6,746	27,956			
Пюре из гороха	1-4 классы	270 Сб.1998г.	150	15,131	5,924	40,345	260,286	0,629	0,021	6,479	63,418	158,888	61,617	4,899			
	5-11 классы	270 Сб.1998г.	180	17,358	6,908	48,015	312,349	0,755	0,025	7,775	76,103	190,671	73,942	5,879			
Напиток лимонный	1-4 классы	289 Сб.2008г.	180	0,130	22,075	86,328	0,006	5,760			6,192	3,168	1,728	0,151			
	5-11 классы	289 Сб.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 27344-88	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 27344-88	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 26963-2015	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 26963-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024		0,500	6,300	26,100	5,700	0,600			
ИТОГО:		Завтрак		600	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		560	21,330	22,618	89,608	665,876	0,167	0,900	0,083	1,350	126,773	161,616	34,212	2,627	
				720	32,664	26,046	112,276	846,048	0,800	24,370	0,024	10,769	141,672	323,267	132,882	44,939	
				870	40,087	34,176	137,638	1060,791	0,982	31,080	0,027	14,149	182,732	412,966	173,766	37,936	

* - действует с 01 марта

Циклическое меню

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)																	
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	фосфор	Магний	Железо															
Вторник		2-я неделя														Завтрак													
Осупы 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	1-4 классы	202 Сб.2008г.	090	10,802	10,114	13,843	0,022	2,450	0,003	1,306	6,822	20,641			5,957	37,071													
	5-11 классы	202 Сб.2008г.	100	13,301	12,414	15,764	0,027	2,820	0,002	1,796	10,677	25,617			6,746	27,956													
Каша гречневая рассыпчатая	1-4 классы	463 Сб.1996г.	150	7,716	26,323	232,565	0,255		0,021	4,160	30,396	154,621			0,158	2,985													
	5-11 классы	463 Сб.1996г.	180	8,715	6,450	32,561	0,306		0,025	4,989	36,456	185,444			0,189	3,550													
Компот из свежих яблок	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	702 Сб.1997г.	200	0,080	33,552	127,760	0,004	0,720			0,480	2,400			4,000	0,152													
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27644-88	020	1,520	9,940	45,200	0,022			0,280	4,000	13,000			2,900	0,180													
	5-11 классы	ГОСТ 27644-88	025	1,900	0,250	56,500	0,028			0,420	5,000	16,250			3,500	0,225													
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26963-2015	020	1,102	6,416	36,000	0,016			0,290	4,200	17,400			3,600	0,400													
	5-11 классы	ГОСТ 26963-2015	025	1,378	0,250	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	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	0,056	9,200		4,494	23,560	43,780			20,330	0,816													
Уха	1-4 классы	72 Сб.2008г.	200	3,970	2,840	16,232	0,066	26,510		1,774	37,540	43,204			18,240	19,102													
	5-11 классы	72 Сб.2008г.	250	4,400	3,363	20,290	0,082	33,125		2,214	44,675	52,455			22,550	23,875													
Парочки с крупой с соусом	1-4 классы	423 Сб.1996г.	090	6,802	7,114	9,623	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	11,764	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	4,265	37,247	0,037			1,193	10,427	45,359			8,306	0,622													
	5-11 классы	469 Сб.1996г.	180	6,437	5,117	46,011	0,105			1,431	12,512	54,426			9,967	0,746													
Чай с лимоном	1-4 классы	629 Сб.1996г.	187	0,243	0,046	13,761	0,003	2,801			3,111	1,540			0,840	0,090													
	5-11 классы	629 Сб.1996г.	187	0,243	0,046	13,761	0,003	2,801			3,111	1,540			0,840	0,090													
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27644-88	020	1,520	9,940	45,200	0,022			0,280	4,000	13,000			2,900	0,180													
	5-11 классы	ГОСТ 27644-88	030	2,280	0,270	14,910	0,033			0,500	6,000	19,500			4,200	0,270													
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26963-2015	020	1,102	6,416	36,000	0,016			0,290	4,200	17,400			3,600	0,400													
	5-11 классы	ГОСТ 26963-2015	030	1,653	0,300	9,624	0,024			0,500	6,300	26,100			5,700	0,600													
Завтрак		1-4 классы														5-11 классы													
ИТОГО:	Завтрак	600	21,360	15,878	90,434	609,449	0,323	4,680	0,030	6,046	61,298	216,462			16,716	40,792													
	Обед	727	24,169	20,338	98,704	644,641	0,261	37,291	0,027	8,369	82,230	167,412			67,966	141,661													
		877	24,169	26,831	125,622	838,872	0,332	47,946	0,031	11,693	106,826	223,418			70,333	64,563													

* - 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		
Среды		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	0,630	8,050					12,500	10,000			0,600	
Пельмени отварные с бульоном	1-4 классы	293 Сб.2015г.	240	13,846	12,100	21,451	0,201	28,500			806,459	86,914	35,865	2,530		
	5-11 классы	293 Сб.2015г.	280	19,366	16,639	29,931	0,258	38,000			29,226	115,854	47,475	2,962		
Чай с сахаром	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	0,001	0,001			0,346			0,053		
	5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	0,001	0,001			0,346			0,053		
Хлеб пшеничный	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 ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	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	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600		
Среды		Обед														
2-я неделя		Обед														
Салат из моркови и яблок/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	3,580		4,584	31,170	36,350	26,180	0,142	
Борщ с капустой и картофелем,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	
Биточки 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	4,566	36,370	
	5-11 классы	423 Сб.1996г.	100	12,665	13,696	12,404	176,920	0,025	1,020	0,002	2,210	6,539	3,894	4,446	27,318	
Картофельное пюре	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	1,390	
	5-11 классы	472 Сб.1996г.	180	3,916	5,386	31,644	168,040	0,193	31,050	0,031	0,172	49,572	115,092	39,366	1,666	
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.	180	0,878	32,139	126,104	0,005	0,549			30,740	21,137	16,470	4,158		
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	46,200	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	
Завтрак		Обед														
ИТОГО:	Завтрак	1-4 классы	620	17,768	12,631	63,337	470,043	0,217	28,500	0,000	0,280	820,689	112,314	39,665	3,410	
		5-11 классы	690	22,419	17,260	70,125	687,148	0,282	38,000	0,000	0,500	48,026	161,964	53,176	4,162	
	Обед	1-4 классы	730	21,961	26,460	106,225	682,160	0,256	46,668	0,036	6,680	142,644	229,171	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	130,472	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														
Оррры солёные	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	362,073	0,106	2,697		2,849	33,235	68,123	21,137	3,101	0,450		
	5-11 классы	193 Сб.2008г.	250	17,996	17,934	54,034	433,536	0,126	3,595		3,449	41,941	90,771	27,628	3,449	0,053		
	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001			0,346				0,053		
Чай с сахаром	5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001			0,346				0,053		
	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	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	0,270		
	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	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	0,600		
Четверг		2-я неделя		Обед														
Салат из белокочанной капусты/Салат из оррры*	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	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	0,816		
	1-4 классы	138 Сб.1996г.	200	4,746	4,302	16,572	127,560	0,202	9,300		3,215	25,820	69,500	28,200	1,556	1,556		
	5-11 классы	138 Сб.1996г.	250	5,933	5,376	23,215	159,475	0,253	11,625		4,019	32,275	86,675	36,250	1,945	1,945		
	1-4 классы	162 Сб.2008г.	90	9,080	5,499	9,271	95,702	0,057	1,845	0,022	1,717	14,986	29,164	31,461	28,195	28,195		
Суп картофельный с горохом	5-11 классы	162 Сб.2008г.	100	10,384	7,516	12,206	129,098	0,078	2,295	0,03	2,39	20,153	40,117	43,305	28,422	28,422		
	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	1,622		
	5-11 классы	251 Сб.1997г.	180	4,410	13,703	42,264	300,015	0,256	42,730		5,745	28,080	130,230	62,290	1,966	1,966		
	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	0,360		
	5-11 классы	293 Сб.2008г.	160	0,900		21,060	84,600	0,018	3,600			14,400	16,200	9,000	0,360	0,360		
Котлеты из минтая с соусом	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	46,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,160	0,160		
	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		
	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		
	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	0,600		
Картофель и овощи тушеные	5-11 классы	251 Сб.1997г.	180	4,410	13,703	42,264	300,015	0,256	42,730		5,745	28,080	130,230	62,290	1,966	1,966		
	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	0,360		
	5-11 классы	293 Сб.2008г.	160	0,900		21,060	84,600	0,018	3,600			14,400	16,200	9,000	0,360	0,360		
	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	46,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,160	0,160		
	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		
Сок фруктовый	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	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	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	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	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	0,600		
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	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		
	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		
	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	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	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	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	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	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	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	0,600		
ИТОГО:		Завтрак		600	22,924	16,834	80,692	660,680	0,163	2,698	0,000	3,849	56,881	121,723	31,037	4,604	4,604	
		Обед		720	21,963	24,663	106,447	694,669	0,662	74,320	0,022	11,677	111,684	272,362	128,664	32,802	32,802	
				870	27,110	32,172	133,230	887,280	0,717	100,220	0,030	16,317	148,702	348,981	166,169	34,369	34,369	

действует с 01 марта

Наименование блюда	Экз	№ 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 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		
Стейк(Шницель) из курицы с соусом	1-4 классы	520 Сб.1997г.	090	11,643	8,565	2,097	119,592	0,006	0,960	0,003	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	0,002	1,798	2,073	3,894	1,854	27,628		
Макаронные 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	244,628	0,105		0,025	1,431	12,512	54,426	9,967	0,745		
Компот из кураги	1-4 классы	280 Сб.2008г.	200	1,924		44,343	176,440	0,037	1,480			635,690	54,020	36,630	0,060		
	5-11 классы	280 Сб.2008г.	200	1,924		44,343	176,440	0,037	1,480			635,690	54,020	36,630	0,060		
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	0,225	12,425	56,500	0,028			0,420	5,000	16,250	3,500	0,225		
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26963-2015	020	1,102	0,200	6,416	36,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400		
	5-11 классы	ГОСТ 26963-2015	025	1,318	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		16,580	65,080	23,140	0,960		
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	3,993	4,406	13,113	95,533	0,091	22,250		1,937	23,600	50,475	21,475	0,756		
Тфтели с соусом	1-4 классы	423 Сб.1996г.	090	6,802	7,114	9,623	121,304	0,022	2,430		2,146	8,822	20,641	5,957	37,071		
	5-11 классы	423 Сб.1996г.	100	7,201	9,414	11,764	158,764	0,027	2,820	0,027	2,554	10,677	25,617	6,746	27,566		
Рис отварной	1-4 классы	465 Сб.1996г.	150	3,968	5,218	41,803	219,036	0,044			0,402	14,580	53,730	11,543	0,986		
	5-11 классы	465 Сб.1996г.	180	4,541	6,261	50,163	262,345	0,053		0,032	0,462	17,456	64,476	13,651	1,133		
Чай с лимоном	1-4 классы	629 Сб.1996г.	167	0,243	0,046	13,761	53,710	0,003	2,801			3,111	1,540	0,640	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	0,640	0,090		
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 26963-2015	020	1,102	0,200	6,416	36,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400		
	5-11 классы	ГОСТ 26963-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600		
Итого:		Завтрак		Обед													
	1-4 классы	600	21,959	15,010	101,763	607,822	0,172	3,840	0,024	3,059	666,281	148,371	63,228	39,500			
	5-11 классы	660	26,134	17,480	118,473	769,068	0,200	4,300	0,027	4,063	672,825	170,440	69,421	31,269			
	1-4 классы	727	18,126	26,481	97,002	666,640	0,239	31,221	0,048	7,462	63,641	186,127	66,004	39,939			
	5-11 классы	877	21,704	36,943	121,636	869,689	0,329	41,471	0,067	6,973	83,764	262,768	76,952	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	24,797	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	24,797	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	0,563	3,323	155,233	335,804	90,570	4,705		
	5-11 классы 284 Сб.1996г.	230	23,819	31,052	3,759	389,634	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		0,053			
	5-11 классы 628 Сб.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001			0,346		0,053			
Хлеб пшеничный	1-4 классы ГОСТ 27644-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180		
	5-11 классы ГОСТ 27644-88	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 26963-2015	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 26963-2015	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													
Оррцы солёные	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	0,116	16,500		1,343	17,500	63,500	24,050	0,887		
ЕЖИКИ 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	15,764	200,764	0,027	2,820	0,002	1,796	10,617	25,617	6,746	27,956		
Картофель отварной	1-4 классы 239 Сб.2008г.	150	3,094	0,155	30,474	128,393	0,186	30,538		15,469	89,720	33,579	1,392			
	5-11 классы 239 Сб.2008г.	180	3,713	0,186	36,569	154,073	0,223	37,126		18,553	107,665	42,685	1,671			
Сок фруктовый	1-4 классы 293 Сб.2008г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000		16,000	18,000	10,000	0,400			
	5-11 классы 293 Сб.2008г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000		16,000	18,000	10,000	0,400			
Хлеб пшеничный	1-4 классы ГОСТ 27644-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180		
	5-11 классы ГОСТ 27644-88	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 26963-2015	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 26963-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600		
ИТОГО:	Завтрак	600	27,897	34,439	39,196	656,382	0,189	4,882	0,595	6,796	188,666	435,666	116,016	413,719		
	Обед	660	32,192	39,771	47,781	667,816	0,226	4,948	0,682	7,723	216,562	601,242	132,903	414,714		
		700	20,360	12,787	103,489	573,137	0,360	60,698	0,003	3,209	67,491	213,661	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		