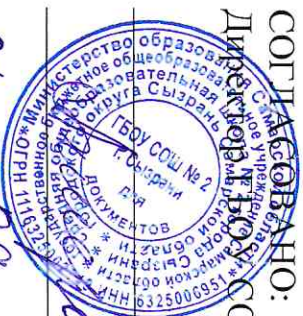


СОГЛАСОВАНО:

Директор ГБОУ СОШ(ООШ)



«01» 09 2016 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Генеральный директор

АО «Комбинат питания»

А.Н. Воронин



«01» 09 2016 г.

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

Осенне-зимнее (весеннее - *)

Составлено в соответствии с требованиями к организации питания обучающихся и рекомендациями санитарно-эпидемиологической службы. Составлен в соответствии с требованиями к организации питания обучающихся и рекомендациями санитарно-эпидемиологической службы.

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															
1-я неделя		1-4 классы 423 Сб.1996г.	90	6,461	11,054	2,094	97,667	0,020	1,160	0,003	1,306	5,792	3,200	4,558	25,258		
Сосиски отварные с соусом		5-11 классы 423 Сб.1996г.	100	5,521	11,124	2,203	98,124	0,025	1,200	0,003	2,210	6,539	3,894	4,846	27,313		
Макаронные изделия отварные		1-4 классы 469 Сб.1996г.	180	6,437	5,117	46,011	244,528	0,105		0,025	1,431	12,512	54,426	9,967	0,746		
Чай с сахаром		5-11 классы 628 Сб.1996г.	200	7,150	5,685	51,123	271,637	0,116		0,027	1,590	13,900	60,473	11,074	0,083		
Чай с сахаром		1-4 классы 628 Сб.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001			0,346	0,001	0,053	0,053		
Чай с сахаром		5-11 классы ГОСТ 27644-88	020	0,200	0,180	15,010	57,267	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180		
Хлеб пшеничный		1-4 классы ГОСТ 27644-88	025	1,900	12,425	45,200	56,500	0,028			0,420	5,000	16,250	3,500	0,225		
Хлеб пшеничный		5-11 классы ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,280	12,425	38,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400		
Хлеб ржаной		5-11 классы ГОСТ 26983-2015	025	1,378	0,290	8,020	47,500	0,020			0,420	5,250	21,750	4,750	0,500		
Понедельник		Обед															
1-я неделя		1-4 классы 24 Сб.1996г.	60	0,400		9,800	38,000	0,100	53,200	11,000	0,200	40,000	14,000	10,000	0,100		
Десерт фруктовый (ингельсин)		5-11 классы 24 Сб.1996г.	100	0,900		10,100	40,000	0,060	31,920	6,600	0,120	24,000	8,400	6,000	0,060		
Рассольник ленинградский со сметаной		1-4 классы 42 Сб.2008г.	210	2,988	7,388	16,298	136,572	0,085	12,890	0,006	1,771	24,280	54,000	19,240	0,808		
Стейк(Шинцель) из курицы с соусом		5-11 классы 42 Сб.2008г.	260	2,785	6,610	20,300	142,515	0,105	16,050	0,006	2,211	28,100	65,950	23,800	1,007		
Стейк(Шинцель) из курицы с соусом		1-4 классы 520 Сб.1997г.	090	12,648	11,565	2,097	219,982	0,006	0,960	0,003	1,306	2,764	5,192	2,472	36,838		
Карпуста тушеная		5-11 классы 520 Сб.1997г.	100	12,695	12,188	5,094	262,500	0,004	0,720	0,002	1,798	2,073	3,894	2,073	27,628		
Компот из сухофруктов		1-4 классы 492 Сб.1996г.	150	3,583	5,267	28,511	125,461	0,111	88,320		2,241	83,598	62,475	31,572	84,606		
Хлеб пшеничный		5-11 классы 492 Сб.1996г.	180	4,316	6,321	31,838	146,280	0,133	105,985		2,689	100,330	74,925	37,886	101,088		
Хлеб пшеничный		1-4 классы 283 Сб.2008г.	180	0,878		32,139	126,104	0,005	0,549			30,740	21,137	16,470	4,153		
Хлеб ржаной		5-11 классы 283 Сб.2008г.	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180		
Хлеб ржаной		1-4 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		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		
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		
Понедельник		Полдник															
1-я неделя		1-4 классы 6,370	075	6,370	8,330	29,320	217,000										
Булочка "Запалка"		5-11 классы 6,600	100	6,600	4,500	62,800	327,000	0,020				14,000	14,000	8,000	0,600		
Сок фруктовый, (1 шт)		1-4 классы 1,000	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000			14,000	14,000	8,000	0,600		
Сок фруктовый, (1 шт)		5-11 классы 293 Сб.2008г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000			14,000	14,000	8,000	0,600		
Завтрак		1-4 классы 610	610	16,720	16,602	79,471	482,682	0,183	1,161	0,028	3,297	26,660	88,026	21,126	28,637		
Обед		5-11 классы 730	880	16,149	17,360	88,791	631,088	0,189	1,201	0,030	4,640	31,036	102,367	24,170	28,637		
Полдник		1-4 классы 880	276	26,707	26,689	106,201	729,329	0,36	166,22	0,020	6,61	189,68	187,14	86,36	127,09		
Итого:		5-11 классы 300	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

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		Завтрак													
Орррры консервированные	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	
	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	12,665	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	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.	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 Сб. 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 27644-88	020	1,520	0,130	9,940	45,200	0,022				4,000	13,000	2,300	0,180		
	5-11 классы	ГОСТ 27644-88	025	1,930	0,250	12,425	56,500	0,028				0,420	16,250	3,500	0,225		
Чай фруктовый	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	
	5-11 классы	ГОСТ 26963-2015	025	1,373	0,250	8,020	47,500	0,020				0,420	5,250	21,750	4,750	0,500	
Хлеб ржаной																	
Вторник		1-я неделя		Обед													
Салат витаминный/Салат из свежих помидоров, яблок и консервированных огурцов*	1-4 классы	37 Сб. 2016г.	060	1,276	2,896	7,317	49,219	0,044	7,078			0,813	12,707	28,457	10,584	0,533	
	5-11 классы	37 Сб. 2016г.	100	2,126	3,080	12,196	82,032	0,073	11,796			1,354	21,177	47,427	17,639	0,888	
	1-4 классы	110 Сб. 1996г.	210	3,833	5,522	11,708	96,080	0,048	16,830	0,006	1,819	37,900	46,972	27,120	56,044		
	5-11 классы	110 Сб. 1996г.	280	4,217	6,528	14,562	117,200	0,060	21,025	0,006	2,270	45,125	55,815	33,650	70,053		
	1-4 классы	428 Сб. 1996г.	90	7,630	10,170	24,453	159,000	0,022	1,150	0,003	1,308	5,957	15,412	4,748	36,981		
Голубцы пенивые с соусом	5-11 классы	428 Сб. 1996г.	100	11,355	13,566	27,418	176,020	0,025	0,970	0,021	1,798	6,379	17,384	4,895	27,618		
	1-4 классы	463 Сб. 1996г.	150	7,716	5,354	26,323	232,565	0,255			4,160	30,366	154,621	0,158	2,985		
	5-11 классы	463 Сб. 1996г.	180	8,715	6,460	32,561	278,971	0,306		0,025	4,939	36,456	185,444	0,139	3,580		
	1-4 классы	280 Сб. 2006г.	130	0,420		30,520	118,800	0,037	1,480			6,35,630	54,020	38,850	0,060		
	5-11 классы	ГОСТ 27644-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022				0,280	4,000	13,000	2,300	0,180	
Комлот из аплельсинов с яблоками	1-4 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	
	5-11 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	
	1-4 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 пшеничный																	
Хлеб ржаной																	
Вторник		1-я неделя		Полдник													
Сок фруктовый, (1 шт)	1-4 классы	293 Сб. 2006г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000				14,000	14,000	8,000	0,600	
	5-11 классы	293 Сб. 2006г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000				14,000	14,000	8,000	0,600	
	1-4 классы	СТО 71063-300-003-	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 71063-300-003-	025	5,580	5,470		74,060		0,797	0,069	0,094	201,590	169,375	10,625	212,500		
	1-4 классы	ГОСТ 31805-2018	040	3,180	0,400	20,760	94,400	0,060				1,000	10,000	32,800	13,200	0,600	
Сыр	1-4 классы	ГОСТ 31805-2018	040	3,180	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	ГОСТ 31805-2018	600	18,136	16,828	83,563	495,474	0,105	3,961	0,030	2,266	36,693	104,182	23,641	38,866		
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2018	600	18,136	16,828	83,563	495,474	0,105	3,961	0,030	2,266	36,693	104,182	23,641	38,866		
	1-4 классы	ГОСТ 31805-2018	660	20,398	23,424	99,606	661,662	0,228	36,271	0,008	6,922	714,371	194,246	99,195	99,089		
Батон	1-4 классы	ГОСТ 31805-2018	730	23,497	24,292	116,677	737,652	0,189	26,538	0,009	4,498	700,464	174,261	87,902	94,198		
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2018	780	30,766	23,724	141,781	897,623	0,262	36,271	0,008	6,422	720,671	220,346	104,696	99,689		
	1-4 классы	ГОСТ 31805-2018	860	7,740	3,900	44,160	236,800	0,080	4,610	0,026	1,060	163,000	148,800	28,000	137,200		
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2018	275	10,540	6,970	49,560	286,060	0,096	4,797	0,069	1,344	226,060	214,376	36,125	213,860		
	1-4 классы	ГОСТ 31805-2018	275	10,540	6,970	49,560	286,060	0,096	4,797	0,069	1,344	226,060	214,376	36,125	213,860		
ИТОГО:	Завтрак																
	Обед																
Полдник																	

- Действует с 01 марта

Циклическое меню

Наименование блюда		№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Среда		1-я неделя		Завтрак											
Горячий бутерброд Пикантный	1-4 классы	384 Сб 2008г.	040	2,482	3,440	13,257	68,709	0,022		0,021	0,280	4,000	13,000	2,800	0,180
	5-11 классы	384 Сб 2008г.	040	2,482	3,440	13,257	68,709	0,022		0,021	0,280	4,000	13,000	2,800	0,180
	1-4 классы	109 Сб 2008г.	245	10,536	12,492	37,730	273,490	0,056		3,700	1,276	14,540	19,460	39,142	92,485
	5-11 классы	109 Сб 2008г.	285	12,012	13,649	44,918	301,046	0,066		3,700	2,255	14,540	19,460	46,062	92,582
	1-4 классы	628 Сб 1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267	0,001		0,001	0,053	0,346		0,053	
Чай зеленый с сахаром	5-11 классы	628 Сб 1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267	0,060		0,001	1,000	10,000	32,800	13,200	0,600
	1-4 классы	ГОСТ 31805-2018	030	2,370	0,300	15,010	70,800	0,060			1,000	10,000	32,800	13,200	0,600
Батон	5-11 классы	ГОСТ 31805-2018	040	3,160	0,400	20,760	94,400	0,060				10,000	32,800	13,200	
Среда		1-я неделя		Обед											
Салат из свеклы отварной	1-4 классы	23 Сб 2008г.	060	0,569	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	10,250	145,550	0,019	9,500	2,233	35,150	40,950	40,950	1,330	
	1-4 классы	139 Сб 1996г.	250	2,840	2,673	23,945	125,525	0,118	16,500	1,343	17,500	63,500	24,050	0,867	
	5-11 классы	139 Сб 1996г.	250	2,840	2,673	23,945	125,525	0,118	16,500	1,343	17,500	63,500	24,050	0,867	
	1-4 классы	193 Сб 2008г.	150	16,849	14,407	40,868	330,808	0,106	2,697	2,849	33,235	63,123	21,137	3,101	
Плов из говядины	5-11 классы	193 Сб 2008г.	200	18,671	19,213	44,528	362,073	0,126	3,595	3,650	41,941	90,771	27,628	3,449	
	1-4 классы	628 Сб 1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267	0,001	0,001		0,346		0,053		
Чай с сахаром	5-11 классы	628 Сб 1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267	0,022		0,280	4,000	13,000	2,800	0,180	
	1-4 классы	ГОСТ 27644-98	020	1,520	0,160	9,940	45,200	0,033		0,500	6,000	19,500	4,200	0,270	
Хлеб пшеничный	5-11 классы	ГОСТ 27644-98	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,016		0,290	4,200	17,400	3,800	0,400	
	1-4 классы	ГОСТ 26963-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	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							
Среда		1-я неделя		Полдник											
Сок фруктовый, (1 шт)	1-4 классы	293 Сб 2008г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000			14,000	14,000	8,000	0,500
	5-11 классы	293 Сб 2008г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000			14,000	14,000	8,000	0,500
	1-4 классы	29 Сб 1997г.	050	1,600	15,100	30,140	263,000								
Кондитерские изделия (вафли)	5-11 классы	29 Сб 1997г.	050	1,600	15,100	30,140	263,000								
	1-4 классы	29 Сб 1997г.	050	1,600	15,100	30,140	263,000								
Завтрак	1-4 классы	616	16,688	16,283	81,667	470,266	0,138	3,701	0,021	2,556	28,886	66,260	66,142	93,318	
	5-11 классы	666	17,854	17,640	93,946	621,422	0,148	3,701	0,021	2,556	28,886	66,260	62,062	93,416	
	1-4 классы	700	23,430	24,608	102,335	706,130	0,273	24,898	0,000	6,092	80,371	186,633	76,297	6,419	
Обед	5-11 классы	810	27,259	31,602	118,276	816,216	0,320	29,596	0,000	8,226	107,237	240,721	102,428	6,689	
	1-4 классы	280	2,600	15,100	63,640	367,000	0,020	4,000	0,000	0,000	14,000	14,000	8,000	0,500	
	5-11 классы	280	2,600	15,100	63,640	367,000	0,020	4,000	0,000	0,000	14,000	14,000	8,000	0,500	

* - 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		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	2,530	36,600	0,006	2,100				12,300	20,100	10,500	2,100	
	1-4 классы	469 Сб.1996г.	240	11,774	13,770	40,941	339,179	0,022	1,150	0,003	1,306	5,957	15,412	4,746	36,981		
	5-11 классы	469 Сб.1996г.	270	13,245	15,013	56,184	381,543	0,025	0,970	0,002	1,796	6,379	17,384	4,866	27,818		
Макаронные изделия отварные с соусом Болоньезе	1-4 классы	293 Сб.2003г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000				16,000	18,000	10,000	0,400	
	5-11 классы	293 Сб.2003г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000				16,000	18,000	10,000	0,400	
	1-4 классы	ГОСТ 27544-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,500	0,180		
	5-11 классы	ГОСТ 27544-88	025	1,900	0,250	12,425	56,500	0,028			0,420	5,000	16,250	3,500	0,225		
Соус фруктовый	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	36,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400	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	0,500	
Хлеб ржаной																	
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	7,321	9,142	132,845	0,058	9,200		4,494	23,550	43,780	20,330	0,816		
	1-4 классы	120 Сб.1996г.	210	4,300	3,530	8,801	86,780	0,066	26,510	0,006	1,774	37,540	43,204	18,240	19,102		
	5-11 классы	120 Сб.1996г.	260	5,181	6,538	10,829	104,325	0,082	33,125	0,006	2,214	44,675	52,455	22,550	23,875		
Ци из свежей капусты с картофелем со сметаной	1-4 классы	202 Сб.2008г.	080	10,802	10,114	13,643	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	1,796	10,677	25,617	6,746	27,956		
	1-4 классы	251 Сб.1997г.	150	3,675	7,419	35,220	250,013	0,215	35,625		4,767	23,400	108,525	43,575	1,622		
	5-11 классы	251 Сб.1997г.	180	4,410	8,530	42,264	285,015	0,256	42,750		5,745	23,400	130,230	52,290	1,946		
Ежкии в соусе	1-4 классы	239 Сб.2008г.	180	0,720		24,273	96,705	0,027	216,000		0,306	12,150	3,600	3,600	5,081		
	5-11 классы	239 Сб.2008г.	180	0,720		24,273	96,705	0,027	216,000		0,306	12,150	3,600	3,600	5,081		
Картофель и овощи тушеные	1-4 классы	ГОСТ 27544-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,500	0,180		
	5-11 классы	ГОСТ 27544-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033			0,500	19,500	17,400	4,200	0,270		
	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	36,000	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	
Напиток из шиповника	1-4 классы	ГОСТ 27544-88	020														
	5-11 классы	ГОСТ 27544-88	030														
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27544-88	020														
	5-11 классы	ГОСТ 27544-88	030														
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020														
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030														
Четверг		1-я неделя			Полдник												
Сок фруктовый, (1 шт)	1-4 классы	293 Сб.2008г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000				14,000	14,000	8,000	0,600	
	5-11 классы	293 Сб.2008г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000				14,000	14,000	8,000	0,600	
	1-4 классы		075	6,370	8,330	29,320	217,000										
	5-11 классы		090	6,669	5,535	31,460	234,450										
Пирожок с яблоком	1-4 классы		600	16,736	16,950	82,417	640,779	0,084	6,650	0,003	1,866	38,357	77,212	28,348	39,361		
	5-11 классы		650	18,123	18,213	102,609	616,143	0,089	7,070	0,002	2,638	44,929	93,484	33,606	31,043		
	1-4 классы		730	23,286	27,636	103,978	769,309	0,403	286,116	0,009	11,431	104,242	232,638	90,170	63,946		
	5-11 классы		880	29,490	35,373	126,926	944,464	0,609	303,895	0,008	16,559	131,432	301,262	116,416	60,644		
ИТОГО:	1-4 классы		276	7,370	8,330	52,720	311,000	0,020	4,000	0,000	0,000	14,000	14,000	8,000	0,600	0,600	
	5-11 классы		290	7,669	6,535	64,660	328,460	0,020	4,000	0,000	0,000	14,000	14,000	8,000	0,600	0,600	
Полдник		5-11 классы															

- 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					
Питица	1-я неделя					Завтрак													
Десерт фруктовый (блинко свежее)	1-4 классы	24 06 1996г.	70	0,280		6,860	26,600												
	5-11 классы	24 06 1996г.	70	0,280		6,860	26,600												
Каша рисовая молочноя жидкая с маслом, сахаром	1-4 классы	114 06 2008г.	210	12,760	17,584	37,963	296,077	0,019	0,020	0,293	6,919	23,407	5,001	0,452					
	5-11 классы	114 06 2008г.	260	13,800	18,400	36,963	344,336	0,025	0,020	0,362	6,192	30,736	6,618	0,594					
Чай с лимоном	1-4 классы	629 06 1996г.	187	0,243	0,046	13,761	53,710	0,003	2,801		3,111	1,540	0,640	0,090					
	5-11 классы	629 06 1996г.	187	0,243	0,046	13,761	53,710	0,003	2,801		3,111	1,540	0,640	0,090					
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	116,000	0,075		1,250	12,500	41,000	16,500	0,750					
Питица		1-я неделя	Обед																
Салат из моркови с сахаром/Салат из орурцов*	1-4 классы	62 06 1997г.	060	1,118	7,376	2,200	77,230	0,032	23,950	1,298	24,878	17,993	9,848	0,489					
	5-11 классы	62 06 1997г.	100	1,550	10,006	4,961	97,292	0,053	39,950	2,163	41,494	29,959	16,424	0,816					
Суп картофельный с горохом	1-4 классы	136 06 1996г.	200	4,746	4,302	18,572	127,580	0,202	9,300		32,215	69,500	28,200	1,566					
	5-11 классы	136 06 1996г.	250	5,933	5,378	23,215	155,476	0,253	11,625	4,019	32,275	86,875	35,250	1,945					
Коптелы Куринные с соусом	1-4 классы	202 06 2008г.	090	8,802	10,114	13,843	142,904	0,022	2,460	0,003	8,822	20,641	6,746	27,956	37,071				
	5-11 классы	202 06 2008г.	100	13,301	12,414	15,784	160,764	0,027	2,820	0,002	10,677	25,617	6,746	27,956	37,071				
Каша гречневая рассыпчатая	1-4 классы	463 06 1996г.	150	7,716	5,394	26,323	232,565	0,295	0,021	4,160	30,396	154,621	0,158	2,955					
	5-11 классы	463 06 1996г.	180	8,715	6,460	32,561	276,971	0,306	0,025	35,495	165,444	0,169	3,560						
Компот из юрати	1-4 классы	280 06 2008г.	180	1,732		39,909	156,796	0,037	1,480		636,690	54,020	38,650	0,060					
	5-11 классы	280 06 2008г.	180	1,732		39,909	156,796	0,037	1,480		636,690	54,020	38,650	0,060					
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27644-98	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022			0,280	4,000	19,500	4,200	0,220				
	5-11 классы	ГОСТ 27644-98	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033			0,500	6,000	17,400	3,800	0,400				
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				
Питица		1-я неделя	Полдник																
Кондитерские изделия (печенье)	1-4 классы	29 06 1997г.	050	1,600	15,100	30,140	263,000												
	5-11 классы	29 06 1997г.	050	1,600	15,100	30,140	263,000												
Йогурт	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	96,000	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	96,000	15,000	0,100				
ИТОГО:	Завтрак	1-4 классы	607	16,443	18,030	79,344	470,787	0,082	2,801	1,293	20,030	67,747	19,041	1,142					
		5-11 классы	667	18,273	18,946	86,634	542,646	0,103	2,801	1,602	24,403	73,326	23,968	1,434					
		Обед	720	26,736	27,666	117,203	822,296	0,086	37,190	0,024	10,639	733,806	347,146	89,613	42,741				
		Полдник	870	36,164	34,627	140,964	980,098	0,733	66,876	0,027	13,969	766,892	427,616	107,359	36,227				
		1-4 классы	160	6,600	16,600	33,640	374,000	0,030	0,600	0,010	0,000	124,000	96,000	16,000	0,100				
		5-11 классы	160	6,600	16,600	33,640	374,000	0,030	0,600	0,010	0,000	124,000	96,000	16,000	0,100				

- действует с 01 марта

Цилипное меню

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)		Эн. ценность (ккал)	Витаминь (мг)					Минеральные вещества (мг)					
			Белки	Жиры		Углеводы	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо		
Суббота		1-я неделя		Завтрак												
Печенье	1-4 классы	31 Сб. 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 Сб. 1997г.	050	3,750	5,900	27,200	208,500	0,004	1,400			8,200	13,400	7,000	1,400	
	1-4 классы	53 Сб. 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 Сб. 2008г.	260	10,159	12,413	24,137	174,680	0,022	2,460	2,146	6,822	20,641	5,967	37,071		
	1-4 классы	628 Сб. 1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267	0,001	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	0,001		0,346			0,053		
	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		
Суббота		1-я неделя		Обед												
Горошек зеленый консервированный	1-4 классы	31 Сб. 1997г.	020	0,620	0,400	1,420	8,200	0,022	2,000	0,240	3,200	10,600	4,200	0,140		
	5-11 классы	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	132 Сб. 1996г.	200	3,514	3,525	10,490	76,426	0,073	17,600	1,550	18,680	40,380	17,180	0,636		
	5-11 классы	132 Сб. 1996г.	250	3,693	4,406	13,113	96,533	0,091	22,250	1,937	23,600	50,475	21,475	0,795		
	1-4 классы	423 Сб. 1996г.	90	10,643	10,030	9,974	193,166	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	13,566	12,404	205,920	0,025	1,020	0,002	2,210	6,539	3,894	4,646		
	1-4 классы	465 Сб. 1996г.	150	4,666	10,218	41,603	250,038	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	11,261	50,163	262,645	0,053	0,032	0,482	17,496	64,476	13,651	1,183		
	1-4 классы	293 Сб. 2008г.	200	1,000	0,180	23,400	94,000	0,020	4,000		16,000	18,000	10,000	0,400		
Сок фруктовый	5-11 классы	293 Сб. 2008г.	020	1,000	0,180	9,940	45,200	0,022		0,280	4,000	13,000	2,800	0,180		
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27544-88	030	2,280	0,270	14,910	67,600	0,033		0,500	6,000	19,500	4,200	0,270		
	5-11 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		
Суббота		1-я неделя		Полдник												
Сок фруктовый, (1 шт)	1-4 классы	293 Сб. 2008г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000		14,000	14,000	8,000	0,600		
	5-11 классы	293 Сб. 2008г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000		14,000	14,000	8,000	0,600		
	1-4 классы	29 Сб. 1997г.	050	1,600	15,100	30,140	263,000									
Кондитерские изделия (вафля)	5-11 классы	29 Сб. 1997г.	050	1,600	15,100	30,140	263,000									
	1-4 классы	16,644	600	16,644	16,777	63,246	606,897	0,082	3,661	0,000	26,068	64,841	26,167	29,124		
	5-11 классы	660	18,069	18,864	92,297	665,447	0,101	3,861	0,000	3,396	29,868	76,041	29,467	39,274		
ИТОГО:	Обед	1-4 классы	700	23,467	24,653	103,443	706,030	0,217	24,960	0,030	66,652	167,602	64,081	39,712		
	Полдник	5-11 классы	820	27,062	30,403	125,744	796,398	0,279	30,270	0,034	80,736	198,346	66,372	31,276		
	Полдник	5-11 классы	260	2,600	16,100	63,640	367,000	0,020	4,000	0,000	14,000	14,000	8,000	0,600		

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	
Понедельник		2-я неделя		Завтрак												
Булгурод с сыром	1-4 классы	3 С6 2013г.	050	6,740	8,610	19,970	180,500	0,022		0,021	0,280	4,000	13,000	2,800	0,180	
	5-11 классы	3 С6 2013г.	060	10,680	9,400	46,710	195,400	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 С6 2008г.	250	8,822	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	
Чайный напиток Каркаде	1-4 классы	628 С6 1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267			0,001					0,053	
	5-11 классы	628 С6 1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267			0,001		0,346			0,053	
Понедельник		2-я неделя		Обед												
Салат из свежих отварной	1-4 классы	23 С6 2008г.	060	0,969	6,997	6,156	109,330	0,011	5,700		1,340	21,090	24,510	24,510	0,798	
	5-11 классы	23 С6 2008г.	100	1,615	8,995	10,260	145,550	0,019	9,500		2,233	35,150	40,850	40,850	1,330	
См картофеля с клецками	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	40,580	1,750	
Ежики в соусе	1-4 классы	202 С6 2008г.	090	10,802	10,114	13,843	163,904	0,022	2,460	0,003	1,306	8,822	20,641	5,957	37,071	
	5-11 классы	202 С6 2008г.	100	13,301	12,414	15,784	200,754	0,027	2,820	0,002	1,798	10,677	25,617	6,746	27,956	
Пюре из гороха	1-4 классы	270 С6 1996г.	150	9,131	5,924	40,345	230,266	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	0,036		0,025	7,775	76,103	190,671	73,942	5,879	
Напиток лимонный	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			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180	
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27544-98	020	1,620	0,180	9,940	45,200	0,022			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270	
	5-11 классы	ГОСТ 27544-98	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			0,290	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	0,500	
Понедельник		2-я неделя		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	
Сыр	1-4 классы	СТО 71063-300-003-	016	3,590	3,500		47,400		0,025	0,090	0,094	129,000	102,000	6,800	136,000	
	5-11 классы	СТО 71063-300-003-	025	5,590	5,470		74,090		0,069	0,094	0,094	201,590	159,375	10,625	212,500	
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	3,980	0,500	25,950	116,000	0,075			1,250	12,500	41,000	16,500	0,750	
Завтрак	1-4 классы		600	16,762	16,869	72,803	470,187	0,103	0,001	0,061	0,960	13,616	66,180	27,360	1,338	
	5-11 классы		660	21,662	17,361	104,177	611,938	0,130	0,001	0,066	1,269	16,949	69,716	21,612	1,639	
Обед	1-4 классы		720	26,664	26,046	112,276	813,048	0,800	24,370	0,024	10,769	141,672	323,267	132,882	44,899	
	5-11 классы		870	32,749	32,176	133,638	948,791	0,982	31,080	0,027	14,149	182,732	412,966	173,766	37,936	
Полдник	1-4 классы		266	7,740	3,900	44,160	236,600	0,080	4,610	0,025	1,060	163,000	148,600	28,000	137,200	
	5-11 классы		276	10,640	6,970	49,360	286,060	0,096	4,797	0,069	1,344	228,060	214,376	36,126	213,860	

- Декрет 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													
Отруби консервированные	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.	040	0,540		0,380	4,830					7,500	6,000		0,360		
	1-4 классы	251 Сб 1996г.	240	13,161	15,835	33,068	362,914	0,255		0,021	4,160	30,356	154,621	0,158	2,956		
	5-11 классы	251 Сб 1996г.	260	14,235	19,316	36,398	392,465	0,306		0,025	4,969	36,456	185,444	0,189	3,580		
	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		
Компот из свежих яблок	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		
	1-4 классы	ГОСТ 27844-89	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180		
Хлеб пшеничный	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	025	1,900	0,250	12,425	56,500	0,028			0,420	5,000	16,250	3,500	0,225		
	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	36,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400		
Хлеб ржаной	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	025	1,378	0,250	8,020	47,500	0,020			0,420	5,250	21,750	4,750	0,500		
2-я неделя																	
Обед																	
Вторник																	
Винегрет овощной	1-4 классы	60 Сб 1996г.	060	1,167	6,193	5,485	79,707	0,035	5,520		2,636	14,130	26,268	12,198	0,490		
	5-11 классы	60 Сб 1996г.	100	1,945	6,321	9,142	132,845	0,056	9,200		4,494	23,560	43,780	20,330	0,816		
	1-4 классы	72 Сб 2008г.	200	7,970	2,840	26,232	187,530	0,066	26,510	0,006	1,774	37,540	43,204	18,240	19,102		
	5-11 классы	72 Сб 2008г.	250	8,400	3,363	30,290	194,225	0,082	33,125	0,006	2,214	44,675	52,465	22,560	23,875		
	1-4 классы	423 Сб 1996г.	90	6,461	11,054	2,094	97,667	0,020	1,160	0,003	1,306	5,792	3,200	4,568	26,255		
Сосиски отварные с соусом	5-11 классы	423 Сб 1996г.	100	5,521	11,124	2,203	98,124	0,025	1,200	0,003	2,210	6,539	3,894	4,646	27,818		
	1-4 классы	469 Сб 1996г.	150	5,365	4,265	37,247	203,790	0,087	0,021	1,193	0,622	10,427	45,359	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	629 Сб 1996г.	167	0,243	0,046	13,761	53,710	0,003	2,801			3,111	1,540	0,340	0,090		
Чай с лимоном	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180		
Хлеб пшеничный	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	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	36,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400		
Хлеб ржаной	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600		
2-я неделя																	
Полдник																	
Вторник																	
Булочка "Запалка"	1-4 классы		075	6,370	8,330	29,320	217,000										
	5-11 классы		100	6,600	8,500	32,700	327,000										
	1-4 классы	293 Сб 2008г.	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 2008г.	200	1,000	23,400	94,000	94,000	0,020	4,000			14,000	14,000	8,000	0,600		
	1-4 классы	293 Сб 2008г.	200	1,000	23,400	94,000	94,000	0,020	4,000			14,000	14,000	8,000	0,600		
Сок фруктовый, (1 шт)	1-4 классы		600	16,423	16,216	83,236	677,094	0,30	0,72	0,02	4,72	64,69	191,42	10,76	3,96		
	5-11 классы		600	18,433	19,818	89,786	623,076	0,36	0,72	0,03	6,83	64,69	221,84	12,44	4,82		
	1-4 классы		727	23,828	24,778	101,176	706,604	0,249	36,991	0,030	7,629	79,200	149,971	60,742	46,142		
	5-11 классы		877	26,479	29,641	126,941	848,232	0,330	46,326	0,034	11,349	102,687	201,696	68,433	64,216		
	1-4 классы		276	7,370	8,330	31,100	311,000	0,020	4,000	0,000	0,000	14,000	14,000	8,000	0,600		
ИТОГО:	Обед		300	7,600	8,600	32,100	421,000	0,020	4,000	0,000	0,000	14,000	14,000	8,000	0,600		
	Полдник		300	7,600	8,600	32,100	421,000	0,020	4,000	0,000	0,000	14,000	14,000	8,000	0,600		

- Действует с 01 марта

Циклическое меню

Наименование блюда		№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)		Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
				Белки	Жиры		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо		
Среда		2-я неделя	Завтрак													
Помидоры консервированные	1-4 классы	24 С6 1996г.	050	1 400	0 650	8 050						12 500	10 000		0 600	
	5-11 классы	14 С6 1996г.	050	1 740	0 650	8 050						12 500	10 000		0 600	
	1-4 классы	193 С6 2009г.	200	13 742	46 244	46 518	0 106	2 697		2 849		33 235	66 123	21 137	3 101	
	Плов из пшцы (филе куриное)	5-11 классы	250	15 192	20 157	60 692	0 126	3 595		3 650		41 941	90 771	27 628	3 449	
		1-4 классы	628 С6 1996г.	200	0 200	0 061	15 010	57 267	0 001	0 346		0 346		0 053	0 053	
Чай с шиповником	5-11 классы	628 С6 1996г.	200	0 200	0 061	15 010	57 267	0 001	0 346		0 346		0 053	0 053		
	1-4 классы	ГОСТ 27644-89	025	1 900	0 250	12 425	56 500	0 028	0 420		5 000	16 250	3 500	0 225		
Хлеб пшеничный	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			
	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	025	1 378	0 250	47 500	0 020	0 420		5 250	21 750	4 750	0 500			
Хлеб ржаной	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	025	1 378	0 250	47 500	0 020	0 420		5 250	21 750	4 750	0 500			
Среда		2-я неделя	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	3 580		4 584	31 170	35 350	26 180	0 142	
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	1-4 классы	210	3 633	5 522	11 708	96 090	0 068	16 830		1 819	37 900	46 972	27 120	56 044	
		5-11 классы	110 С6 1996г.	260	4 217	14 562	117 200	0 060	2 270		45 125	55 915	33 660	70 053	36 600	
	Биточки с соусом	1-4 классы	423 С6 1996г.	90	10 643	10 030	9 974	133 166	0 020	1 150		5 792	6 539	4 558	36 970	
Картофельное пюре	5-11 классы	423 С6 1996г.	100	12 665	13 566	12 404	175 920	0 025	1 020		2 270	6 539	3 894	4 546	27 818	
	1-4 классы	472 С6 1996г.	150	3 263	4 497	26 370	154 200	0 161	29 375		0 026	41 310	96 910	32 305	1 350	
	5-11 классы	472 С6 1996г.	180	3 916	5 386	31 644	165 040	0 193	31 050		0 031	49 572	115 092	39 386	1 663	
	Компот из сухофруктов	1-4 классы	283 С6 2008г.	180	0 573	32 139	126 104	0 005	0 549		0 549	30 740	21 137	16 470	4 158	
	Хлеб пшеничный	5-11 классы	ГОСТ 27644-88	020	1 320	0 180	9 940	45 200	0 022	0 280		4 000	13 000	2 300	0 160	
Хлеб пшеничный	5-11 классы	ГОСТ 27644-88	020	2 280	0 270	14 910	67 800	0 033	0 500		6 000	19 500	4 200	0 270		
	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1 102	0 200	6 416	38 000	0 016	0 280		4 200	17 400	3 800	0 400		
Хлеб 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		
Среда		2-я неделя	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									
	Кондитерские изделия (вафли)	5-11 классы	29 С6 1997г.	050	1 600	15 100	30 140	263 000								
		1-4 классы	194 классы	050	18 620	16 796	81 632	0 164	2 698		3 669	66 331	116 123	29 387	4 479	
ИТОГО:	Завтрак	6-11 классы	660	20 070	20 708	96 797	686 083	0 174	3 696		0 000	66 037	138 771	36 878	4 827	
		1-4 классы	730	23 100	26 460	106 225	706 760	0 296	4 658		0 036	142 644	229 121	103 281	99 227	
		5-11 классы	880	27 309	33 810	129 747	876 064	0 380	67 234		0 039	176 446	276 988	130 412	104 709	
		1-4 классы	260	2 600	16 100	63 640	367 000	0 020	4 000		0 000	14 000	14 000	8 000	0 600	
		5-11 классы	260	2 600	16 100	63 640	367 000	0 020	4 000		0 000	14 000	14 000	8 000	0 600	
Полдник																

* - 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											
Десерт фруктовый (блочно свежем)	1-4 классы	24 об. 1996г.	100	0,400		9,800	38,000									0,600		
	5-11 классы	24 об. 1996г.	100	0,400		9,800	38,000									0,600		
Оладьи с молоком стуженым	1-4 классы	662 об. 1996г.	200	15,276	16,498	57,745	491,46,2	0,216	1,238	0,044	3,922	216,692	238,287	40,677	3,101	0,600		
	5-11 классы	662 об. 1996г.	250	16,665	17,904	66,143	564,343	0,273	1,520	0,054	5,025	256,679	290,726	49,670	3,449	0,603		
Чай с сахаром	1-4 классы	628 об. 1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001							0,053		
	5-11 классы	628 об. 1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001							0,053		
Четверг		2-я неделя					Обед											
Салат из белокочанной капусты/Салат из огурцов*	1-4 классы	62 об. 1997г.	060	0,929	3,003	5,988	53,564	0,032	23,950		1,298	24,878	17,963	9,848	0,489			
	5-11 классы	62 об. 1997г.	100	1,550	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 об. 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 об. 1996г.	250	5,933	5,378	23,215	159,475	0,253	11,625		4,019	32,275	86,675	36,250	1,945			
Тертые с соусом	1-4 классы	423 об. 1996г.	090	6,802	11,114	12,623	123,904	0,022	2,480		2,146	8,822	20,641	5,957	37,071			
	5-11 классы	423 об. 1996г.	100	7,201	12,414	11,784	158,764	0,027	2,820		2,554	10,677	25,617	6,746	27,956			
Каша гречневая рассыпчатая	1-4 классы	463 об. 1996г.	150	7,716	5,384	26,323	232,585	0,265		0,021	4,160	30,396	154,621	0,158	2,985			
	5-11 классы	463 об. 1996г.	180	8,715	6,460	32,561	278,971	0,306		0,025	4,989	36,456	185,444	0,189	3,580			
Сок фруктовый	1-4 классы	293 об. 2008г.	180	0,900		21,060	54,600	0,018	3,600			14,400	16,200	9,000	0,360			
	5-11 классы	293 об. 2008г.	180	0,900		21,060	54,600	0,018	3,600			14,400	16,200	9,000	0,360			
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27544-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,900	0,180			
	5-11 классы	ГОСТ 27544-88	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			
Четверг		2-я неделя					Полдник											
Йогурт	1-4 классы	ТУ 10.51.56-045-1925315-2017	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 10.51.56-045-1825315-2017	100	5,000	1,500	3,500	51,000	0,030	0,600	0,010		124,000	95,000	15,000	0,100			
Кондитерские изделия (печенье)	1-4 классы	29 об. 1997г.	050	3,750	5,900	27,200	208,500								0,600			
	5-11 классы	29 об. 1997г.	050	3,750	5,900	27,200	208,500								0,600			
Завтрак	1-4 классы	600	16,876	16,649	82,665	686,729	0,216	1,239	0,044	3,922	217,038	238,287	40,677	4,102	3,404			
	5-11 классы	600	17,266	17,966	89,968	686,616	0,273	1,521	0,054	5,026	257,026	290,726	49,870	4,102	3,404			
ИТОГО:	1-4 классы	720	23,716	24,183	100,902	705,433	0,667	39,310	0,021	11,379	112,616	309,326	69,763	43,041	36,627			
	Обед	870	28,232	29,827	123,106	895,902	0,714	67,996	0,026	14,726	147,602	389,636	77,609	36,627	36,627			
Полдник	1-4 классы	160	8,760	7,400	30,700	269,600	0,030	0,600	0,010		124,000	95,000	16,000	0,700	0,700			
	5-11 классы	160	8,760	7,400	30,700	269,600	0,030	0,600	0,010		124,000	95,000	16,000	0,700	0,700			

* - действует с 01 марта

Циклическое меню

Наименование блюда		№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо		
Питница		2-я неделя		Завтрак													
Кондитерские изделия (пастыла фруктовая)	1-4 классы	29 Сб 1997г.	025	1,000	8,210	14,355	25,355										
	5-11 классы	29 Сб 1997г.	025	1,000	8,210	14,355	25,355										
	1-4 классы	520 Сб 1997г.	235	9,541	7,879	33,418	228,950	0,006	0,960	0,003	1,306	2,764	5,192	2,472	36,838		
	5-11 классы	520 Сб 1997г.	275	10,922	9,438	53,159	311,040	0,004	0,720	0,002	1,798	2,073	3,884	1,854	27,628		
	5-11 классы	290 Сб 2009г.	200	1,924		14,343	126,440	0,037	1,480			635,690	54,020	35,850	0,050		
Компот из кураги	1-4 классы	230 Сб 2009г.	200	1,924		14,343	126,440	0,037	1,480			635,690	54,020	35,850	0,050		
	5-11 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	1-4 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		
	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		
Питница		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	13,894	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	65,060	23,140	0,960		
Суп из овощей	1-4 классы	132 Сб 1996г.	200	3,514	3,525	10,490	123,426	0,073	17,800		1,550	18,680	40,380	17,180	0,636		
	5-11 классы	132 Сб 1996г.	250	3,893	4,406	13,113	142,533	0,091	22,250		1,937	23,600	50,475	21,475	0,795		
Рыба тушеная в томате с овощами	1-4 классы	309 Сб 1996г.	90	12,330	9,229	13,512	128,254	0,057	1,845	0,022	1,717	14,986	29,764	31,461	28,195		
	5-11 классы	309 Сб 1996г.	100	10,261	12,642	15,112	167,489	0,078	2,285	0,03	2,39	20,193	40,117	43,305	28,422		
Рис отварной	1-4 классы	465 Сб 1996г.	150	3,868	5,218	41,803	219,038	0,044	0,027	0,402	0,482	14,580	64,476	13,851	1,163		
	5-11 классы	465 Сб 1996г.	180	4,641	6,261	50,763	262,845	0,053	0,032			17,456	64,476	13,851	1,163		
Чай с лимоном	1-4 классы	629 Сб 1996г.	187	0,243	0,046	13,761	53,710	0,003	2,801			3,111	1,540	0,640	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 27544-88	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 27544-88	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			0,250	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		
Питница		2-я неделя		Полдник													
Сок фруктовый, (1 шт)	1-4 классы	293 Сб 2008г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000			14,000	14,000	8,000	0,600		
	5-11 классы	293 Сб 2008г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000			14,000	14,000	8,000	0,600		
Пирожок с яблоком	1-4 классы		075	6,370	8,330	29,320	217,000										
	5-11 классы		080	6,669	9,535	31,460	234,450										
Завтрак	1-4 классы		600	16,625	16,489	82,876	473,145	0,103	2,440	0,003	2,306	648,454	92,012	64,622	37,498		
	5-11 классы		680	17,796	18,148	107,807	680,836	0,116	2,200	0,002	3,048	650,263	98,914	67,204	29,438		
Обед	1-4 классы		727	23,663	27,546	100,891	680,836	0,239	31,221	0,048	7,452	83,641	185,727	65,004	39,939		
	5-11 классы		877	21,704	39,943	121,636	916,889	0,329	41,471	0,067	6,973	83,764	262,768	75,962	31,864		
Полдник	1-4 классы		276	7,370	8,330	62,720	311,000	0,020	4,000	0,000	0,000	14,000	14,000	8,000	0,600		
	5-11 классы		290	7,659	9,535	64,860	328,460	0,020	4,000	0,000	0,000	14,000	14,000	8,000	0,600		
ИТОГО:																	

- 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												
Каша геркулесовая молочная жидкая с маслом, сахаром	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	0,028	4,290	0,012	2,902	24,787	69,462	18,845	408,381	
	1-4 классы	254 С6 1996г.	60	6,216	8,103	0,996	101,681	0,125	0,571	0,983	3,323	155,233	335,504	90,570	4,705	
	5-11 классы	254 С6 1996г.	60	6,216	8,103	0,996	101,681	0,125	0,571	0,983	3,323	155,233	335,504	90,570	4,705	
	1-4 классы	762С6 1997г.	200	3,960	2,728	17,070	136,000	0,027	0,900	0,016	0,061	109,170	81,900	12,600	0,941	
Какао растопленный	5-11 классы	762С6 1997г.	200	3,960	2,728	17,070	136,000	0,027	0,900	0,016	0,061	109,170	81,900	12,600	0,941	
	1-4 классы	ГОСТ 27644-89	040	3,040	0,360	19,830	90,400	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180	
Хлеб пшеничный	5-11 классы	ГОСТ 27644-88	050	3,800	0,450	24,650	113,000	0,033			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270	
Суббота		2-я неделя		Обед												
Орешки консервированные	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	0,640		0,390	4,830					7,500	6,000		0,360	
	1-4 классы	139 С6 1996г.	200	2,272	2,138	19,156	100,420	0,094	13,200			14,000	50,800	19,240	0,770	
	5-11 классы	139 С6 1996г.	250	2,840	2,673	23,945	125,525	0,118	16,500			17,500	63,500	24,050	0,887	
	1-4 классы	202 С6 2008г.	090	8,602	10,114	13,843	142,904	0,022	2,460	0,003	1,306	8,822	20,641	5,967	37,071	
Котлеты куриные с соусом	5-11 классы	239 С6 2008г.	100	13,301	12,414	15,764	160,764	0,027	2,820	0,002	1,798	10,677	25,617	6,746	27,956	
	1-4 классы	239 С6 2008г.	150	6,094	11,165	30,474	228,393	0,166	30,938			15,469	89,720	35,579	1,392	
	5-11 классы	239 С6 2008г.	180	3,713	11,186	36,599	254,073	0,223	37,126			16,563	107,665	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	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180	
Сок фруктовый	1-4 классы	ГОСТ 27644-88	020	1,520	0,180	9,940	46,200	0,033			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270	
	5-11 классы	ГОСТ 27644-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400	
	1-4 классы	ГОСТ 26963-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600	
	5-11 классы	ГОСТ 26963-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024								
	1-4 классы	ГОСТ 26963-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024								
Суббота		2-я неделя		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	293 С6 1997г.	050	1,600	15,100	30,140	263,000									
	5-11 классы	293 С6 1997г.	050	1,600	15,100	30,140	263,000									
	1-4 классы	293 С6 1997г.	050	1,600	15,100	30,140	263,000									
ИТОГО:	Завтрак	1-4 классы	600	19,092	19,170	70,848	666,688	0,200	6,761	0,613	6,686	293,190	600,165	124,816	414,207	
		5-11 классы	660	20,799	21,183	80,666	604,633	0,211	6,761	0,613	6,806	293,190	600,666	126,216	414,207	
		1-4 классы	700	21,360	23,787	103,489	662,137	0,260	60,698	0,003	3,209	67,491	213,661	77,376	40,393	
		5-11 классы	820	26,627	26,843	124,622	763,992	0,446	60,446	0,002	4,141	82,640	266,382	93,391	32,144	
		1-4 классы	260	2,600	16,100	63,640	367,000	0,020	4,000	0,000	0,000	14,000	14,000	8,000	0,600	
ИТОГО:	Полдник	5-11 классы	260	2,600	16,100	63,640	367,000	0,020	4,000	0,000	0,000	14,000	14,000	8,000	0,600	