

СОГЛАСОВАНО:

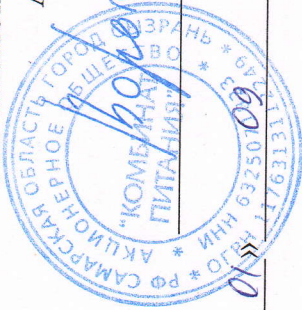
Директор ГБОУ СОШ(ООШ)

С. Дирова
Дирова С. А.



« » 20 г.

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



« » 20 г.

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

Осенне-зимнее (весеннее - *)

Согласовано:

Родительский комитет

Гр *Правн* *Н.А.*

[Циклическое меню](#)

Наименование блюда		№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
				БелкиЖирыУглеводы				В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо		
Понедельник		1-я неделя		Завтрак													
	1-4 классы	24 С6.1996г.	020	0,700	0,560	3,120	20,200	0,080					9,200				0,084
	5-11 классы	24 С6.1996г.	030	1,050	0,840	4,680	30,300	0,120					13,800				0,126
	1-4 классы	423 С6.1996г.	90	5,461	7,064	2,094	97,667	0,020	1,160	0,003			3,200	4,558			25,258
	5-11 классы	423 С6.1996г.	100	5,521	7,124	2,203	98,124	0,025	1,200	0,003	2,210	6,539	3,894	4,846	27,818		
	1-4 классы	469 С6.1996г.	150	5,365	4,265	37,247	203,790	0,087			0,021	1,193	10,427	48,359	8,306	0,622	
	5-11 классы	469 С6.1996г.	180	6,437	5,117	46,011	244,528	0,105			0,025	1,431	12,512	54,426	9,967	0,746	
	1-4 классы	628 С6.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001				0,346			0,063	
	5-11 классы	628 С6.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001				0,346			0,063	
	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180		
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	025	1,900	0,250	12,425	56,500	0,028			0,420	5,000	16,750	3,500	0,225		
	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400		
	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		
		1-я неделя		Обед													
	1-4 классы	60 С6.1996г.	060	0,663	12,036	3,487	124,356	0,035	5,520			2,696	14,130	26,268	12,198		0,490
	5-11 классы	60 С6.1996г.	100	1,105	20,060	5,812	207,260	0,058	9,200			4,494	23,550	43,780	20,330		0,816
	1-4 классы	138 С6.1996г.	200	4,746	4,302	18,572	127,580	0,202	9,300			3,215	25,820	69,500	28,200		1,556
	5-11 классы	138 С6.1996г.	250	5,933	5,378	23,215	159,475	0,253	11,625			4,019	32,275	86,875	35,250		1,945
	1-4 классы	520 С6.1997г.	090	11,648	8,565	2,097	119,992	0,006	0,960		0,003	1,306	2,764	5,192	2,472		36,838
	5-11 классы	520 С6.1997г.	100	12,895	9,188	5,094	207,500	0,004	0,720		0,002	1,798	2,073	3,894	1,854		27,628
	1-4 классы	482 С6.1996г.	150	3,593	5,267	16,511	123,461	0,111	88,320		2,241	83,598	62,415	31,572	84,606		
	5-11 классы	482 С6.1996г.	180	4,316	6,321	19,838	148,280	0,133	105,985		2,689	100,330	74,925	37,886	101,068		
	1-4 классы	283 С6.2008г.	180	0,878		32,139	126,104	0,005	0,549			30,740	21,137	16,470	4,158		
	5-11 классы	283 С6.2008г.	180	0,878		32,139	126,104	0,005	0,549			30,740	21,137	16,470	4,158		
	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180		
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270		
	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400		
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600		
		1-я неделя		Ужин													
ИТОГО:	Завтрак		500	14,348	12,310	73,827	462,124	0,226	1,161	0,024	3,069	33,966	78,969	19,484	26,697		
	Завтрак		560	16,486	13,632	88,349	634,219	0,298	1,201	0,028	4,481	39,320	96,320	23,068	29,468		
	Обед		720	24,160	30,660	89,162	704,683	0,397	104,649	0,003	10,918	166,252	214,912	97,612	128,228		
	Обед		870	29,060	41,617	110,632	973,419	0,610	128,079	0,002	14,000	201,268	276,211	121,690	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 С6.1996г.	90	10,843	10,030	9,974	133,166	0,020	1,160	0,003	1,306	5,792	14,492	4,558	36,970	
	5-11 классы	423 С6.1996г.	100	12,665	13,566	12,404	175,920	0,025	1,020	0,002	2,210	6,539	3,894	4,846	27,818	
	1-4 классы	465 С6.1996г.	150	3,868	5,218	41,803	219,038	0,044		0,027	0,402	14,580	53,730	11,543	0,986	
	5-11 классы	465 С6.1996г.	180	4,641	6,261	50,163	262,845	0,053		0,032	0,482	17,496	64,476	13,851	1,183	
	1-4 классы	629 С6.1996г.	207	0,263	0,051	15,262	59,437	0,003	2,801			3,111	1,540	0,840	0,090	
	5-11 классы	629 С6.1996г.	207	0,243	0,046	13,761	53,710	0,003	2,801			3,111	1,540	0,840	0,090	
	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180	
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270	
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400	
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600	
		ГОСТ 26983-2015														
Вторник		Обед														
Салат из свежих помидоров, яблок и консервированных огурцов	1-4 классы	37 С6.2015г.	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 С6.2015г.	100	2,126	3,060	12,196	82,032	0,073	11,796		1,354	21,177	47,427	17,639	0,888	
	1-4 классы	110 С6.1996г.	210	3,833	5,522	11,708	96,080	0,048	16,830	0,006	1,819	37,900	45,972	27,120	56,044	
	5-11 классы	110 С6.1996г.	260	4,217	6,528	14,562	117,200	0,060	21,025	0,006	2,270	45,125	55,915	33,650	70,053	
	1-4 классы	293 С6.2015г.	180	13,826	12,099	21,343	249,641	0,201	28,500			806,489	86,914	35,855	2,530	
	5-11 классы	293 С6.2015г.	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 С6.2008г.	200	1,924	1,924	44,343	176,440	0,037	1,480			635,690	54,020	38,850	0,060	
	5-11 классы	280 С6.2008г.	200	1,924	1,924	44,343	176,440	0,037	1,480			635,690	54,020	38,850	0,060	
	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 пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400	
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600	
		ГОСТ 26983-2015														
		Обед														
Завтрак	1-4 классы	603	21,176	19,179	83,395	542,241	0,105	4,471	0,055	2,328	160,683	202,162	30,341	174,626		
	5-11 классы	663	29,893	26,496	115,834	790,008	0,461	72,301	0,006	4,124	737,218	292,716	141,814	74,233		
	1-4 классы	690	23,481	19,637	101,067	654,680	0,368	53,888	0,006	3,192	160,986	245,763	119,009	69,747		
Обед	5-11 классы	840	31,546	26,796	125,468	847,008	0,485	72,301	0,006	4,624	743,518	318,816	147,514	74,833		
	ИТОГО:															

* - действует с 01 марта

Циклическое меню

Наименование блюда		№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
				БелкиЖирыУглеводы				В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Среда		1-я неделя						Завтрак								
Оурицы солёные	1-4 классы	24 С6.1996г.	020	0,560		0,260	3,220					5,000	4,000		0,240	
	5-11 классы	24 С6.1996г.	030	0,840		0,390	4,830					7,500	6,000		0,360	
	1-4 классы		90	8,944	10,030	9,974	133,166	0,056	3,700		1,276	14,540	19,460	39,142	92,485	
	5-11 классы		100	11,340	13,566	12,404	175,920	0,066	3,700		2,255	14,540	19,460	46,062	92,582	
	1-4 классы	472 С6.1996г.	150	3,263	4,497	26,370	154,200	0,161	25,875	0,026	0,144	41,310	95,910	32,805	1,390	
	5-11 классы	472 С6.1996г.	180	3,916	5,396	31,644	185,040	0,193	31,050	0,031	0,172	49,572	115,092	39,366	1,668	
	1-4 классы	702 С6.1997г.	200	0,080		33,552	127,760	0,004	0,720		0,480	2,400	4,000	0,152	0,152	
	5-11 классы	702 С6.1997г.	200	0,080		33,552	127,760	0,004	0,720		0,480	2,400	4,000	0,152	0,152	
	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180	
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	025	1,900	0,250	12,425	56,500	0,028			0,420	5,000	16,250	3,500	0,225	
	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400	
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	025	1,378	0,250	8,020	47,500	0,020			0,420	5,250	21,750	4,750	0,500	
Среда		1-я неделя	Обед													
Салат из свежлы отварной	1-4 классы	23 С6.2008г.	060	0,969	6,997	6,156	109,330	0,011	5,700		1,340	21,090	24,510	24,510	0,798	
	5-11 классы	23 С6.2008г.	100	1,615	8,995	10,260	145,550	0,019	9,500		2,233	35,150	40,850	40,850	1,330	
	1-4 классы	139 С6.1996г.	250	2,840	2,673	23,945	125,525	0,118	16,500		1,343	17,500	63,500	24,050	0,887	
	5-11 классы	139 С6.1996г.	250	2,840	2,673	23,945	125,525	0,118	16,500		1,343	17,500	63,500	24,050	0,887	
	1-4 классы	193 С6.2008г.	150	15,849	10,407	34,868	295,808	0,106	2,697		2,849	33,235	68,123	21,137	3,101	
	5-11 классы	193 С6.2008г.	200	14,671	16,213	40,528	362,073	0,126	3,595		3,650	41,941	90,771	27,628	3,449	
	1-4 классы	628 С6.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001		0,346			0,053	0,053	
	5-11 классы	628 С6.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001		0,346			0,053	0,053	
	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180	
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270	
	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400	
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600	
Среда		1-я неделя	Обед													
ИТОГО:	Завтрак	1-4 классы	500	15,469	14,907	86,512	501,546	0,269	30,296	0,026	1,980	69,630	162,170	82,647	94,847	
		5-11 классы	660	19,464	19,462	98,435	597,560	0,311	35,470	0,031	3,267	82,342	180,962	97,678	96,487	
		1-4 классы	700	22,480	20,608	96,336	671,130	0,273	24,898	0,000	6,092	80,371	186,533	76,297	6,419	
Обед		5-11 классы	810	23,259	28,502	114,277	816,216	0,320	29,596	0,000	8,226	107,237	240,721	102,428	6,589	

* - 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		Завтрак																
Горошек зеленый консервированный Голубцы ленивые с соусом Макаронные изделия отварные Сок фруктовый Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	1-4 классы	31 С6.1997г.	020	0,620	0,400	1,420	8,200	0,022	2,000		0,240	3,200	10,600	4,200	0,140			
	5-11 классы	31 С6.1997г.	030	0,930	0,600	2,130	12,300	0,033	3,000		0,360	4,800	15,900	6,300	0,210			
	1-4 классы	428 С6.1996г.	90	7,630	10,170	9,450	158,000	0,022	1,150	0,003	1,306	5,957	15,412	4,748	36,981			
	5-11 классы	428 С6.1996г.	100	11,355	13,566	12,415	176,020	0,025	0,970	0,002	1,798	6,379	17,384	4,856	27,818			
	1-4 классы	469 С6.1996г.	150	5,365	4,265	37,247	203,790	0,087		0,021	1,193	10,427	45,359	8,306	0,622			
	5-11 классы	469 С6.1996г.	180	6,437	5,117	46,011	244,528	0,105		0,025	1,431	12,512	54,426	9,967	0,746			
	1-4 классы	293 С6.2008г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000			16,000	18,000	10,000	0,400			
	5-11 классы	293 С6.2008г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000			16,000	18,000	10,000	0,400			
	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180			
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	025	1,900	0,250	12,425	56,500	0,028			0,420	5,000	16,250	3,500	0,225			
Четверг	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400			
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	025	1,378	0,250	8,020	47,500	0,020			0,420	5,250	21,750	4,750	0,500			
	Обед																	
Винегрет овощной Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной ЕЖИКИ в соусе Каша гречневая рассыпчатая Напиток из шиповника Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	1-4 классы	60 С6.1996г.	060	1,167	6,193	5,485	79,707	0,035	5,520		2,696	14,130	26,268	12,198	0,490			
	5-11 классы	60 С6.1996г.	100	1,945	8,321	9,142	132,845	0,058	9,200		4,494	23,550	43,780	20,330	0,816			
	1-4 классы	120 С6.1996г.	220	1,804	5,530	8,801	85,780	0,066	26,510	0,006	1,774	37,540	43,204	18,240	19,102			
	5-11 классы	120 С6.1996г.	260	2,181	6,538	10,929	104,325	0,082	33,125	0,006	2,214	44,675	52,455	22,550	23,875			
	1-4 классы	202 С6.2008г.	090	10,802	10,114	13,843	163,904	0,022	2,460	0,003	1,306	8,822	20,641	5,957	37,071			
	5-11 классы	202 С6.2008г.	100	13,301	12,414	15,784	200,764	0,027	2,820	0,002	1,798	10,677	25,617	6,746	27,956			
	1-4 классы	463 С6.1996г.	150	7,716	5,384	26,323	232,595	0,255		0,021	4,160	30,396	154,621	0,158	2,985			
	5-11 классы	463 С6.1996г.	180	8,715	6,460	32,561	278,971	0,306		0,025	4,989	36,456	185,444	0,189	3,580			
	1-4 классы	289 С6.2008г.	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 С6.2008г.	180	0,720		24,273	96,705	0,027	216,000		0,308	12,150	3,600	3,600	5,081			
Четверг	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180			
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270			
	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400			
5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600				
Завтрак	1-4 классы	500	17,237	15,216	87,873	647,190	0,189	7,150	0,024	3,299	43,784	119,771	33,854	38,723				
	5-11 классы	560	23,000	19,783	104,401	630,848	0,231	7,970	0,027	4,429	49,941	143,710	39,373	29,899				
	Обед	740	24,831	27,601	96,081	741,881	0,443	260,490	0,030	10,804	111,238	278,734	46,763	65,309				
		880	30,795	34,303	117,223	938,410	0,567	261,145	0,033	14,803	139,808	356,496	63,315	62,178				

* - 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	
Завтрак																
Пятница		1-я неделя														
Фрукты	1-4 классы	24 сб. 1996г.	150	0,600		14,700	57,000									
	5-11 классы	24 сб. 1996г.	150	0,600		14,700	57,000									
	1-4 классы	114 Сб 2008г.	160	11,586	14,844	29,730	265,000	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	314,077	0,025		0,020	0,352	8,792	30,786	6,618	0,594	
	1-4 классы	629 сб.1996г.	187	0,243	0,046	13,761	53,710	0,003	2,801			3,111	1,540	0,840	0,090	
Чай с лимоном	5-11 классы	629 сб.1996г.	187	0,243	0,046	13,761	53,710	0,003	2,801			3,111	1,540	0,840	0,090	
	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	0,800	
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	
Обед																
Пятница		1-я неделя														
Салат из белокачанной капусты/Салат из огурцов* Рассольник ленинградский со сметаной котлеты Куриные с соусом Картофель и овощи тушеные Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	1-4 классы	62 Сб.1997г.	060	0,929	3,003	5,968	53,564	0,032	23,950		1,298	24,878	17,963	9,848	0,489	
	5-11 классы	62 Сб.1997г.	100	1,550	5,005	9,951	89,292	0,053	39,950		2,163	41,494	29,959	16,424	0,816	
	1-4 классы	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	
	5-11 классы	42 Сб.2008г.	260	2,785	6,610	20,300	142,815	0,106	16,050	0,006	2,211	28,100	65,950	23,800	1,007	
	1-4 классы	202 Сб.2008г.	090	10,802	10,114	13,843	163,904	0,022	2,460	0,003	1,306	8,822	20,641	5,957	37,071	
	5-11 классы	202 Сб.2008г.	100	13,301	12,414	15,784	200,764	0,027	2,820	0,002	1,798	10,677	25,617	6,746	27,966	
	1-4 классы	251 Сб.1997г.	150	3,675	11,419	35,220	250,013	0,215	35,625		4,787	23,400	108,525	43,575	1,622	
	5-11 классы	251 Сб.1997г.	180	4,410	13,703	42,264	300,015	0,258	42,750		5,745	28,080	130,230	52,290	1,946	
	1-4 классы	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	45,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180	
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270	
	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400	
Хлеб ржаной	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600	
Завтрак		1-4 классы		637	16,689	15,290	79,951	470,110	0,082	2,801	0,020	1,293	20,030	67,747	19,041	1,142
ИТОГО:	5-11 классы	697	17,563	18,130	92,374	642,787	0,103	2,801	0,020	1,602	24,403	73,326	23,968	1,434		
	6-11 классы	730	21,194	30,504	119,824	793,357	0,397	76,434	0,009	9,722	120,320	262,666	101,690	44,728		
Обед	1-4 классы	880	26,867	38,302	144,972	983,790	0,506	102,119	0,008	12,917	161,391	318,493	125,630	36,763		
	5-11 классы	880	26,867	38,302	144,972	983,790	0,506	102,119	0,008	12,917	161,391	318,493	125,630	36,763		

* - действует с 01 марта

Циклическое меню

Наименование блюда		№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)		Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
				Жиры			Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Суббота		Завтрак														
	1-4 классы	31 С6.1997г.	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 С6.1997г.	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 С6.1996г.	090	6,802	7,114	9,623	121,904	0,022	2,460	2,146		8,822	20,641	5,957	37,071	
	5-11 классы	423 С6.1996г.	100	7,201	9,414	11,784	158,764	0,027	2,820	2,554		10,677	25,617	6,746	27,956	
	1-4 классы	482 С6.1996г.	150	3,593	5,267	20,611	148,561	0,111	88,320	2,241		83,598	62,415	31,572	84,606	
	5-11 классы	482 С6.1996г.	180	4,316	6,321	23,938	168,280	0,133	105,985	2,689		100,330	74,925	37,886	101,068	
	1-4 классы	628 С6.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001			0,346			0,063	
	5-11 классы	628 С6.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001			0,346			0,063	
	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022		0,280		4,000	13,000	2,800	0,180	
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	025	1,900	0,250	12,425	56,500	0,028		0,420		5,000	16,250	3,500	0,225	
	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016		0,280		4,200	17,400	3,800	0,400	
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	025	1,378	0,250	8,020	47,500	0,020		0,420		5,250	21,750	4,750	0,500	
		Обед														
Суббота		Обед														
	1-4 классы	31 С6.1997г.	020	0,620	0,400	1,420	8,200	0,022	2,000	0,240		3,200	10,600	4,200	0,140	
	5-11 классы	31 С6.1997г.	030	0,930	0,600	2,130	12,300	0,033	3,000	0,360		4,800	15,900	6,300	0,210	
	1-4 классы	132 С6.1996г.	200	3,514	3,525	10,490	76,426	0,073	17,800	1,550		18,880	40,380	17,180	0,636	
	5-11 классы	132 С6.1996г.	250	3,893	4,406	13,113	95,533	0,091	22,250	1,937		23,600	50,475	21,475	0,795	
	1-4 классы	423 С6.1996г.	90	10,843	10,030	9,974	133,166	0,020	1,160	0,003		5,792	14,492	4,558	36,970	
	5-11 классы	423 С6.1996г.	100	12,665	13,566	12,404	175,920	0,025	1,020	0,002		6,539	3,894	4,846	27,818	
	1-4 классы	463 С6.1996г.	150	7,716	5,384	26,323	232,586	0,255	30,396	0,021		30,396	154,621	0,158	2,985	
	5-11 классы	463 С6.1996г.	180	8,715	6,460	32,561	278,971	0,306		0,025		36,456	185,444	0,189	3,580	
	1-4 классы	293 С6.2008г.	180	0,900		21,060	84,600	0,018	3,600			14,400	16,200	9,000	0,360	
	5-11 классы	293 С6.2008г.	180	0,900		21,060	84,600	0,018	3,600			14,400	16,200	9,000	0,360	
	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022		0,280		4,000	13,000	2,800	0,180	
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033		0,500		6,000	19,500	4,200	0,270	
1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016		0,280		4,200	17,400	3,800	0,400		
5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024		0,500		6,300	26,100	5,700	0,600		
		Обед														
Завтрак	1-4 классы	500	13,62	14,61	63,32	436,332	0,18	92,18	0,00	4,95	109,17	126,86	51,13	123,71		
	5-11 классы	560	15,60	18,99	73,76	524,911	0,21	110,91	0,00	6,08	133,90	168,64	63,38	131,90		
	1-4 классы	680	26,216	19,719	86,623	618,177	0,426	24,660	0,024	7,816	80,868	266,693	41,596	41,671		
Обед	1-4 классы	800	31,036	25,602	105,802	772,124	0,630	29,870	0,027	10,496	98,096	317,613	61,710	33,633		
	5-11 классы	800	31,036	25,602	105,802	772,124	0,630	29,870	0,027	10,496	98,096	317,613	61,710	33,633		
	5-11 классы	800	31,036	25,602	105,802	772,124	0,630	29,870	0,027	10,496	98,096	317,613	61,710	33,633		

Циклическое меню

Наименование блюда		№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)		Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
				Белки	Жиры		Углеводы	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
2-я неделя															
Понедельник															
Горячий бутерброд Пикантный	1-4 классы	384 С6 2008г.	055	5,774	4,804	22,341	155,696	0,022		0,021	0,280	4,000	13,000	2,800	0,180
	5-11 классы	384 С6 2008г.	065	6,352	5,016	26,230	175,440	0,033		0,025	0,500	6,000	19,500	4,200	0,270
	1-4 классы	102 С6 2008г.	220	8,291	6,584	24,037	185,300	0,081		0,040	0,680	9,270	42,180	14,560	1,105
	5-11 классы	102 С6 2008г.	260	10,598	7,324	31,236	210,936	0,097		0,040	0,769	10,603	50,216	17,412	1,316
	1-4 классы	762С6 1997г.	200	3,580	2,728	17,070	138,000	0,027	0,900	0,018	0,081	109,170	81,900	12,600	0,941
Какао растворимый	5-11 классы	762С6 1997г.	200	3,580	2,728	17,070	138,000	0,027	0,900	0,018	0,081	109,170	81,900	12,600	0,941
	1-4 классы	29 С6 1997г.	025	0,800	7,550	15,070	131,500								
Кондитерские изделия	5-11 классы	29 С6 1997г.	025	0,800	7,550	15,070	131,500								
	Обед														
2-я неделя															
Понедельник															
Салат из свеклы отварной	1-4 классы	23 С6 2008г.	060	0,969	6,997	6,156	109,330	0,011	5,700		1,340	21,090	24,510	24,510	0,798
	5-11 классы	23 С6 2008г.	100	1,615	8,995	10,260	145,550	0,019	9,500		2,233	35,150	40,850	40,850	1,330
	1-4 классы	46 С6 2008г.	200	3,000	2,630	13,500	145,000	0,094	10,450		1,074	33,850	85,650	32,470	1,400
	5-11 классы	46 С6 2008г.	250	3,750	3,288	16,870	181,000	0,118	13,000		1,343	42,310	107,060	40,590	1,750
	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
Ежики в соусе	5-11 классы	202 С6 2008г.	100	13,301	12,414	15,784	200,764	0,027	2,820	0,002	1,798	10,677	25,617	6,746	27,956
	1-4 классы	270 С6 1996г.	150	15,131	5,924	40,345	260,286	0,629	0,021	6,479	63,418	158,888	61,617	4,899	
Пюре из гороха	5-11 классы	270 С6 1996г.	180	17,358	8,908	48,015	312,349	0,755	0,025	7,775	76,103	190,671	73,942	5,879	
	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	
Напиток лимонный	5-11 классы	289 С6 2008г.	180	0,130		22,075	86,328	0,006	5,760		6,192	3,168	1,728	0,151	
	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 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	39,000	0,016		0,280	4,200	17,400	3,800	0,400	
Хлеб ржаной	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024		0,500	6,300	26,100	5,700	0,600	
	Завтрак														
ИТОГО:	1-4 классы		500	18,46	21,67	78,62	610,496	0,13	0,90	0,08	1,04	122,44	137,08	29,96	2,23
	5-11 классы		560	21,330	22,618	89,608	666,876	0,167	0,900	0,083	1,360	125,773	161,616	34,212	2,627
Завтрак	1-4 классы		720	26,045	112,276	848,048	0,800	24,370	0,024	10,769	141,572	323,257	132,882	44,899	
	5-11 классы		870	40,087	34,175	137,538	1060,791	0,982	31,080	0,027	14,149	182,732	412,966	173,766	37,936
Обед	1-4 классы														
	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)					
								В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо		
Вторник		2-я неделя		Завтрак													
Орзуцы порционно	1-4 классы	522 С6.1996г.	020	0,140		0,360	2,000	0,004	1,400	0,006	0,020	3,400	8,400			0,004	
	5-11 классы	522 С6.1996г.	030	0,210		0,540	3,000	0,006	2,100	0,009	0,030	5,100	12,600			0,006	
	1-4 классы	202 С6.2008г.	090	10,802	10,114	13,843	163,904	0,022	2,460	0,003	1,306	8,822	20,641	5,957		37,071	
	5-11 классы	202 С6.2008г.	100	13,301	12,414	15,784	200,764	0,027	2,820	0,002	1,798	10,677	25,617	6,746		27,956	
	1-4 классы	463 С6.1996г.	150	7,716	5,384	26,323	232,585	0,255		0,021	4,160	30,396	154,621	0,158		2,985	
	5-11 классы	463 С6.1996г.	180	8,715	6,460	32,561	278,971	0,306		0,025	4,989	36,456	185,444	0,189		3,580	
	1-4 классы	702 С6.1997г.	200	0,080		33,552	127,760	0,004	0,720			0,480	2,400	4,000	0,152		
	5-11 классы	702 С6.1997г.	200	0,080		33,552	127,760	0,004	0,720			0,480	2,400	4,000	0,152		
	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022		0,280		4,000	13,000	2,800	0,180		
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	025	1,900	0,250	12,425	56,500	0,028		0,420		5,000	16,250	3,500	0,225		
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016		0,280		4,200	17,400	3,800	0,400		
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	025	1,378	0,250	8,020	47,500	0,020		0,420		5,250	21,750	4,750	0,500		
Вторник		2-я неделя		Обед													
Винегрет овощной	1-4 классы	60 С6.1996г.	060	1,167	6,193	5,485	79,707	0,035	5,520		2,696	14,130	26,268	12,198		0,490	
	5-11 классы	60 С6.1996г.	100	1,945	8,321	9,142	132,845	0,058	9,200		4,494	23,550	43,780	20,330		0,816	
	1-4 классы	72 С6.2008г.	200	3,970	2,840	16,232	102,530	0,066	26,510	0,006	1,774	37,540	43,204	18,240		19,102	
	5-11 классы	72 С6.2008г.	250	4,400	3,363	20,290	124,225	0,082	33,125	0,006	2,214	44,675	52,455	22,550		23,875	
	1-4 классы	423 С6.1996г.	090	6,802	7,114	9,623	121,904	0,022	2,460		2,146	8,822	20,641	5,957		37,071	
	5-11 классы	423 С6.1996г.	100	7,201	9,414	11,784	158,764	0,027	2,820		2,554	10,677	25,617	6,746		27,956	
	1-4 классы	469 С6.1996г.	150	5,365	4,265	37,247	203,790	0,087		0,021	1,193	10,427	45,359	8,306		0,622	
	5-11 классы	469 С6.1996г.	180	6,437	5,117	46,011	244,528	0,105		0,025	1,431	12,512	54,426	9,967		0,746	
	1-4 классы	629 С6.1996г.	187	0,243	0,046	13,761	53,710	0,003	2,801			3,111	1,540	0,840		0,090	
	5-11 классы	629 С6.1996г.	187	0,243	0,046	13,761	53,710	0,003	2,801			3,111	1,540	0,840		0,090	
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022		0,280		4,000	13,000	2,800	0,180		
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033		0,500		6,000	19,500	4,200	0,270		
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016		0,280		4,200	17,400	3,800	0,400		
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024		0,500		6,300	26,100	5,700	0,600		
Завтрак	1-4 классы		500	21,360	15,878	90,434	609,449	0,323	4,580	0,030	6,046	51,298	216,462	16,716		40,792	
	5-11 классы		660	25,584	19,374	102,882	714,495	0,391	5,540	0,036	7,667	62,963	264,061	19,185		32,419	
	1-4 классы		727	20,838	98,704	644,841	0,261	37,291	0,027	8,369		82,230	167,412	52,141		57,955	
Обед	5-11 классы		877	24,169	26,831	125,622	838,872	0,332	47,946	0,031	11,693	106,825	223,418	70,333		54,353	
	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		
Среда		Завтрак															
Помидоры консервированные	1-4 классы	24 С6.1996г.	040	1,120		0,520	6,440					10,000	8,000			0,480	
	5-11 классы	24 С6.1996г.	050	1,400		0,650	8,050					12,500	10,000			0,600	
	1-4 классы	293 С6.2015г.	240	13,846	12,100	21,451	323,136	0,201	28,500			806,489	86,914	35,855		2,530	
	5-11 классы	293 С6.2015г.	280	19,366	16,639	29,931	397,031	0,258	38,000			29,226	115,854	47,475	2,962		
	1-4 классы	628 С6.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001			0,346			0,053		
	5-11 классы	628 С6.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001			0,346			0,053		
	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	3,800	0,400		
	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		Обед															
Салат из моркови и яблок/Салат из помидоров*	1-4 классы	11 С6.2008г.	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 С6.2008г.	100	0,853	7,750	14,464	149,000	0,040	3,590		4,584	31,170	35,350	26,180	0,142		
	1-4 классы	110 С6.1996г.	210	3,833	5,522	11,708	96,080	0,048	16,830	0,006		37,900	45,972	27,120	56,044		
	5-11 классы	110 С6.1996г.	260	4,217	6,528	14,562	117,200	0,060	21,025	0,006	2,270	45,125	55,915	33,650	70,053		
	1-4 классы	423 С6.1996г.	90	10,843	10,030	9,974	133,166	0,020	1,160	0,003	1,306	5,792	14,492	4,558	36,970		
	5-11 классы	423 С6.1996г.	100	12,665	13,566	12,404	175,920	0,025	1,020	0,002	2,210	6,539	3,894	4,846	27,818		
	1-4 классы	472 С6.1996г.	150	3,263	4,497	26,370	154,200	0,161	25,875	0,026	0,144	41,310	95,910	32,805	1,390		
	5-11 классы	472 С6.1996г.	180	3,916	5,396	31,644	185,040	0,193	31,050	0,031	0,172	49,572	115,092	39,366	1,668		
	1-4 классы	283 С6.2008г.	180	0,878		32,139	126,104	0,005	0,549			30,740	21,137	16,470	4,158		
	5-11 классы	283 С6.2008г.	180	0,878		32,139	126,104	0,005	0,549			30,740	21,137	16,470	4,158		
Компот из сухофруктов	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 пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016		0,280	4,200	17,400	3,800	0,400			
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024		0,500	6,300	26,100	5,700	0,600			
Хлеб ржаной	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015															
Завтрак	1-4 классы	1-4 классы	520	17,788	12,631	53,337	470,043	0,217	28,500	0,000	0,280	820,689	112,314	39,665	3,410		
	5-11 классы	5-11 классы	690	22,419	17,260	70,126	687,148	0,282	38,000	0,000	0,500	48,026	161,964	53,176	4,162		
	1-4 классы	1-4 классы	730	21,951	26,460	105,226	682,160	0,296	46,668	0,035	6,580	142,644	229,121	103,261	99,227		
	5-11 классы	5-11 классы	880	26,462	33,810	129,747	878,064	0,380	57,234	0,039	10,236	175,446	276,988	130,412	104,709		
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
Четверг		Завтрак													
Огурцы солёные	1-4 классы	24 С6.1996г.	040	1,120		0,520	6,440					10,000	8,000		0,480
	5-11 классы	24 С6.1996г.	040	1,120		0,520	6,440					10,000	8,000		0,480
	1-4 классы	193 С6.2008г.	200	17,671	16,213	40,528	362,073	0,106	2,697	2,849	3,235	68,123	21,137	3,101	
	5-11 классы	193 С6.2008г.	250	17,996	17,934	54,034	433,536	0,126	3,595	3,650	41,941	90,771	27,628	3,449	
	1-4 классы	628 С6.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001		0,346			0,053	
	5-11 классы	628 С6.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001		0,346			0,053	
	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033		0,500	6,000	19,500	4,200	0,270	
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033		0,500	6,000	19,500	4,200	0,270	
	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024		0,500	6,300	26,100	5,700	0,600	
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024		0,500	6,300	26,100	5,700	0,600	
Четверг		Обед													
2-я неделя															
Салат из белокачанной капусты/Салат из огурцов*	1-4 классы	62 С6.1997г.	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 С6.1997г.	100	1,550	5,005	9,951	89,292	0,053	39,950	2,163	41,494	29,959	16,424	0,816	
	1-4 классы	138 С6.1996г.	200	4,746	4,302	18,572	127,580	0,202	9,300	3,215	25,820	68,500	28,200	1,556	
	5-11 классы	138 С6.1996г.	250	5,933	5,378	23,215	159,475	0,253	11,625	4,019	32,275	86,875	35,250	1,945	
	1-4 классы	162 С6.2008г.	90	9,080	5,499	9,271	95,702	0,057	1,845	0,022	1,717	14,986	29,764	31,461	28,195
	5-11 классы	162 С6.2008г.	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
	1-4 классы	251 С6.1997г.	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 С6.1997г.	180	4,410	13,703	42,264	300,015	0,258	42,750	5,745	28,080	130,230	52,290	1,946	
	1-4 классы	293 С6.2008г.	180	0,900		21,060	84,600	0,018	3,600		14,400	16,200	9,000	0,360	
	5-11 классы	293 С6.2008г.	180	0,900		21,060	84,600	0,018	3,600		14,400	16,200	9,000	0,360	
Сок фруктовый	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 пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016		0,280	4,200	17,400	3,800	0,400	
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024		0,500	6,300	26,100	5,700	0,600	
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024							
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024							
Четверг		Обед													
2-я неделя															
Салат из белокачанной капусты/Салат из огурцов*	1-4 классы	62 С6.1997г.	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 С6.1997г.	100	1,550	5,005	9,951	89,292	0,053	39,950	2,163	41,494	29,959	16,424	0,816	
	1-4 классы	138 С6.1996г.	200	4,746	4,302	18,572	127,580	0,202	9,300	3,215	25,820	68,500	28,200	1,556	
	5-11 классы	138 С6.1996г.	250	5,933	5,378	23,215	159,475	0,253	11,625	4,019	32,275	86,875	35,250	1,945	
Суп картофельный с горохом	1-4 классы	162 С6.2008г.	90	9,080	5,499	9,271	95,702	0,057	1,845	0,022	1,717	14,986	29,764	31,461	28,195
	5-11 классы	162 С6.2008г.	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
	1-4 классы	251 С6.1997г.	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 С6.1997г.	180	4,410	13,703	42,264	300,015	0,258	42,750	5,745	28,080	130,230	52,290	1,946	
Котлеты из минтая с соусом	1-4 классы	293 С6.2008г.	180	0,900		21,060	84,600	0,018	3,600		14,400	16,200	9,000	0,360	
	5-11 классы	293 С6.2008г.	180	0,900		21,060	84,600	0,018	3,600		14,400	16,200	9,000	0,360	
	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 пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016		0,280	4,200	17,400	3,800	0,400	
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024		0,500	6,300	26,100	5,700	0,600	
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024							
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024							
Четверг		Обед													
2-я неделя															
Салат из белокачанной капусты/Салат из огурцов*	1-4 классы	62 С6.1997г.	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 С6.1997г.	100	1,550	5,005	9,951	89,292	0,053	39,950	2,163	41,494	29,959	16,424	0,816	
	1-4 классы	138 С6.1996г.	200	4,746	4,302	18,572	127,580	0,202	9,300	3,215	25,820	68,500	28,200	1,556	
	5-11 классы	138 С6.1996г.	250	5,933	5,378	23,215	159,475	0,253	11,625	4,019	32,275	86,875	35,250	1,945	
Суп картофельный с горохом	1-4 классы	162 С6.2008г.	90	9,080	5,499	9,271	95,702	0,057	1,845	0,022	1,717	14,986	29,764	31,461	28,195
	5-11 классы	162 С6.2008г.	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
	1-4 классы	251 С6.1997г.	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 С6.1997г.	180	4,410	13,703	42,264	300,015	0,258	42,750	5,745	28,080	130,230	52,290	1,946	
Котлеты из минтая с соусом	1-4 классы	293 С6.2008г.	180	0,900		21,060	84,600	0,018	3,600		14,400	16,200	9,000	0,360	
	5-11 классы	293 С6.2008г.	180	0,900		21,060	84,600	0,018	3,600		14,400	16,200	9,000	0,360	
	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 пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016		0,280	4,200	17,400	3,800	0,400	
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024		0,500	6,300	26,100	5,700	0,600	
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024							
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024							
Четверг		Обед													
2-я неделя															
Салат из белокачанной капусты/Салат из огурцов*	1-4 классы	62 С6.1997г.	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 С6.1997г.	100	1,550	5,005	9,951	89,292	0,053	39,950	2,163	41,494	29,959	16,424	0,816	
	1-4 классы	138 С6.1996г.	200	4,746	4,302	18,572	127,580	0,202	9,300	3,215	25,820	68,500	28,200	1,556	
	5-11 классы	138 С6.1996г.	250	5,933	5,378	23,215	159,475	0,253	11,625	4,019	32,275	86,875	35,250	1,945	
Суп картофельный с горохом	1-4 классы	162 С6.2008г.	90	9,080	5,499	9,271	95,702	0,057	1,845	0,022	1,717	14,986	29,764	31,461	28,195
	5-11 классы	162 С6.2008г.	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
	1-4 классы	251 С6.1997г.	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 С6.1997г.	180	4,410	13,703	42,264	300,015	0,258	42,750	5,745	28,080	130,230	52,290	1,946	
Котлеты из минтая с соусом	1-4 классы	293 С6.2008г.	180	0,900		21,060	84,600	0,018	3,600		14,400	16,200	9,000	0,360	
	5-11 классы	293 С6.2008г.	180	0,900		21,060	84,600	0,018	3,600		14,400	16,200	9,000	0,360	
	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 пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016		0,280	4,200	17,400	3,800	0,400	
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024		0,500	6,300	26,100	5,700	0,600	
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024							
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024							
Четверг		Обед													
2-я неделя															
Салат из белокачанной капусты/Салат из огурцов*	1-4 классы	62 С6.1997г.	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 С6.1997г.	100	1,550	5,005	9,951	89,292	0,053	39,950	2,163	41,494	29,959	16,424	0,816	
	1-4 классы	138 С6.1996г.	200	4,746	4,302	18,572	127,580	0,202	9,300	3,215	25,820	68,500	28,200	1,556	
	5-11 классы	138 С6.1996г.	250												

* - 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				B1	C	A	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак															
Пятница		2-я неделя													
Икра кабачковая(порционно)	1-4 классы	31 С6 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 С6 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	520 С6 1997г.	090	11,648	8,585	2,097	119,992	0,006	0,960	0,003	1,306	2,764	5,192	24,752	36,838
	5-11 классы	520 С6 1997г.	100	12,895	9,188	5,094	207,500	0,004	0,720	0,002	1,798	2,073	3,894	1,854	27,628
	5-11 классы	469 С6 1996г.	150	5,365	4,265	37,247	203,790	0,087		0,021	1,193	10,427	45,359	8,306	0,622
Макаронные изделия отварные	1-4 классы	469 С6 1996г.	180	6,437	5,117	46,011	244,528	0,105		0,025	1,431	12,512	54,426	9,967	0,746
	5-11 классы	280 С6 2008г.	200	1,924	44,343	176,440	0,037	0,037	1,480			635,690	54,020	38,850	0,060
	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	1-4 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	
	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	025	1,378	0,250	8,020	47,500	0,020		0,420	5,250	21,750	4,750	0,500	
Обед															
Пятница		2-я неделя													
Салат Стелной	1-4 классы	111 С6 2008г.	060	1,076	9,148	4,969	104,362	0,059	8,160	0,021	2,794	9,948	39,036	13,884	0,576
	5-11 классы	111 С6 2008г.	100	1,793	15,246	8,281	173,937	0,098	13,600	0,035		16,580	65,060	23,140	0,960
Суп из овощей	1-4 классы	132 С6 1996г.	200	3,514	3,525	10,490	76,426	0,073	17,800		1,550	18,880	40,380	17,180	0,636
	5-11 классы	132 С6 1996г.	250	3,893	4,406	13,113	95,533	0,091	22,250		1,937	23,600	50,475	21,475	0,795
Тфтели с соусом	1-4 классы	423 С6 1996г.	090	6,802	7,114	9,623	121,904	0,022	2,460		2,146	8,822	20,641	5,957	37,071
	5-11 классы	423 С6 1996г.	100	7,201	9,414	11,784	158,764	0,027	2,820		2,554	10,677	25,617	6,746	27,956
Рис отварной	1-4 классы	465 С6 1996г.	150	3,868	5,218	41,803	219,038	0,044		0,027	0,402	14,580	53,730	11,543	0,986
	5-11 классы	465 С6 1996г.	180	4,641	6,261	50,163	262,845	0,053		0,032	0,482	17,496	64,476	13,851	1,183
Чай с лимоном	1-4 классы	629 С6 1996г.	187	0,243	0,046	13,761	53,710	0,003	2,801			3,111	1,540	0,840	0,090
	5-11 классы	629 С6 1996г.	187	0,243	0,046	13,761	53,710	0,003	2,801			3,111	1,540	0,840	0,090
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600
Завтрак															
ИТОГО:	1-4 классы	1-4 классы	600	21,969	15,010	101,763	607,822	0,172	3,840	0,024	3,069	665,281	148,371	63,228	39,500
	5-11 классы	5-11 классы	660	26,134	17,480	118,473	769,068	0,200	4,300	0,027	4,069	672,825	170,440	69,421	31,269
Обед	1-4 классы	1-4 классы	727	18,125	25,431	97,002	658,640	0,239	31,221	0,048	7,452	63,641	185,727	66,004	39,939
	5-11 классы	5-11 классы	877	21,704	35,943	121,636	869,689	0,329	41,471	0,067	5,973	83,764	252,768	76,952	31,854

* - 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		B1	C	A	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Суббота		2-я неделя													
Сельдь с гарниром	1-4 классы	83 С6.1996г.	060	4,240	8,098	4,468	86,115	0,026	4,290	0,012	2,902	24,787	69,462	18,845	408,381
	5-11 классы	83 С6.1996г.	060	4,240	8,098	4,468	86,115	0,026	4,290	0,012	2,902	24,787	69,462	18,845	408,381
	1-4 классы	284 С6.1996г.	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 С6.1996г.	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
	1-4 классы	628 С6.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001			0,346			0,053
Чай с сахаром	5-11 классы	628 С6.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001			0,346			0,053
	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022		0,280	4,000	13,000	2,800	0,180	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	0,270
	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016		0,280	4,200	17,400	3,800	0,400	0,400
Хлеб ржаной	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024		0,500	6,300	26,100	5,700	0,600	0,600
Суббота		2-я неделя													
Орты солёные	1-4 классы	24 С6.1996г.	020	0,560		0,260	3,220					5,000	4,000		0,240
	5-11 классы	24 С6.1996г.	030	0,840		0,390	4,830					7,500	6,000		0,360
	1-4 классы	139 С6.1996г.	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 С6.1996г.	250	2,840	2,673	23,945	125,525	0,118	16,500		1,343	17,500	63,500	24,050	0,887
	1-4 классы	202 С6.2008г.	090	10,802	10,114	13,843	163,904	0,022	2,460	0,003	1,306	8,822	20,641	5,957	37,071
	5-11 классы	202 С6.2008г.	100	13,301	12,414	15,784	200,764	0,027	2,820	0,002	1,798	10,677	25,617	6,746	27,956
	1-4 классы	239 С6.2008г.	150	3,094	0,155	30,474	128,393	0,186	30,938		15,469	89,720	35,579	1,392	1,392
	5-11 классы	239 С6.2008г.	180	3,713	0,186	36,569	154,073	0,223	37,126		18,563	107,665	42,695	1,671	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	0,400
	5-11 классы	293 С6.2008г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000		16,000	18,000	10,000	0,400	0,400
	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	0,180
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033		0,500	6,000	19,500	4,200	0,270	0,270
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016		0,280	4,200	17,400	3,800	0,400	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
Хлеб ржаной		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
Суббота		2-я неделя													
Орты солёные	1-4 классы	24 С6.1996г.	020	0,560		0,260	3,220					5,000	4,000		0,240
	5-11 классы	24 С6.1996г.	030	0,840		0,390	4,830					7,500	6,000		0,360
	1-4 классы	139 С6.1996г.	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 С6.1996г.	250	2,840	2,673	23,945	125,525	0,118	16,500		1,343	17,500	63,500	24,050	0,887
	1-4 классы	202 С6.2008г.	090	10,802	10,114	13,843	163,904	0,022	2,460	0,003	1,306	8,822	20,641	5,957	37,071
	5-11 классы	202 С6.2008г.	100	13,301	12,414	15,784	200,764	0,027	2,820	0,002	1,798	10,677	25,617	6,746	27,956
	1-4 классы	239 С6.2008г.	150	3,094	0,155	30,474	128,393	0,186	30,938		15,469	89,720	35,579	1,392	1,392
	5-11 классы	239 С6.2008г.	180	3,713	0,186	36,569	154,073	0,223	37,126		18,563	107,665	42,695	1,671	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	0,400
	5-11 классы	293 С6.2008г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000		16,000	18,000	10,000	0,400	0,400
	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	0,180
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033		0,500	6,000	19,500	4,200	0,270	0,270
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016		0,280	4,200	17,400	3,800	0,400	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
Хлеб ржаной		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
Суббота		2-я неделя													
Орты солёные	1-4 классы	24 С6.1996г.	020	0,560		0,260	3,220					5,000	4,000		0,240
	5-11 классы	24 С6.1996г.	030	0,840		0,390	4,830					7,500	6,000		0,360
	1-4 классы	139 С6.1996г.	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 С6.1996г.	250	2,840	2,673	23,945	125,525	0,118	16,500		1,343	17,500	63,500	24,050	0,887
	1-4 классы	202 С6.2008г.	090	10,802	10,114	13,843	163,904	0,022	2,460	0,003	1,306	8,822	20,641	5,957	37,071
	5-11 классы	202 С6.2008г.	100	13,301	12,414	15,784	200,764	0,027	2,820	0,002	1,798	10,677	25,617	6,746	27,956
	1-4 классы	239 С6.2008г.	150	3,094	0,155	30,474	128,393	0,186	30,938		15,469	89,720	35,579	1,392	1,392
	5-11 классы	239 С6.2008г.	180	3,713	0,186	36,569	154,073	0,223	37,126		18,563	107,665	42,695	1,671	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	0,400
	5-11 классы	293 С6.2008г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000		16,000	18,000	10,000	0,400	0,400
	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	0,180
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033		0,500	6,000	19,500	4,200	0,270	0,270
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016		0,280	4,200	17,400	3,800	0,400	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
Хлеб ржаной		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
Суббота		2-я неделя													
Орты солёные	1-4 классы	24 С6.1996г.	020	0,560		0,260	3,220					5,000	4,000		0,240
	5-11 классы	24 С6.1996г.	030	0,840		0,390	4,830					7,500	6,000		0,360
	1-4 классы	139 С6.1996г.	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 С6.1996г.	250	2,840	2,673	23,945	125,525	0,118	16,500		1,343	17,500	63,500	24,050	0,887
	1-4 классы	202 С6.2008г.	090	10,802	10,114	13,843	163,904	0,022	2,460	0,003	1,306	8,822	20,641	5,957	37,071
	5-11 классы	202 С6.2008г.	100	13,301	12,414	15,784	200,764	0,027	2,820	0,002	1,798	10,677	25,617	6,746	27,956
	1-4 классы	239 С6.2008г.	150	3,094	0,155	30,474	128,393	0,186	30,938		15,469	89,720	35,579	1,392	1,392
	5-11 классы	239 С6.2008г.	180	3,713	0,186	36,569	154,073	0,223	37,126		18,563	107,665	42,695	1,671	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	0,400
	5-11 классы	293 С6.2008г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000		16,000	18,000	10,000	0,400	0,400
	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	0,180
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033		0,500	6,000	19,500	4,200	0,270	0,270
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016		0,280	4,200	17,400	3,800	0,400	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
Хлеб ржаной		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
Суббота		2-я неделя													
Орты солёные	1-4 классы	24 С6.1996г.	020	0,560		0,260	3,220								