СОГЛАСОВАНО:
Директор ГБОУ СОШ(~~ООШ~~)

№ 11 г.о. Октябрьск

Дудова / О.В. Дудова

«15» ноября 2021 г.

„Согласовано"
Председатель
родительского
комитета
Дудова / О.В. Дудова /

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

«15» 11 2021 г.

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

Осенне-зимнее (весеннее - *)

Цикличное меню

Наименование блюда		№ тех	Масса	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	C	A	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Понедельник	**1-я неделя**			**Завтрак**											
Кукуруза консервированная	1-4 классы	24 Сб.1996г.	020	0,700	0,560	3,120	20,200	0,080				9,200			0,084
	5-11 классы	24 Сб.1996г.	030	1,050	0,840	4,680	30,300	0,120				13,800			0,126
Биточки с соусом	1-4 классы	252 Сб.2015г.	090	4,310	10,265	8,850	143,342	0,006	0,960	0,003	1,306	2,764	5,192	2,472	36,838
	5-11 классы	252 Сб.2015г.	100	5,932	14,113	11,607	195,115	0,004	0,720	0,002	1,798	2,073	3,894	1,854	27,628
Макаронные изделия отварные	1-4 классы	469 Сб.1996г.	150	5,365	4,265	38,347	203,790	0,087		0,021	1,193	10,427	45,359	8,306	0,622
	5-11 классы	469 Сб.1996г.	180	6,437	5,117	46,011	244,528	0,105		0,025	1,431	12,512	54,426	9,967	0,746
Чай с сахаром	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001			0,346			0,053
	5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001			0,346			0,053
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	020	1,520	0,001	10,460	46,600	0,020			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	025	1,900	0,150	13,070	58,250	0,020			0,420	5,000	16,250	3,500	0,220
Хлеб ржаной	1-4 классы		020	2,800	4,100	2,900	128,000								
	5-11 классы		025	5,200	5,200	3,500	160,000								
Понедельник	**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	10,321	9,142	132,845	0,058	9,200		4,494	23,550	43,780	20,330	0,816
Суп картофельный с горохом	1-4 классы	138 Сб.1996г.	200	4,746	4,302	18,572	127,580	0,202	9,300		3,215	25,820	69,500	28,200	1,556
	5-11 классы	138 Сб.1996г.	250	5,933	5,378	23,215	159,475	0,253	11,625		4,019	32,275	86,875	35,250	1,945
Котлеты Куриные с соусом	1-4 классы	0	090	5,308	9,802	10,652	151,072	0,006	0,960	0,003	1,306	2,764	5,192	2,472	36,838
	5-11 классы	0	100	7,221	13,349	13,254	201,305	0,004	0,720	0,002	1,798	2,073	3,894	1,854	27,628
Капуста тушеная	1-4 классы	482 Сб.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 Сб.1996г.	180	4,316	6,321	19,838	148,280	0,133	105,985		2,689	100,330	74,925	37,886	101,068
Компот из сухофруктов	1-4 классы	283 Сб.2008г.	180	0,878		32,139	126,104	0,005	0,549			30,740	21,137	16,470	4,158
	5-11 классы	283 Сб.2008г.	180	0,878		32,139	126,104	0,005	0,549			30,740	21,137	16,470	4,158
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	020	1,520	0,001	10,460	46,600	0,020			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	030	2,280	0,190	15,690	69,900	0,030			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270
Хлеб ржаной	1-4 классы		020	2,800	4,100	2,900	128,000								
	5-11 классы		030	3,000	0,600	22,300	109,000								

ИТОГО:	**Завтрак**	**1-4 классы**	**500**	**14,895**	**19,242**	**78,687**	**599,199**	**0,193**	**0,961**	**0,024**	**2,779**	**26,737**	**63,551**	**13,578**	**37,777**
		5-11 классы	**560**	**20,719**	**25,471**	**93,878**	**745,460**	**0,249**	**0,721**	**0,027**	**3,649**	**33,731**	**74,570**	**15,321**	**28,773**
	Обед	**1-4 классы**	**720**	**20,012**	**29,665**	**96,719**	**782,524**	**0,379**	**104,649**	**0,003**	**9,738**	**161,052**	**197,512**	**93,712**	**127,828**
		5-11 классы	**870**	**25,573**	**36,159**	**135,578**	**946,909**	**0,483**	**128,079**	**0,002**	**13,500**	**194,968**	**250,111**	**115,990**	**135,885**

* - действует с 01 марта

Цикличное меню

Наименование блюда		№ тех	Масса	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	C	A	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Вторник	**1-я неделя**		**Завтрак**												
Сыр плавленый	1-4 классы	ТУ 10.51.40-001-78634349-2016	018	3,580	3,500		47,400		0,510	0,025	0,060	129,000	102,000	6,800	136,000
	5-11 классы	ТУ 10.51.40-001-78634349-2016	018	3,580	3,500		47,400		0,510	0,025	0,060	129,000	102,000	6,800	136,000
Запеканка из творога с молоком сгущенным	1-4 классы	297 Сб.1996г.	150	23,125	17,627	33,046	361,001	0,082	0,854	0,080	2,256	276,479	330,259	40,752	0,873
	5-11 классы	297 Сб.1996г.	200	31,653	23,826	40,658	473,874	0,109	1,096	0,109	3,135	356,358	440,443	53,649	1,202
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
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	0,840	0,090
	5-11 классы	629 сб.1996г.	187	0,243	0,046	13,761	53,710	0,003	2,801			3,111	1,540	0,840	0,090
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	020	1,520	0,001	10,460	46,600	0,020			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	025	1,900	0,150	13,070	58,250	0,020			0,420	5,000	16,250	3,500	0,220
Хлеб ржаной	1-4 классы		020	2,800	4,100	2,900	128,000								
	5-11 классы		025	5,200	5,200	3,500	160,000								
Вторник	**1-я неделя**		**Обед**												
Салат из моркови и яблок/Салат из помидоров*	1-4 классы	11 Сб.2008г.	060	0,512	6,031	8,678	89,400	0,024	2,154		2,751	18,702	21,210	15,708	0,085
	5-11 классы	11 Сб.2008г.	100	0,853	10,051	14,464	149,000	0,040	3,590		4,584	31,170	35,350	26,180	0,142
Щи из свежей капусты с картофелем,со сметаной	1-4 классы	120 Сб.1996г.	220	1,804	5,530	8,801	85,780	0,066	26,510	0,006	1,774	37,540	43,204	18,240	19,102
	5-11 классы	120 Сб.1996г.	260	2,181	6,538	10,929	104,325	0,082	33,125	0,006	2,214	44,675	52,455	22,550	23,875
Овощное рагу из говядины	1-4 классы		180	11,899	15,013	28,176	288,648	0,201	28,500			806,489	86,914	35,855	2,530
	5-11 классы		230	12,879	18,058	37,568	355,318	0,258	38,000			29,226	115,854	47,475	2,962
Компот из апельсинов с яблоками	1-4 классы	278 Сб.2008г.	200	0,378		27,468	106,740	0,017	22,086		0,079	12,600	9,900	7,380	0,108
	5-11 классы	278 Сб.2008г.	200	0,420		30,520	118,600	0,019	24,540		0,088	14,000	11,000	8,200	0,120
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	020	1,520	0,001	10,460	46,600	0,020			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	030	2,280	0,190	15,690	69,900	0,030			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270
Хлеб ржаной	1-4 классы		020	2,800	4,100	2,900	128,000								
	5-11 классы		030	3,000	0,600	22,300	109,000								

ИТОГО:	**Завтрак**	**1-4 классы**	**595**	**32,268**	**25,274**	**83,567**	**730,711**	**0,125**	**8,165**	**0,105**	**2,596**	**426,590**	**460,799**	**59,192**	**137,743**
		5-11 классы	**655**	**43,576**	**32,722**	**94,389**	**887,234**	**0,152**	**8,407**	**0,134**	**3,615**	**507,469**	**574,233**	**72,789**	**138,112**
	Обед	**1-4 классы**	**700**	**18,913**	**30,675**	**86,483**	**745,168**	**0,328**	**79,250**	**0,006**	**4,884**	**879,331**	**174,228**	**79,983**	**22,005**
		5-11 классы	**850**	**21,613**	**35,437**	**131,471**	**906,143**	**0,429**	**99,255**	**0,006**	**7,386**	**125,071**	**234,159**	**108,605**	**27,369**

* - действует с 01 марта

Цикличное меню

Наименование блюда		№ тех	Масса	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	C	A	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Среда	**1-я неделя**		**Завтрак**												
Огурцы солёные	1-4 классы	24 Сб.1996г.	020	0,560		0,260	3,220					5,000	4,000		0,240
	5-11 классы	24 Сб.1996г.	030	0,840		0,390	4,830					7,500	6,000		0,360
Рыба, запеченая с соусом польским	1-4 классы		90	6,500	4,150	2,300	149,000	0,006	1,500	0,910		33,910	84,400	19,180	0,510
	5-11 классы		100	8,130	5,190	2,870	187,000	0,008	1,870	1,130		42,390	105,510	23,980	0,640
Картофельное пюре	1-4 классы	472 Сб.1996г.	150	3,263	4,497	26,370	154,200	0,161	25,875	0,026	0,144	41,310	95,910	32,805	1,390
	5-11 классы	472 Сб.1996г.	180	3,916	5,396	31,644	185,040	0,193	31,050	0,031	0,172	49,572	115,092	39,366	1,668
Компот из свежих яблок	1-4 классы	702 Сб.1997г.	200	0,080		33,552	127,760	0,004	0,720			0,480	2,400	4,000	0,152
	5-11 классы	702 Сб.1997г.	200	0,080		33,552	127,760	0,004	0,720			0,480	2,400	4,000	0,152
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	020	1,520	0,001	10,460	46,600	0,020			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	025	1,900	0,150	13,070	58,250	0,020			0,420	5,000	16,250	3,500	0,220
Хлеб ржаной	1-4 классы		020	2,800	4,100	2,900	128,000								
	5-11 классы		025	5,200	5,200	3,500	160,000								
Среда	**1-я неделя**		**Обед**												
Салат из свеклы отварной	1-4 классы	23 Сб.2008г.	060	0,969	2,997	6,156	54,330	0,011	5,700		1,340	21,090	24,510	24,510	0,798
	5-11 классы	23 Сб.2008г.	100	1,615	4,995	10,260	90,550	0,019	9,500		2,233	35,150	40,850	40,850	1,330
Суп картофельный с макаронными изделиями	1-4 классы	139 Сб.1996г.	250	2,840	2,673	23,945	125,525	0,118	16,500		1,343	17,500	63,500	24,050	0,887
	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	0,887
Плов из птицы(филе куриное)	1-4 классы	893 Сб1998г.	150	10,315	8,435	34,129	245,147	0,077	1,434	0,019	2,910	22,412	150,786	25,502	1,556
	5-11 классы	893 Сб.1998г.	200	13,742	11,244	45,518	326,844	0,103	1,940	0,025	3,880	29,964	200,972	34,006	2,076
Чай с сахаром	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001			0,346			0,053
	5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001			0,346			0,053
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	020	1,520	0,001	10,460	46,600	0,020			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	030	2,280	0,190	15,690	69,900	0,030			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270
Хлеб ржаной	1-4 классы		020	2,800	4,100	2,900	128,000								
	5-11 классы		030	3,000	0,600	22,300	109,000								
ИТОГО:	**Завтрак**	**1-4 классы**	**500**	**14,723**	**12,748**	**75,842**	**608,780**	**0,193**	**28,465**	**1,156**	**0,424**	**93,180**	**220,820**	**63,585**	**2,602**
		5-11 классы	**560**	**20,066**	**15,936**	**85,026**	**722,880**	**0,225**	**33,640**	**1,161**	**0,592**	**104,942**	**245,252**	**70,846**	**3,040**
	Обед	**1-4 классы**	**700**	**18,644**	**18,257**	**92,600**	**656,869**	**0,226**	**23,635**	**0,019**	**5,873**	**65,348**	**251,796**	**76,862**	**3,474**
		5-11 классы	**810**	**23,677**	**19,753**	**132,723**	**779,086**	**0,270**	**27,941**	**0,025**	**7,956**	**88,960**	**324,822**	**103,106**	**4,616**

* - действует с 01 марта

Цикличное меню

Наименование блюда		№ тех	Масса	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	C	A	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Четверг	**1-я неделя**			**Завтрак**											
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
Люля-кебаб с соусом	1-4 классы		90	4,310	10,265	8,850	143,342	0,006	0,960	0,003	1,306	2,764	5,192	2,472	36,838
	5-11 классы		100	5,932	14,113	11,607	195,115	0,004	0,720	0,002	1,798	2,073	3,894	1,854	27,628
Макаронные изделия отварные	1-4 классы	469 Сб.1996г.	150	5,365	4,265	38,347	203,790	0,087		0,021	1,193	10,427	45,359	8,306	0,622
	5-11 классы	469 Сб.1996г.	180	6,437	5,117	46,011	244,528	0,105		0,025	1,431	12,512	54,426	9,967	0,746
Сок фруктовый	1-4 классы	293 Сб.2008г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000			16,000	18,000	10,000	0,400
	5-11 классы	293 Сб.2008г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000			16,000	18,000	10,000	0,400
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	020	1,520	0,001	10,460	46,600	0,020			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	025	1,900	0,150	13,070	58,250	0,020			0,420	5,000	16,250	3,500	0,220
Хлеб ржаной	1-4 классы		020	2,800	4,100	2,900	128,000								
	5-11 классы		025	5,200	5,200	3,500	160,000								
Четверг	**1-я неделя**			**Обед**											
Салат картофельный с огурцами	1-4 классы	37 Сб.2015г.	060	1,276	1,836	7,317	49,219	0,044	7,078		0,813	12,707	28,457	10,584	0,533
	5-11 классы	37 Сб.2015г.	100	2,126	3,060	12,196	82,032	0,073	11,796		1,354	21,177	47,427	17,639	0,888
Борщ с капустой и картофелем,со сметаной	1-4 классы	110 Сб.1996г.	210	1,833	5,522	11,708	96,080	0,048	16,830	0,006	1,819	37,900	45,972	27,120	56,044
	5-11 классы	110 Сб.1996г.	260	2,217	6,528	14,562	117,200	0,060	21,025	0,006	2,270	45,125	55,915	33,650	70,053
ЁЖИКИ в соусе	1-4 классы	0	090	6,548	25,302	11,892	297,392	0,006	0,960	0,003	1,306	2,764	5,192	2,472	36,838
	5-11 классы	0	100	8,961	35,099	14,994	406,625	0,004	0,720	0,002	1,798	2,073	3,894	1,854	27,628
Каша гречневая рассыпчатая	1-4 классы	463 Сб.1996г.	150	7,716	5,384	41,323	232,585	0,255		0,021	4,160	30,396	154,621	0,158	2,985
	5-11 классы	463 Сб.1996г.	180	9,255	6,460	49,561	278,971	0,306		0,025	4,989	36,456	185,444	0,189	3,580
Напиток из [illegible]овника	1-4 классы	289 Сб.2008г.	180	0,720		24,273	96,705	0,027	216,000		0,308	12,150	3,600	3,600	5,081
	5-11 классы	289 Сб.2008г.	180	0,720		24,273	96,705	0,027	216,000		0,308	12,150	3,600	3,600	5,081
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	020	1,520	0,001	10,460	46,600	0,020			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	030	2,280	0,190	15,690	69,900	0,030			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270
Хлеб ржаной	1-4 классы		020	2,800	4,100	2,900	128,000								
	5-11 классы		030	3,000	0,600	22,300	109,000								

ИТОГО:	**Завтрак**	**1-4 классы**	**500**	**15,615**	**19,031**	**85,377**	**623,932**	**0,155**	**6,960**	**0,024**	**3,019**	**36,391**	**92,151**	**27,778**	**38,180**
		5-11 классы	**560**	**21,399**	**25,180**	**99,718**	**764,193**	**0,182**	**7,720**	**0,027**	**4,009**	**40,385**	**108,470**	**31,621**	**29,204**
	Обед	**1-4 классы**	**730**	**22,413**	**42,145**	**109,873**	**946,581**	**0,400**	**240,868**	**0,030**	**8,686**	**99,917**	**250,842**	**46,734**	**101,661**
		5-11 классы	**880**	**28,559**	**51,937**	**153,576**	**1160,433**	**0,500**	**249,541**	**0,033**	**11,219**	**122,981**	**315,780**	**61,132**	**107,500**

* - действует с 01 марта

Цикличное меню

Наименование блюда		№ тех	Масса	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	C	A	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Пятница	**1-я неделя**		**Завтрак**												
Фрукты	1-4 классы	24.01	150	0,600		14,700	57,000								
	5-11 классы	24.01	150	0,600		14,700	57,000								
Каша рисовая молочная жидкая с маслом,сахаром	1-4 классы	114 Сб.2008г.	160	3,923	5,764	30,395	187,237	0,043	0,800	0,036	0,293	103,743	96,225	16,204	1,252
	5-11 классы	114 Сб. 2008г.	210	5,209	6,477	38,848	232,320	0,057	1,067	0,041	0,352	137,899	127,973	21,556	1,661
Кофейный напиток с молоком	1-4 классы	762Сб.1997г.	180	2,790	2,340	21,573	120,015	0,027	0,900	0,018	0,081	109,170	81,900	12,600	0,941
	5-11 классы	762Сб.1997г.	180	2,790	2,340	21,573	120,015	0,027	0,900	0,018	0,081	109,170	81,900	12,600	0,941
Батон	1-4 классы	ГОСТ 31752-2012	040	2,960	1,160	20,560	0,100	0,060			1,000	10,000	32,800	13,200	0,600
	5-11 классы	ГОСТ 31752-2012	050	3,700	1,450	25,700	0,125	0,075			1,250	12,500	41,000	16,500	0,750
Пятница	**1-я неделя**		**Обед**												
Салат из белокочанной капусты/Салат из огурцов*	1-4 классы	62 Сб.1997г.	060	0,929	3,003	5,968	53,564	0,032	23,950		1,298	24,878	17,963	9,848	0,489
	5-11 классы	62 Сб.1997г.	100	1,550	5,005	9,951	89,292	0,053	39,950		2,163	41,494	29,959	16,424	0,816
Рассольник ленинградский со сметаной	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
Тефтели с соусом	1-4 классы	0	090	6,548	27,300	11,892	315,372	0,006	0,960	0,003	2,146	2,764	5,192	2,472	36,838
	5-11 классы	0	100	8,961	36,898	14,994	422,807	0,004	0,720	0,002	2,554	2,073	3,894	1,854	27,628
Картофель и овощи тушеные	1-4 классы	251 Сб.1997г.	150	3,675	11,419	35,220	250,013	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
Компот из сухофруктов	1-4 классы	283 Сб.2008г.	180	0,878		32,139	126,104	0,005	0,549			30,740	21,137	16,470	4,158
	5-11 классы	283 Сб.2008г.	180	0,878		32,139	126,104	0,005	0,549			30,740	21,137	16,470	4,158
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	020	1,520	0,001	10,460	46,600	0,020			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	030	2,280	0,190	15,690	69,900	0,030			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270
Хлеб ржаной	1-4 классы		020	2,800	4,100	2,900	128,000								
	5-11 классы		030	3,000	0,600	22,300	109,000								
ИТОГО:	**Завтрак**	**1-4 классы**	**530**	**10,27**	**9,26**	**87,23**	**364,35**	**0,13**	**1,70**	**0,05**	**1,37**	**222,91**	**210,93**	**42,00**	**2,79**
		5-11 классы	**590**	**12,30**	**10,27**	**100,82**	**409,46**	**0,16**	**1,97**	**0,06**	**1,68**	**259,57**	**250,87**	**50,66**	**3,35**
	Обед	**1-4 классы**	**730**	**18,638**	**51,411**	**114,877**	**1036,225**	**0,363**	**73,934**	**0,009**	**10,282**	**110,062**	**219,817**	**94,405**	**44,095**
		5-11 классы	**880**	**23,864**	**63,006**	**157,638**	**1259,933**	**0,456**	**100,019**	**0,008**	**13,173**	**136,487**	**270,670**	**115,038**	**35,825**

* - действует с 01 марта

Цикличное меню

Наименование блюда		№ тех	Масса	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	C	A	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Суббота	1-я неделя		Завтрак												
Икра кабачковая(порционно)	1-4 классы	31 Сб.1997г.	020	0,400	1,800	1,720	24,400	0,004	1,400			8,200	13,400	7,000	1,400
	5-11 классы	31 Сб.1997г.	030	0,600	2,700	2,580	36,600	0,006	2,100			12,300	20,100	10,500	2,100
Котлеты Куриные с соусом	1-4 классы	0	090	5,308	9,802	10,652	151,072	0,006	0,960	0,003	1,306	2,764	5,192	2,472	36,838
	5-11 классы	0	100	7,221	13,349	13,254	201,305	0,004	0,720	0,002	1,798	2,073	3,894	1,854	27,628
Капуста тушеная	1-4 классы	482 Сб.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 Сб.1996г.	180	4,316	6,321	19,838	148,280	0,133	105,985		2,689	100,330	74,925	37,886	101,068
Чай с сахаром	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001			0,346			0,053
	5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001			0,346			0,053
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	020	1,520	0,001	10,460	46,600	0,020			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	025	1,900	0,150	13,070	58,250	0,020			0,420	5,000	16,250	3,500	0,220
Хлеб ржаной	1-4 классы		020	2,800	4,100	2,900	128,000								
	5-11 классы		025	5,200	5,200	3,500	160,000								

ИТОГО:	Завтрак														
		1-4 классы	500	13,821	21,021	57,253	530,800	0,141	90,681	0,003	3,827	98,908	94,007	43,844	123,077
		5-11 классы	560	19,437	27,771	67,252	661,702	0,163	108,806	0,002	4,907	120,049	115,169	53,740	131,069

* - действует с 01 марта

Цикличное меню

Наименование блюда		№ тех	Масса	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	C	A	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Понедельник	**2-я неделя**		**Завтрак**												
Йогурт	1-4 классы	ТУ 10.51.56-045-18255315-2017	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 10.51.56-045-18255315-2017	100	5,000	1,500	3,500	51,000	0,030	0,600	0,010		124,000	95,000	15,000	0,100
Оладьи с молоком сгущенным	1-4 классы	682 Сб.1996г.	200	15,690	14,398	89,563	555,924	0,216	1,238	0,044	3,922	216,692	238,287	40,677	2,361
	5-11 классы	682 Сб.1996г.	250	19,655	17,904	111,148	692,214	0,273	1,520	0,054	5,025	256,679	290,726	49,870	3,021
Чай с сахаром	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001			0,346			0,053
	5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001			0,346			0,053
Понедельник	**2-я неделя**		**Обед**												
Салат из свеклы отварной	1-4 классы	23 Сб.2008г.	060	0,969	2,997	6,156	54,330	0,011	5,700		1,340	21,090	24,510	24,510	0,798
	5-11 классы	23 Сб.2008г.	100	1,615	4,995	10,260	90,550	0,019	9,500		2,233	35,150	40,850	40,850	1,330
Суп картофельный с макаронными изделиями	1-4 классы	139 Сб.1996г.	200	2,272	2,138	19,156	100,420	0,094	13,200		1,074	14,000	50,800	19,240	0,710
	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	0,887
Тефтели с соусом	1-4 классы	0	090	6,548	27,300	11,892	315,372	0,006	0,960	0,003	2,146	2,764	5,192	2,472	36,838
	5-11 классы	0	100	8,961	36,898	14,994	422,807	0,004	0,720	0,002	2,554	2,073	3,894	1,854	27,628
Пюре из гороха	1-4 классы	270 Сб.1996г.	150	16,131	4,924	40,345	260,286	0,629		0,021	6,479	63,418	158,888	61,617	4,899
	5-11 классы	270 Сб.1996г.	180	19,358	5,908	48,415	312,349	0,755		0,025	7,775	76,103	190,671	73,942	5,879
Напиток лимонный	1-4 классы	289 Сб.2008г.	180	0,130		22,075	86,328	0,006	5,760			6,192	3,168	1,728	0,151
	5-11 классы	289 Сб.2008г.	180	0,130		22,075	86,328	0,006	5,760			6,192	3,168	1,728	0,151
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	020	1,520	0,001	10,460	46,600	0,020			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	030	2,280	0,190	15,690	69,900	0,030			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270
Хлеб ржаной	1-4 классы		020	2,800	4,100	2,900	128,000								
	5-11 классы		030	3,000	0,600	22,300	109,000								
ИТОГО:	**Завтрак**	**1-4 классы**	**500**	**20,89**	**15,949**	**108,073**	**664,191**	**0,246**	**1,839**	**0,054**	**3,922**	**341,038**	**333,287**	**55,677**	**2,514**
		5-11 классы	**550**	**24,855**	**19,455**	**129,658**	**800,481**	**0,303**	**2,121**	**0,064**	**5,025**	**381,025**	**385,726**	**64,87**	**3,174**
	Обед	**1-4 классы**	**720**	**30,370**	**41,460**	**112,984**	**991,336**	**0,766**	**25,620**	**0,024**	**11,319**	**111,464**	**255,558**	**112,367**	**43,576**
		5-11 классы	**870**	**38,184**	**51,264**	**157,679**	**1216,459**	**0,932**	**32,480**	**0,027**	**14,405**	**143,018**	**321,583**	**146,624**	**36,145**

* - действует с 01 марта

Цикличное меню

Наименование блюда		№ тех	Масса	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	C	A	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Вторник	**2-я неделя**			**Завтрак**											
Огурцы порционно	1-4 классы	522 Сб.1996г.	020	0,140		0,360	2,000	0,004	1,400	0,006	0,020	3,400	8,400		0,004
	5-11 классы	522 Сб.1996г.	030	0,210		0,540	3,000	0,006	2,100	0,009	0,030	5,100	12,600		0,006
Котлеты Куриные с соусом	1-4 классы	0	090	5,308	9,802	10,652	151,072	0,006	0,960	0,003	1,306	2,764	5,192	2,472	36,838
	5-11 классы	0	100	7,221	13,349	13,254	201,305	0,004	0,720	0,002	1,798	2,073	3,894	1,854	27,628
Каша гречневая рассыпчатая	1-4 классы	463 Сб.1996г.	150	7,716	5,384	41,323	232,585	0,255		0,021	4,160	30,396	154,621	0,158	2,985
	5-11 классы	463 Сб.1996г.	180	9,255	6,460	49,561	278,971	0,306		0,025	4,989	36,456	185,444	0,189	3,580
Компот из свежих яблок	1-4 классы	702 Сб.1997г.	200	0,080		33,552	127,760	0,004	0,720			0,480	2,400	4,000	0,152
	5-11 классы	702 Сб.1997г.	200	0,080		33,552	127,760	0,004	0,720			0,480	2,400	4,000	0,152
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	020	1,520	0,001	10,460	46,600	0,020			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	025	1,900	0,150	13,070	58,250	0,020			0,420	5,000	16,250	3,500	0,220
Хлеб ржаной	1-4 классы		020	2,800	4,100	2,900	128,000								
	5-11 классы		025	5,200	5,200	3,500	160,000								
Вторник	**2-я неделя**			**Обед**											
Винегрет овощной	1-4 классы	60 Сб.1996г.	060	1,194	6,373	6,007	81,948	0,045	6,420		2,804	13,320	29,238	14,088	0,445
	5-11 классы	60 Сб.1996г.	100	1,990	10,621	10,012	136,580	0,075	10,700		4,674	22,200	48,730	23,480	0,741
Щи из свежей капусты с картофелем,со сметаной	1-4 классы	120 Сб.1996г.	210	1,804	5,530	8,801	85,780	0,066	26,510	0,006	1,774	37,540	43,204	18,240	19,102
	5-11 классы	120 Сб.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
ЁЖИКИ в соусе	1-4 классы	0	090	6,548	25,302	11,892	297,392	0,006	0,960	0,003	1,306	2,764	5,192	2,472	36,838
	5-11 классы	0	100	8,961	35,099	14,994	406,625	0,004	0,720	0,002	1,798	2,073	3,894	1,854	27,628
Макаронные изделия отварные	1-4 классы	469 Сб.1996г.	150	5,365	4,265	38,347	203,790	0,087		0,021	1,193	10,427	45,359	8,306	0,622
	5-11 классы	469 Сб.1996г.	180	6,437	5,117	46,011	244,528	0,105		0,025	1,431	12,512	54,426	9,967	0,746
Чай с лимоном	1-4 классы	629 сб.1996г.	187	0,243	0,046	13,761	53,710	0,003	2,801			3,111	1,540	0,840	0,090
	5-11 классы	629 сб.1996г.	187	0,243	0,046	13,761	53,710	0,003	2,801			3,111	1,540	0,840	0,090
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	020	1,520	0,001	10,460	46,600	0,020			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	030	2,280	0,190	15,690	69,900	0,030			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270
Хлеб ржаной	1-4 классы		020	2,800	4,100	2,900	128,000								
	5-11 классы		030	3,000	0,600	22,300	109,000								
ИТОГО:	**Завтрак**	**1-4 классы**	**500**	**17,564**	**19,287**	**99,247**	**688,017**	**0,289**	**3,080**	**0,030**	**5,766**	**41,040**	**183,613**	**9,430**	**40,159**
		5-11 классы	**560**	**23,866**	**25,159**	**113,477**	**829,286**	**0,340**	**3,540**	**0,036**	**7,237**	**49,109**	**220,588**	**9,543**	**31,586**
	Обед	**1-4 классы**	**737**	**19,474**	**45,617**	**92,168**	**897,220**	**0,227**	**36,691**	**0,030**	**7,357**	**71,162**	**137,533**	**46,746**	**57,277**
		5-11 классы	**887**	**25,092**	**58,211**	**133,697**	**1124,668**	**0,299**	**47,346**	**0,033**	**10,617**	**90,571**	**180,545**	**62,891**	**53,350**

* - действует с 01 марта

Цикличное меню

Наименование блюда		№ тех	Масса	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	C	A	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Среда	**2-я неделя**		**Завтрак**												
Кондитерские изделия	1-4 классы	29 Сб.1997г.	025	0,800	7,550	15,070	131,500								
	5-11 классы	29 Сб.1997г.	025	0,800	7,550	15,070	131,500								
Каша молочная жидкая -Дружба- с маслом, сахаром	1-4 классы	102 Сб.2008г.	220	5,356	10,209	39,072	267,300	0,112	1,020	0,060	0,680	132,690	135,000	28,840	2,125
	5-11 классы	102 Сб.2008г.	260	6,401	10,801	44,823	299,771	0,134	1,224	0,064	0,769	158,707	161,600	34,548	2,540
Кофейный напиток с молоком	1-4 классы	287 Сб.2008г.	200	3,100	2,600	23,970	133,350	0,030	1,000	0,020	0,090	121,300	91,000	14,000	1,045
	5-11 классы	287 Сб.2008г.	200	3,100	2,600	23,970	133,350	0,030	1,000	0,020	0,090	121,300	91,000	14,000	1,045
Бутерброды с маслом, повидлом	1-4 классы		040/10/5	2,425	3,805	28,795	152,350	0,036	0,100	0,020		10,000	22,300	5,750	0,640
	5-11 классы		050/10/5	5,800	0,530	23,530	113,000								
Среда	**2-я неделя**		**Обед**												
Салат из моркови и яблок/Салат из помидоров*	1-4 классы	11 Сб.2008г.	060	0,512	6,031	8,678	89,400	0,024	2,154		2,751	18,702	21,210	15,708	0,085
	5-11 классы	11 Сб.2008г.	100	0,853	10,051	14,464	149,000	0,040	3,590		4,584	31,170	35,350	26,180	0,142
Борщ с капустой и картофелем,со сметаной	1-4 классы	110 Сб.1996г.	210	1,833	5,522	11,708	96,080	0,048	16,830	0,006	1,819	37,900	45,972	27,120	56,044
	5-11 классы	110 Сб.1996г.	260	2,217	6,528	14,562	117,200	0,060	21,025	0,006	2,270	45,125	55,915	33,650	70,053
Биточки с соусом	1-4 классы		90	4,310	10,265	8,850	143,342	0,006	0,960	0,003	1,306	2,764	5,192	2,472	36,838
	5-11 классы		100	5,932	14,113	11,607	195,115	0,004	0,720	0,002	1,798	2,073	3,894	1,854	27,628
Картофельное пюре	1-4 классы	472 Сб.1996г.	150	3,263	4,497	26,370	154,200	0,161	25,875	0,026	0,144	41,310	95,910	32,805	1,390
	5-11 классы	472 Сб.1996г.	180	3,916	5,396	31,644	185,040	0,193	31,050	0,031	0,172	49,572	115,092	39,366	1,668
Компот из сухофруктов	1-4 классы	283 Сб.2008г.	180	0,878		32,139	126,104	0,005	0,549			30,740	21,137	16,470	4,158
	5-11 классы	283 Сб.2008г.	180	0,878		32,139	126,104	0,005	0,549			30,740	21,137	16,470	4,158
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	020	1,520	0,001	10,460	46,600	0,020			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	030	2,280	0,190	15,690	69,900	0,030			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270
Хлеб ржано...	1-4 классы		020	2,800	4,100	2,900	128,000								
	5-11 классы		030	3,000	0,600	22,300	109,000								
ИТОГО:	**Завтрак**	**1-4 классы**	**500**	**11,681**	**24,164**	**106,907**	**684,500**	**0,178**	**2,120**	**0,100**	**0,770**	**263,990**	**248,300**	**48,590**	**3,810**
		5-11 классы	**550**	**16,101**	**21,481**	**107,393**	**677,621**	**0,164**	**2,224**	**0,084**	**0,859**	**280,007**	**252,600**	**48,548**	**3,585**
	Обед	**1-4 классы**	**730**	**15,116**	**30,416**	**101,105**	**783,726**	**0,264**	**46,368**	**0,035**	**6,300**	**135,416**	**202,421**	**97,375**	**98,695**
		5-11 классы	**880**	**19,076**	**36,878**	**142,406**	**951,359**	**0,332**	**56,934**	**0,039**	**9,324**	**164,680**	**250,888**	**121,720**	**103,919**

* - действует с 01 марта

Цикличное меню

Наименование блюда		№ тех	Масса	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	C	A	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Четверг	**2-я неделя**		**Завтрак**												
Огурцы солёные	1-4 классы	24 Сб.1996г.	040	1,120		0,520	6,440					10,000	8,000		0,480
	5-11 классы	24 Сб.1996г.	040	1,120		0,520	6,440					10,000	8,000		0,480
Плов из Говядины	1-4 классы	193 Сб.2008г.	200	18,671	16,213	40,528	362,073	0,106	2,697		2,849	33,235	68,123	21,137	3,101
	5-11 классы	193 Сб.2008г.	250	19,996	17,934	54,034	433,536	0,126	3,595		3,650	41,941	90,771	27,628	3,449
Чай с сахаром	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001			0,346			0,053
	5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001			0,346			0,053
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	030	2,280	0,190	15,690	69,900	0,030			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	030	2,280	0,190	15,690	69,900	0,030			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270
Хлеб ржаной	1-4 классы		030	3,000	0,600	22,300	109,000								
	5-11 классы		030	3,000	0,600	22,300	109,000								
Четверг	**2-я неделя**		**Обед**												
Салат из белокочанной капусты/Салат из огурцов*	1-4 классы	62 Сб.1997г.	060	0,929	3,003	5,968	53,564	0,032	23,950		1,298	24,878	17,963	9,848	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
Суп картофельный с горохом	1-4 классы	138 Сб.1996г.	200	4,746	4,302	18,572	127,580	0,202	9,300		3,215	25,820	69,500	28,200	1,556
	5-11 классы	138 Сб.1996г.	250	5,933	5,378	23,215	159,475	0,253	11,625		4,019	32,275	86,875	35,250	1,945
Рыба, тушенная в томате с овощами	1-4 классы	309 Сб. 1996г.	90	8,330	3,029	5,112	78,054	0,056	3,700		1,276	14,540	19,460	39,142	92,485
	5-11 классы	309 Сб.1996г.	100	10,261	5,442	5,112	107,499	0,066	3,700		2,255	14,540	19,460	46,062	92,582
Картофель и овощи тушеные	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
Сок фруктовый	1-4 классы	293.08	180	0,900		21,060	84,600	0,018	3,600			14,400	16,200	9,000	0,360
	5-11 классы	293.08	180	0,900		21,060	84,600	0,018	3,600			14,400	16,200	9,000	0,360
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	020	1,520	0,001	10,460	46,600	0,020			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	030	2,280	0,190	15,690	69,900	0,030			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270
Хлеб ржаной	1-4 классы		020	2,800	4,100	2,900	128,000								
	5-11 классы		030	3,000	0,600	22,300	109,000								

ИТОГО:															
	Завтрак	**1-4 классы**	**500**	**25,271**	**17,054**	**94,048**	**604,680**	**0,136**	**2,698**	**0,000**	**3,349**	**49,581**	**95,623**	**25,337**	**3,904**
		5-11 классы	**550**	**26,596**	**18,775**	**107,554**	**676,143**	**0,156**	**3,596**	**0,000**	**4,150**	**58,287**	**118,271**	**31,828**	**4,252**
	Обед	**1-4 классы**	**720**	**22,900**	**25,854**	**99,292**	**768,411**	**0,543**	**76,175**	**0,000**	**10,856**	**107,038**	**244,648**	**132,565**	**96,692**
		5-11 классы	**870**	**28,334**	**30,318**	**139,592**	**919,781**	**0,678**	**101,625**	**0,000**	**14,682**	**136,789**	**302,224**	**163,226**	**97,919**

* - действует с 01 марта

Цикличное меню

Наименование блюда		№ тех	Масса	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Белки	Жиры	Углеводы		B1	C	A	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Пятница	**2-я неделя**			**Завтрак**											
Икра кабачковая(порционно)	1-4 классы	31 Сб.1997г.	020	0,400	1,800	1,720	24,400	0,004	1,400			8,200	13,400	7,000	1,400
	5-11 классы	31 Сб.1997г.	030	0,600	2,700	2,580	36,600	0,006	2,100			12,300	20,100	10,500	2,100
Стейк(Шницель) из курицы с соусом	1-4 классы	520 Сб.1997г.	090	7,348	6,052	5,042	269,992	0,006	0,960	0,003	1,306	2,764	5,192	2,472	36,838
	5-11 классы	520 Сб.1997г.	100	9,261	7,799	5,094	341,525	0,004	0,720	0,002	1,798	2,073	3,894	1,854	27,628
Макаронные изделия отварные	1-4 классы	469 Сб.1996г.	150	5,365	4,265	38,347	203,790	0,087		0,021	1,193	10,427	45,359	8,306	0,622
	5-11 классы	469 Сб.1996г.	180	6,437	5,117	46,011	244,528	0,105		0,025	1,431	12,512	54,426	9,967	0,746
Компот из апельсинов с яблоками	1-4 классы	278 Сб.2008г.	200	0,420		30,520	118,600	0,019	24,540		0,088	14,000	11,000	8,200	0,120
	5-11 классы	278 Сб.2008г.	200	0,420		30,520	118,600	0,019	24,540		0,088	14,000	11,000	8,200	0,120
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	020	1,520	0,001	10,460	46,600	0,020			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	025	1,900	0,150	13,070	58,250	0,020			0,420	5,000	16,250	3,500	0,220
Хлеб ржаной	1-4 классы		020	2,800	4,100	2,900	128,000								
	5-11 классы		025	5,200	5,200	3,500	160,000								
Пятница	**2-я неделя**			**Обед**											
Сельдь с гарниром	1-4 классы	83 Сб.1996г.	060	4,240	8,098	4,468	86,115	0,026	4,290	0,012	2,902	24,787	69,462	18,845	408,381
	5-11 классы	83 Сб.1996г.	100	5,164	14,603	8,624	164,088	0,050	8,280	0,022	5,600	35,191	91,378	30,046	408,735
Суп из овощей	1-4 классы	132 Сб.1996г.	200	1,514	3,525	10,490	76,426	0,073	17,800		1,550	18,880	40,380	17,180	0,636
	5-11 классы	132 Сб.1996г.	250	1,893	4,406	13,113	95,533	0,091	22,250		1,937	23,600	50,475	21,475	0,795
Печень говяжья по-строгановски	1-4 классы	387Сб.1996г.	090	11,177	8,546	3,401	129,011	0,188	20,679	2,275	2,044	15,365	213,295	13,706	60,586
	5-11 классы	387Сб.1996г.	100	13,752	10,204	3,401	154,303	0,232	25,563	2,842	2,548	16,105	263,467	16,370	61,918
Рис отварной	1-4 классы	465 Сб.1996г.	150	3,868	5,218	41,803	219,038	0,044		0,027	0,402	14,580	53,730	11,543	0,986
	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
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	0,840	0,090
	5-11 классы	629 сб.1996г.	187	0,243	0,046	13,761	53,710	0,003	2,801			3,111	1,540	0,840	0,090
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	020	1,520	0,001	10,460	46,600	0,020			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	030	2,280	0,190	15,690	69,900	0,030			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270
Хлеб ржаной	1-4 классы		020	2,800	4,100	2,900	128,000								
	5-11 классы		030	3,000	0,600	22,300	109,000								
ИТОГО:	**Завтрак**	**1-4 классы**	**500**	**17,853**	**16,218**	**88,989**	**791,382**	**0,136**	**26,900**	**0,024**	**2,867**	**39,391**	**87,951**	**28,778**	**39,160**
		5-11 классы	**560**	**23,818**	**20,966**	**100,775**	**959,503**	**0,154**	**27,360**	**0,027**	**3,737**	**45,885**	**105,670**	**34,021**	**30,814**
	Обед	**1-4 классы**	**727**	**25,362**	**29,534**	**87,283**	**738,900**	**0,354**	**45,570**	**2,314**	**7,178**	**80,723**	**391,407**	**64,914**	**470,859**
		5-11 классы	**877**	**30,973**	**36,310**	**127,052**	**909,379**	**0,459**	**58,894**	**2,896**	**11,067**	**101,503**	**490,836**	**86,782**	**472,991**

* - действует с 01 марта

Цикличное меню

Наименование блюда		№ тех	Масса	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			Завтрак											
Салат картофельный с зеленым горошком	1-4 классы	31 Сб.2008г.	060	1,864	6,956	7,733	97,236	0,059	8,160	0,021	2,794	9,948	39,036	13,884	0,576
	5-11 классы	31 Сб.2008г.	060	1,864	6,956	7,733	97,236	0,059	8,160	0,021	2,794	9,948	39,036	13,884	0,576
Омлет натуральный	1-4 классы	284 Сб.1996г.	200	21,076	25,854	3,838	335,305	0,125	0,571	0,583	3,323	155,233	335,804	90,570	4,705
	5-11 классы	284 Сб.1996г.	230	24,238	29,734	4,414	385,618	0,143	0,657	0,670	3,821	178,519	386,180	104,158	5,410
Чай с сахаром	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001			0,346			0,053
	5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001			0,346			0,053
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	020	1,520	0,001	10,460	46,600	0,020			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	030	2,280	0,190	15,690	69,900	0,030			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270
Хлеб ржаной	1-4 классы		020	2,800	4,100	2,900	128,000								
	5-11 классы		030	3,000	0,600	22,300	109,000								
ИТОГО:	**Завтрак**	**1-4 классы**	**500**	**27,460**	**36,962**	**39,941**	**664,408**	**0,204**	**8,732**	**0,604**	**6,397**	**169,527**	**387,840**	**107,254**	**5,514**
		5-11 классы	**550**	**31,582**	**37,531**	**65,147**	**719,021**	**0,232**	**8,818**	**0,691**	**7,115**	**194,813**	**444,716**	**122,242**	**6,309**

* - действует с 01 марта

Для составления меню использованы:

- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. Издательство «Хлебпродинформ» г.Москва 1996г.
- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. Издательство «Хлебпродинформ» II часть, г.Москва 1997г.
- Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений ГОУ ВПО «Пермская государственная медицинская академия» Е.А. Вагнера, г.Пермь,2008г.
- Химический состав пищевых продуктов, под ред. проф. И.М. Скурихина и проф. д-ра мед. Наук М.Н. Волгарева , изд. «Агропромиздат», г. Москва, 1987г.
- Химический состав пищевых продуктов, под ред. А.А. Покровского, Москва, 1976г.