

СОГЛАСОВАНО:
Директор ГБОУ СОШ(ООШ) №11



2008 г.

Согласовано
Председатель
Совета
20.10.2008



2015 г.

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

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

Осенне-зимнее (весеннее - *)

Циклическое меню

Наименование блюд		№ рецептуры	Всё 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																							
Кукуруза консервированная	1-4 классы	24 С6 1996г.	020	0,700	0,550	3,120	20,200	0,080				9,200			0,084								
	5-11 классы	24 С6 1996г.	030	1,050	0,840	4,690	30,300	0,120				13,800			0,126								
	1-4 классы	423 С6 1996г.	90	5,461	7,054	2,094	97,667	0,020	1,160	0,003	1,306	5,792	3,200	4,558	25,258								
	5-11 классы	423 С6 1996г.	100	5,521	7,124	2,203	98,124	0,025	1,200	0,003	1,306	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	45,356	8,306	0,622	0,746								
Макаронные изделия отварные	5-11 классы	469 С6 1996г.	180	6,437	5,117	46,011	244,528	0,105			1,431	12,512	54,426	9,967	0,063								
	1-4 классы	628 С6 1996г.	200	0,200	0,061	15,010	57,267		0,001		0,346			0,053	0,053								
Чай с сахаром	5-11 классы	628 С6 1996г.	200	0,200	0,061	15,010	57,267		0,001		0,346			0,053	0,053								
	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,160	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	1,500	0,250	12,425	56,500	0,028			0,420	0,225	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								
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								
	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								
Понедельник														05.04									
1-я неделя																							
Салат из моркови с черносливом Салат картофельный с сельдереем	1-4 классы	60 С6 1996г.	090	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	20,090	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	127,590	0,202	9,300	3,215	26,820	69,500	28,200	1,556	1,556								
	5-11 классы	138 С6 1996г.	250	5,933	5,376	23,215	155,475	0,253	11,625	4,019	32,275	86,615	36,250	1,945	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	5,192	2,472	36,898	0,938								
Свежий Шиндель из курицы с соусом	5-11 классы	520 С6 1997г.	100	12,895	9,198	5,094	207,500	0,004	0,720	0,002	1,796	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	88,330	31,572	84,506	62,415	83,598	101,068	1,018								
Капуста тушеная	5-11 классы	482 С6 1996г.	180	4,316	6,321	19,838	146,280	0,133	100,995	30,740	21,137	16,410	4,158	4,158	4,158								
	1-4 классы	283 С6 2008г.	180	0,878	0,878	32,139	126,104	0,005	0,549		0,280	4,000	13,000	2,800	0,180								
Компот из сухофруктов	5-11 классы	283 С6 2008г.	020	1,520	0,190	9,940	45,200	0,022			0,500	0,270	19,500	4,200	0,270								
	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033			0,500	0,270	19,500	4,200	0,270								
Хлеб пшеничный	5-11 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								
	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								
	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								
Завтрак																							
Итого:	1-4 классы	600	14,348	12,310	73,827	462,124	0,226	1,161	0,024	3,059	33,966	78,959	19,464	26,697	26,697								
	5-11 классы	660	16,486	13,532	88,349	534,213	0,298	1,201	0,028	4,481	43,447	96,330	23,065	29,448	29,448								
	Б-11 классы	720	24,160	30,560	89,162	704,633	0,397	1,046	0,003	10,018	166,262	214,912	97,612	128,228	128,228								
Обед	Б-11 классы	870	29,060	41,617	110,532	973,419	0,510	1,287,079	0,002	14,000	201,268	276,211	121,690	136,486	136,486								

* - Действует с 01 марта

Циклическое меню

Наименование блюда		№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эк. ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо		
Вторник		1-я неделя															
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			
	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			
	Биточки с соусом	5-11 классы	465 С6.1996г.	150	3,868	5,218	41,803	219,038	0,044	0,402	14,590	53,730	11,543	0,986			
Рис отварной	1-4 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			
	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	0,061	15,262	59,437	0,003	2,801		3,111	1,540	0,840	0,090			
	Чай с лимоном	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		
	Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,320	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	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			
	Вторник		1-я неделя														
			Обед														
Салат из свежих помидоров, яблок и консервированных огурцов	1-4 классы	37 С6.2015г.	090	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		
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	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	35,865	2,530	
	Пельмени отварные с бульоном	1-4 классы	293 С6.2015г.	180	13,826	12,099	21,343	249,641	0,201	28,500		806,489	86,914	47,475	2,962		
Компот из фруктов	5-11 классы	293 С6.2015г.	220	19,346	16,638	29,823	346,536	0,258	38,000		635,690	54,020	38,850	0,060	0,060		
	1-4 классы	280 С6.2008г.	200	1,924		44,343	178,440	0,037	1,480		0,280	4,000	13,000	2,800	0,180		
	5-11 классы	280 С6.2008г.	200	1,924		44,343	178,440	0,037	1,480		0,280	4,000	13,000	2,800	0,180		
	Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022		0,500	6,000	19,500	4,200	0,270		
	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		
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-я неделя														
			Обед														
			Всего														
Итого:	Завтрак	1-4 классы	603	21,176	19,179	83,396	642,241	0,106	4,471	0,056	2,328	160,583	202,162	30,341	174,626		
		5-11 классы	663	29,893	26,496	116,834	790,000	0,461	72,301	0,006	4,124	737,716	292,716	141,814	74,233		
	Обед	1-4 классы	690	23,481	19,637	101,067	654,080	0,368	63,888	0,006	3,192	1680,986	246,763	119,009	69,747		
		5-11 классы	840	31,646	26,796	126,468	847,008	0,486	72,301	0,006	4,624	743,618	316,876	147,614	74,893		

* - действует с 01 марта

Циклическое меню

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)		Эн. ценность (ккал)	Витаминный (мг)					Минеральные вещества (мг)					
			Белки	Жиры		Углеводы	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо		
Среды		1-я неделя		Завтрак												
Орехи соевые	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	0,380	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	5,386	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		
	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	
Среды		1-я неделя		Обед												
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	21,080	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	
Суп картофельный с макаронными изделиями	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	
Плов из говядины	1-4 классы	193 С6.2008г.	150	15,849	10,407	34,868	296,808	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	
Чай с сахаром	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	
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	
ИТОГО:	Завтрак	1-4 классы	600	15,469	14,907	86,612	601,646	0,259	30,296	0,026	1,980	69,630	162,170	82,647	94,847	
		6-11 классы	660	19,464	18,462	98,435	697,680	0,311	36,470	0,031	3,267	82,342	180,562	97,678	96,487	
		1-4 классы	700	22,480	20,608	96,335	671,130	0,273	24,698	0,000	6,092	80,371	186,533	76,297	6,419	
		6-11 классы	810	23,269	28,602	114,277	816,216	0,320	29,696	0,000	8,226	107,237	240,721	102,428	6,669	

Действуют с 01 марта

Циклическое меню

Наименование блюда		№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)					
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо			
1-я неделя																		
Завтрак		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			
Горошек зеленый консервированный		31 Сб. 1997г.	030	0,930	0,600	2,130	12,300	0,033	3,000	0,003	0,360	4,800	15,900	6,300	0,210			
Голубцы ленивые с соусом		428 Сб. 1996г.	90	7,630	10,170	9,450	158,000	0,022	1,150	0,002	1,306	5,957	15,412	4,748	36,981			
Макаронные изделия отварные		428 Сб. 1996г.	100	11,365	13,566	12,415	176,020	0,025	0,970	0,002	1,788	6,379	17,394	4,856	27,818			
Сок фруктовый		468 Сб. 1996г.	150	5,365	4,265	37,247	203,780	0,087		0,021	1,193	10,427	45,359	8,306	0,622			
Хлеб пшеничный		468 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			
Хлеб ржаной		293 Сб. 2008г.	200	1,000	0,180	23,400	94,000	0,020	4,000		0,280	16,000	18,000	10,000	0,400			
Хлеб пшеничный		293 Сб. 2008г.	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022			0,420	4,000	13,000	2,800	0,180			
Хлеб ржаной		ГОСТ 27844-88	025	1,900	0,250	12,425	66,500	0,016			0,280	5,000	16,250	3,500	0,225			
Хлеб пшеничный		ГОСТ 27844-88	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,420	4,200	11,400	3,800	0,400			
Хлеб ржаной		ГОСТ 26983-2015	025	1,378	0,250	8,020	47,500	0,020				5,250	21,750	4,750	0,500			
Обед																		
Винегрет овощной		60 Сб. 1996г.	060	1,167	6,193	5,485	79,707	0,035	5,520		2,696	14,130	26,268	12,198	0,450			
Шницель из свинины с картофелем со сметаной		60 Сб. 1996г.	100	1,945	8,321	9,142	132,845	0,068	9,200	0,006	4,494	23,550	43,780	20,330	0,816			
ЕЖИКИ в соусе		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			
Каша гречневая рассыпчатая		202 Сб. 2008г.	260	2,181	6,538	10,929	104,325	0,082	33,125	0,006	2,214	44,675	52,465	22,550	23,875			
Напиток из шиповника		202 Сб. 2008г.	090	10,802	10,114	13,843	163,904	0,027	2,460	0,003	1,306	8,822	20,641	5,957	37,071			
Хлеб пшеничный		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	27,956			
Хлеб ржаной		463 Сб. 1996г.	150	7,716	5,384	26,523	232,585	0,255		0,021	4,989	30,396	154,621	0,189	3,590			
Хлеб пшеничный		463 Сб. 1996г.	180	8,715	6,460	32,561	278,971	0,305		0,025	4,989	36,456	185,444	0,189	3,590			
Хлеб ржаной		289 Сб. 2008г.	180	0,720	0,180	24,273	96,705	0,027	216,000		0,308	12,150	3,600	3,600	5,081			
Хлеб пшеничный		289 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		ГОСТ 27844-88	020	2,280	0,270	14,910	83,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400			
Хлеб пшеничный		ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600			
Итого:																		
Завтрак		1-4 классы	600	17,237	16,216	87,873	647,190	0,189	7,160	0,024	3,299	43,784	119,771	33,864	38,723			
Обед		1-4 классы	660	23,000	19,783	104,401	630,848	0,231	7,970	0,027	4,429	48,941	143,710	39,373	29,999			
		1-4 классы	740	24,831	27,601	95,081	741,981	0,443	260,490	0,030	10,804	71,734	278,734	48,763	66,308			
		6-11 классы	880	30,795	34,303	117,223	938,470	0,657	261,146	0,033	14,803	139,808	356,496	63,316	62,176			

* Действует с 01 марта

Лирическое 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				
Питание			1-я неделя			Завтрак												
Фрукты	1-4 классы	24 об. 1996г.	150	0,600	14,700	57,000												
Каша рисовая молочная жидкая с маслом, сахаром	5-11 классы	24 об. 1996г.	160	11,586	14,844	29,730	0,019		0,020	0,293	6,919	23,407	5,001	0,452				
	1-4 классы	114 об. 2008г.	210	12,760	17,564	37,963	0,025		0,020	0,362	8,782	30,786	6,618	0,564				
	5-11 классы	114 об. 2008г.	187	0,243	0,046	13,761	0,003				3,111	1,540	0,840	0,090				
Чай с лимоном	5-11 классы	629 об. 1996г.	187	0,243	0,046	13,761	0,003		2,801									
	1-4 классы	ГОСТ 31805-2018	040	3,160	0,400	20,760	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	0,075			1,250	12,500	41,000	16,500	0,750				
Питание			1-я неделя			Обед												
Салат из белокочанной капусты/Салат из овощей*	1-4 классы	62 об. 1997г.	060	0,929	3,003	5,968	0,032		23,950		1,298	24,878	17,963	9,848	0,469			
Распашник ленинградский со сметаной	5-11 классы	62 об. 1997г.	100	1,550	5,005	9,951	0,063		39,950		2,163	41,484	29,959	16,424	0,816			
	1-4 классы	42 об. 2008г.	210	2,288	6,588	16,298	0,085		116,572		1,771	24,280	54,000	19,240	0,808			
Котлеты Куринные с соусом	5-11 классы	42 об. 2008г.	280	2,785	6,610	20,300	0,106		16,050		2,006	28,100	66,950	23,800	1,007			
	1-4 классы	202 об. 2008г.	090	10,802	10,114	13,843	0,022		2,460	0,003	1,306	8,822	20,641	5,957	37,071			
Картофель и овощи тушеные	5-11 классы	202 об. 2008г.	100	13,301	12,414	200,764	0,027		2,820	0,002	1,798	10,617	26,617	61,746	27,956			
	1-4 классы	251 об. 1997г.	150	3,675	11,419	35,220	0,215		35,625		4,787	23,400	108,625	43,575	1,622			
Компот из сухофруктов	5-11 классы	251 об. 1997г.	180	4,410	13,703	42,264	0,258		42,750		5,745	28,080	130,230	52,290	1,946			
	1-4 классы	283 об. 2008г.	180	0,878	32,139	128,104	0,005		0,549			30,740	21,137	16,470	4,158			
Хлеб пшеничный	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	0,022				0,280	4,000	13,000	2,800	0,180			
	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	0,033				0,500	6,000	19,500	4,200	0,270			
Хлеб ржаной	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	0,016				0,280	4,200	17,400	3,800	0,400			
	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	0,024				0,500	6,300	26,100	5,700	0,600			
Итого:			Завтрак			Обед												
Итого:			Обед			Завтрак												
Итого:			Обед			Завтрак												
Итого:			Обед			Завтрак												
Итого:			Обед			Завтрак												
Итого:			Обед			Завтрак												
Итого:			Обед			Завтрак												
Итого:			Обед			Завтрак												
Итого:			Обед			Завтрак												
Итого:			Обед			Завтрак												
Итого:			Обед			Завтрак												
Итого:			Обед			Завтрак												
Итого:			Обед			Завтрак												
Итого:			Обед			Завтрак												
Итого:			Обед			Завтрак												
Итого:			Обед			Завтрак												
Итого:			Обед			Завтрак												
Итого:			Обед			Завтрак												
Итого:			Обед			Завтрак												
Итого:			Обед			Завтрак												
Итого:			Обед			Завтрак												
Итого:			Обед			Завтрак												
Итого:			Обед			Завтрак												
Итого:			Обед			Завтрак												
Итого:			Обед			Завтрак												
Итого:			Обед			Завтрак												
Итого:			Обед			Завтрак												
Итого:			Обед			Завтрак												
Итого:			Обед			Завтрак												
Итого:			Обед			Завтрак												
Итого:			Обед			Завтрак												
Итого:			Обед			Завтрак												
Итого:			Обед			Завтрак												
Итого:			Обед			Завтрак												
Итого:			Обед			Завтрак												
Итого:			Обед			Завтрак												
Итого:			Обед			Завтрак												
Итого:			Обед			Завтрак												
Итого:			Обед			Завтрак												
Итого:			Обед			Завтрак												
Итого:			Обед			Завтрак												
Итого:			Обед			Завтрак												
Итого:			Обед			Завтрак												
Итого:			Обед			Завтрак												
Итого:			Обед			Завтрак												
Итого:			Обед			Завтрак												
Итого:			Обед			Завтрак												
Итого:			Обед			Завтрак												
Итого:			Обед			Завтрак												
Итого:			Обед			Завтрак												
Итого:			Обед			Завтрак												
Итого:			Обед			Завтрак												
Итого:			Обед			Завтрак												
Итого:			Обед			Завтрак												
Итого:			Обед			Завтрак												
Итого:			Обед			Завтрак												
Итого:			Обед			Завтрак												
Итого:			Обед			Завтрак												
Итого:			Обед			Завтрак												
Итого:			Обед			Завтрак												
Итого:			Обед			Завтрак												
Итого:			Обед			Завтрак												
Итого:			Обед			Завтрак												
Итого:			Обед			Завтрак												
Итого:			Обед			Завтрак												
Итого:			Обед			Завтрак												
Итого:			Обед			Завтрак												
Итого:			Обед			Завтрак												
Итого:			Обед			Завтрак												
Итого:			Обед			Завтрак												
Итого:			Обед			Завтрак												
Итого:			Обед															

Циклическое меню

Наименование блюда				№ рецептуры	Вес блюда	Циклическое Меню			Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
						Пищевая ценность (г)	Эн. ценность (ккал)	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо			
Суббота		1-я неделя			Завтрак													
Икра кабачковая(порционно)	1-4 классы	31 Сб.1997г.	020	0,400	1,800	1,720	24,400	0,004	1,400			8,200	13,400	7,000	1,400			
	5-11 классы	31 Сб.1997г.	030	0,600	2,700	2,580	36,600	0,006	2,100			12,300	20,100	10,500	2,100			
	5-11 классы	423 Сб.1996г.	090	6,802	7,114	9,623	121,904	0,022	2,460		2,146	8,822	20,641	5,967	37,071			
	1-4 классы	423 Сб.1996г.	100	7,201	9,414	11,784	158,764	0,027	2,820		2,564	10,677	25,617	6,746	27,956			
	5-11 классы	482 Сб.1996г.	150	3,593	5,267	20,611	148,561	0,111	88,320		2,241	83,598	62,415	31,572	84,606			
Тертые с соусом	1-4 классы	482 Сб.1996г.	180	4,316	6,321	23,938	168,280	0,133	105,985		2,689	100,330	74,925	37,886	101,068			
	5-11 классы	482 Сб.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267	0,001			0,346				0,053			
	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001		0,280	4,000	13,000	2,800	0,180			
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022			0,420	5,000	16,250	3,500	0,225			
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	025	1,900	0,250	12,425	56,500	0,028			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400			
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,420	5,250	21,750	4,750	0,500			
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	025	1,378	0,250	8,020	47,500	0,020										
Хлеб ржаной																		
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	17,800		1,550	18,890	40,390	17,180	0,636			
	5-11 классы	132 Сб.1996г.	250	3,893	4,406	13,113	95,533	0,091	22,250		1,937	23,600	50,475	21,475	0,795			
	5-11 классы	423 Сб.1996г.	90	10,843	10,030	9,974	133,166	0,020	1,160		1,306	5,792	14,492	4,558	36,970			
Суп из овощей	1-4 классы	423 Сб.1996г.	100	12,665	13,566	12,404	175,920	0,025	1,020		2,210	6,539	3,894	4,846	27,818			
	5-11 классы	463 Сб.1996г.	150	7,716	5,364	28,323	232,585	0,255		0,025	4,160	30,396	154,621	0,188	3,590			
	1-4 классы	463 Сб.1996г.	180	8,715	6,460	32,561	278,917	0,306			4,989	36,456	185,444	0,188	3,590			
	5-11 классы	293 Сб.2008г.	180	0,900		21,060	84,600	0,018	3,600			14,400	16,200	9,000	0,360			
	5-11 классы	293 Сб.2008г.	180	0,900		9,940	45,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180			
Каша гречневая рассыпчатая	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	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	6,416	38,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400			
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	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 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024										
Хлеб ржаной																		
Итого:		Завтрак		1-4 классы	600	13,62	14,61	63,32	436,332	0,18	92,18	0,00	4,96	109,17	128,86	61,13	123,71	
		Обед		5-11 классы	660	16,60	18,99	73,76	624,911	0,21	110,91	0,00	6,08	133,90	168,64	63,38	131,90	
				1-4 классы	680	26,216	19,719	85,623	618,177	0,426	24,660	0,024	7,816	80,868	266,693	41,671	41,671	
				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

Липидное 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															
Понедельник	2-я неделя														
	1-4 классы	384 Сб 2008г.	065	5,774	4,804	22,341	155,696	0,022		0,021	0,280	4,000	13,000	2,800	0,180
	5-11 классы	384 Сб 2008г.	065	6,352	5,016	26,230	175,440	0,033	0,025	0,500	6,000	19,500	4,200	0,270	
Горючий бутерброд Пшеничный	1-4 классы	102 Сб 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 Сб 2008г.	260	10,598	7,324	31,238	210,936	0,097	0,040	0,769	10,603	50,216	17,412	1,316	
Каши молочная жидкая -Дружба- с маслом, сахаром	1-4 классы	762Сб 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
	5-11 классы	762Сб 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	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								
Кондитерские изделия	2-я неделя														
Понедельник	1-4 классы	23 Сб 2008г.	060	0,969	6,997	6,156	109,330	0,011	5,700	1,340	21,090	24,510	24,510	0,798	
	5-11 классы	23 Сб 2008г.	100	1,615	8,995	10,260	145,550	0,019	9,500	2,233	35,150	40,850	40,850	1,330	
Салат из свежкы отварной	1-4 классы	46 Сб 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 Сб 2008г.	250	3,750	3,288	16,870	181,000	0,118	13,000	1,343	42,310	107,090	40,590	1,750	
Суп картофельный с клецками	1-4 классы	202 Сб 2008г.	090	10,802	10,114	13,843	163,904	0,022	2,460	0,003	1,306	8,622	20,641	5,957	37,071
	5-11 классы	202 Сб 2008г.	100	13,301	12,414	15,764	200,764	0,027	2,820	0,002	1,798	10,677	25,617	6,746	27,966
Емчики в соусе	1-4 классы	270 Сб 1996г.	150	15,131	5,924	40,345	260,286	0,629	0,021	5,479	63,418	198,888	67,617	4,899	5,879
	5-11 классы	270 Сб 1996г.	180	17,358	6,908	48,015	312,349	0,755	0,025	7,775	76,103	190,671	73,942	5,879	
Пюре из гороха	1-4 классы	289 Сб 2008г.	180	0,130	22,075	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	22,075	86,328	0,006	5,760		6,192	3,168	1,728	0,151	
Напиток лимонный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022		0,290	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		0,290	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		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	
Итого:															
Завтрак	1-4 классы	600	18,46	21,57	78,62	610,496	0,13	0,90	0,083	1,04	122,44	137,08	29,96	2,627	
	5-11 классы	660	21,330	22,618	89,608	665,876	0,157	0,900	0,083	1,350	126,773	151,612	34,212	2,627	
	1-4 классы	720	32,654	26,046	112,275	848,048	0,800	24,370	0,024	10,769	141,672	323,267	133,892	44,999	
	5-11 классы	870	40,087	34,176	137,658	1060,791	0,982	31,080	0,027	14,149	182,732	412,966	173,766	37,936	

* - действует с 01 марта

Циклическое меню

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														
Вторник	1-4 классы	622 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	5,957	37,071
	1-4 классы	202 Сб. 2008г.	090	10,802	13,843	163,904	0,022	2,460	0,003	1,306	8,822	20,641	6,746	27,966
	5-11 классы	202 Сб. 2008г.	100	13,301	12,414	15,784	0,027	2,820	0,002	1,798	10,677	25,617	6,158	2,985
	1-4 классы	463 Сб. 1996г.	150	7,716	5,384	26,323	0,285	0,021	4,160	30,395	154,621	0,189	3,580	0,152
Среда	1-4 классы	463 Сб. 1996г.	180	8,715	6,460	33,552	0,306	0,720	0,025	4,989	36,456	185,444	0,189	0,152
	5-11 классы	702 Сб. 1997г.	200	0,080	0,080	33,552	0,004	0,720		0,480	2,400	4,000	4,000	0,152
	1-4 классы	702 Сб. 1997г.	200	0,080	0,180	33,552	0,022	0,720		0,280	4,000	13,000	2,800	0,180
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,250	45,200	0,028			0,420	5,000	16,250	3,500	0,225
	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	025	1,900	0,250	56,300	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400
Хлеб пшеничный	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	36,000	0,016			0,280	4,200	11,400	3,800	0,400
	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	8,020	0,020							
	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	025	1,378	0,250	8,020	0,020							
Обед														
Вторник	2-я неделя													
	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	0,450
	5-11 классы	60 Сб. 1996г.	100	1,945	8,321	9,142	132,845	0,068	9,200	4,494	23,550	43,780	20,330	0,816
	1-4 классы	72 Сб. 2008г.	200	3,970	2,840	16,232	102,530	0,066	26,510	0,006	1,774	37,540	43,204	18,240
	5-11 классы	72 Сб. 2008г.	250	4,400	3,363	20,290	124,225	0,082	33,125	0,006	2,214	44,675	52,465	22,550
Среда	1-4 классы	423 Сб. 1996г.	090	6,802	7,114	9,623	121,904	0,022	2,460	2,146	8,822	20,641	6,746	27,966
	5-11 классы	423 Сб. 1996г.	100	7,201	11,784	156,764	0,087	2,820	0,021	1,193	10,427	54,426	9,967	0,746
	1-4 классы	469 Сб. 1996г.	150	5,365	4,285	20,290	103,790	0,105	2,801	0,025	1,431	12,512	54,426	9,967
	5-11 классы	469 Сб. 1996г.	180	6,437	5,117	46,011	53,710	0,003	2,801		3,111	1,540	0,840	0,080
	1-4 классы	629 Сб. 1996г.	187	0,243	0,046	13,761	63,710	0,022		0,280	4,000	13,000	2,800	0,180
Чай с лимоном	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,033		0,500	6,000	19,500	4,200	0,210
	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,016		0,280	4,200	17,400	3,800	0,400
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016		0,280	4,200	11,400	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	11,400	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	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024						
	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						
	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						
Завтрак	1-4 классы	600	21,360	16,878	90,434	609,449	0,323	4,680	0,030	6,046	61,298	216,462	16,716	40,792
	5-11 классы	660	25,684	19,374	102,882	714,495	0,381	6,640	0,036	7,857	62,963	264,061	19,186	47,956
	1-4 классы	727	20,169	20,838	98,704	644,841	0,281	37,291	0,027	8,369	82,230	167,412	62,141	70,333
	5-11 классы	727	20,169	20,838	98,704	644,841	0,281	37,291	0,027	8,369	82,230	167,412	62,141	70,333
	1-4 классы	727	20,169	20,838	98,704	644,841	0,281	37,291	0,027	8,369	82,230	167,412	62,141	70,333
Итого:	Обед	877	24,169	26,831	126,622	838,872	0,332	47,346	0,031	11,693	106,826	223,418	70,333	64,363

* - Действует с 01 марта

Циклическое меню

Наименование блюда		№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)							
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо					
Суббота		2-я неделя														Завтрак				
Сельдь с гарниром	1-4 классы 5-11 классы	83 Сб. 1996г. 83 Сб. 1996г.	060 060	4,240 4,240	8,098 8,098	4,468 4,468	86,115 86,115	0,026 0,026	4,290 4,290	0,012 0,012	2,902 2,902	24,787 24,787	69,462 69,462	18,845 18,845	408,381 408,381					
Омлет натуральный	5-11 классы	284 Сб. 1996г.	200	20,835	25,910	3,362	329,800	0,125	0,571	0,563	3,323	155,233	335,804	90,570	4,705					
Чай с сахаром	5-11 классы	284 Сб. 1996г.	230	23,819	31,062	3,769	389,634	0,143	0,657	0,670	3,821	178,519	386,180	104,158	5,410					
Хлеб пшеничный	1-4 классы	628 Сб. 1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267	0,001				0,346		0,053						
Хлеб пшеничный	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 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					
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					
Хлеб ржаной	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,553	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600					
Суббота		2-я неделя														Обед				
Оррцы соевые	5-11 классы	24 Сб. 1996г.	020	0,560		0,260	3,220							5,000	4,000					
Суп картофельный с макаронными изделиями	1-4 классы	24 Сб. 1996г.	030	0,840		0,360	4,830							7,500	6,000					
Ежик в соусе	5-11 классы	139 Сб. 1996г.	200	2,272	2,138	19,156	100,420	0,094	13,200		1,343	14,000	50,800	19,240	0,710					
Картофель отварной	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	5,967	37,071					
Сок фруктовый	5-11 классы	239 Сб. 2008г.	150	3,094	0,155	30,474	128,383	0,186	30,938	0,002	1,798	10,617	25,617	6,746	27,956					
Хлеб пшеничный	1-4 классы	239 Сб. 2008г.	180	3,713	0,186	36,559	154,073	0,223	37,126			18,563	107,665	42,895	1,671					
Хлеб пшеничный	5-11 классы	239 Сб. 2008г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000			16,000	18,000	10,000	0,400					
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180					
Хлеб ржаной	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270					
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					
Хлеб ржаной	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,553	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600					
Итого:		Завтрак																		
Завтрак	1-4 классы	600	27,897	34,439	39,196	656,382	0,189	4,862	0,696	6,786	188,666	436,666	116,016	413,719						
Завтрак	5-11 классы	660	32,192	39,771	47,781	667,816	0,226	4,948	0,682	7,723	216,962	601,242	132,903	414,714						
Обед	1-4 классы	700	20,360	12,787	103,489	673,137	0,360	60,698	0,003	3,209	67,491	213,661	77,376	40,393						
Обед	5-11 классы	820	26,627	16,843	124,622	703,392	0,446	60,446	0,002	4,141	82,540	266,382	93,391	32,144						

Циклическое меню

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эк. ценность (ккал)	Витаминный (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо		
Среды			2-я неделя													
			Завтрак													
Помидоры консервированные	1-4 классы	24 Сб. 1996г.	040	1,120	0,520	6,440						10,000	8,000		0,480	
	5-11 классы	24 Сб. 1996г.	060	1,400	0,650	8,050						12,500	10,000		0,600	
Пельмени отварные с бульоном	1-4 классы	293 Сб. 2015г.	240	13,946	12,100	21,451	0,201	28,500				806,489	86,914		35,855	
	5-11 классы	293 Сб. 2015г.	280	19,366	16,639	29,931	0,258	38,000				29,226	115,854		2,962	
Чай с сахаром	1-4 классы	628 Сб. 1996г.	200	0,200	0,051	15,010	0,001	0,001				0,346			0,053	
	5-11 классы	628 Сб. 1996г.	200	0,200	0,051	15,010	0,001	0,001				0,346			0,053	
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	0,022			0,280	0,180	13,000		2,800	0,180	
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	0,033			0,500	6,000	19,500		4,200	0,270	
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	0,016			0,280	4,200	17,400		3,800	0,400	
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	0,024			0,500	6,300	26,100		5,700	0,600	
Среды			Обед													
			2-я неделя													
Салат из моркови и яблок/Салат из помидоров*	1-4 классы	11 Сб. 2008г.	060	0,512	6,031	8,678	0,024	2,154		2,751	18,702	21,210		15,708	0,085	
	5-11 классы	11 Сб. 2008г.	100	0,853	7,750	14,464	0,040	3,590		4,594	31,170	35,350		26,180	0,142	
Борщ с капустой и картофелем, со сметаной	1-4 классы	110 Сб. 1996г.	210	3,833	5,522	11,708	0,048	16,830		1,819	37,900	45,972		27,120	56,044	
	5-11 классы	110 Сб. 1996г.	280	4,217	6,528	14,562	0,060	21,025		2,270	45,125	55,915		33,650	70,053	
Блюшки с соусом	1-4 классы	423 Сб. 1996г.	90	10,843	10,030	9,974	0,020	1,160		1,306	5,792	14,492		38,970	4,558	
	5-11 классы	423 Сб. 1996г.	100	12,965	13,566	12,404	0,025	1,020		2,210	6,539	3,894		4,846	27,818	
Картофельное пюре	1-4 классы	472 Сб. 1996г.	150	3,263	4,497	26,370	0,161	25,875		0,144	41,310	95,910		32,805	1,390	
	5-11 классы	472 Сб. 1996г.	180	3,916	5,396	31,644	0,193	31,050		0,172	49,572	115,092		39,366	1,658	
Компот из сухофруктов	1-4 классы	283 Сб. 2008г.	180	0,878	32,139	128,104	0,005	0,549			30,740	21,137		16,470	4,158	
	5-11 классы	283 Сб. 2008г.	180	0,878	32,139	128,104	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	0,022			0,280	4,000	13,000		2,800	0,180	
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	0,033			0,500	6,000	19,500		4,200	0,270	
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	0,016			0,280	4,200	17,400		3,800	0,400	
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	0,024			0,500	6,300	26,100		5,700	0,600	
ИТОГО:			Завтрак													
	1-4 классы	620	17,788	12,631	63,337	470,043	0,217	28,500		0,000	0,280	820,689		112,314	39,656	
	5-11 классы	690	22,419	17,260	70,126	687,188	0,282	38,000		0,000	0,600	48,026		161,854	63,176	
	1-4 классы	730	21,951	26,460	106,226	682,160	0,286	46,568		0,035	6,680	142,644		229,121	103,261	
	5-11 классы	880	26,462	33,810	129,747	878,064	0,380	67,234		0,039	10,236	176,446		276,988	130,412	
ИТОГО:			Обед													
	1-4 классы	620	17,788	12,631	63,337	470,043	0,217	28,500		0,000	0,280	820,689		112,314	39,656	
	5-11 классы	690	22,419	17,260	70,126	687,188	0,282	38,000		0,000	0,600	48,026		161,854	63,176	
	1-4 классы	730	21,951	26,460	106,226	682,160	0,286	46,568		0,035	6,680	142,644		229,121	103,261	
	5-11 классы	880	26,462	33,810	129,747	878,064	0,380	67,234		0,039	10,236	176,446		276,988	130,412	
ИТОГО:			Обед													
	1-4 классы	620	17,788	12,631	63,337	470,043	0,217	28,500		0,000	0,280	820,689		112,314	39,656	
	5-11 классы	690	22,419	17,260	70,126	687,188	0,282	38,000		0,000	0,600	48,026		161,854	63,176	
	1-4 классы	730	21,951	26,460	106,226	682,160	0,286	46,568		0,035	6,680	142,644		229,121	103,261	
	5-11 классы	880	26,462	33,810	129,747	878,064	0,380	67,234		0,039	10,236	176,446		276,988	130,412	
ИТОГО:			Обед													
	1-4 классы	620	17,788	12,631	63,337	470,043	0,217	28,500		0,000	0,280	820,689		112,314	39,656	
	5-11 классы	690	22,419	17,260	70,126	687,188	0,282	38,000		0,000	0,600	48,026		161,854	63,176	
	1-4 классы	730	21,951	26,460	106,226	682,160	0,286	46,568		0,035	6,680	142,644		229,121	103,261	
	5-11 классы	880	26,462	33,810	129,747	878,064	0,380	67,234		0,039	10,236	176,446		276,988	130,412	
ИТОГО:			Обед													
	1-4 классы	620	17,788	12,631	63,337	470,043	0,217	28,500		0,000	0,280	820,689		112,314	39,656	
	5-11 классы	690	22,419	17,260	70,126	687,188	0,282	38,000		0,000	0,600	48,026		161,854	63,176	
	1-4 классы	730	21,951	26,460	106,226	682,160	0,286	46,568		0,035	6,680	142,644		229,121	103,261	
	5-11 классы	880	26,462	33,810	129,747	878,064	0,380	67,234		0,039	10,236	176,446		276,988	130,412	
ИТОГО:			Обед													
	1-4 классы	620	17,788	12,631	63,337	470,043	0,217	28,500		0,000	0,280	820,689		112,314	39,656	
	5-11 классы	690	22,419	17,260	70,126	687,188	0,282	38,000		0,000	0,600	48,026		161,854	63,176	
	1-4 классы	730	21,951	26,460	106,226	682,160	0,286	46,568		0,035	6,680	142,644		229,121	103,261	
	5-11 классы	880	26,462	33,810	129,747	878,064	0,380	67,234		0,039	10,236	176,446		276,988	130,412	
ИТОГО:			Обед													
	1-4 классы	620	17,788	12,631	63,337	470,043	0,217	28,500		0,000	0,280	820,689		112,314	39,656	
	5-11 классы	690	22,419	17,260	70,126	687,188	0,282	38,000		0,000	0,600	48,026		161,854	63,176	
	1-4 классы	730	21,951	26,460	106,226	682,160	0,286	46,568		0,035	6,680	142,644		229,121	103,261	
	5-11 классы	880	26,462	33,810	129,747	878,064	0,380	67,234		0,039	10,236	176,446		276,988	130,412	
ИТОГО:			Обед													
	1-4 классы	620	17,788	12,631	63,337	470,043	0,217	28,500		0,000	0,280	820,689		112,314	39,656	
	5-11 классы	690	22,419	17,260	70,126	687,188	0,282	38,000		0,000	0,600	48,026		161,854	63,176	
	1-4 классы	730	21,951	26,460	106,226	682,160	0,286	46,568		0,035	6,680	142,644		229,121	103,261	
	5-11 классы	880	26,462	33,810	129,747	878,064	0,380	67,234		0,039	10,236	176,446		276,988	130,412	
ИТОГО:			Обед													
	1-4 классы	620	17,788	12,631	63,337	470,043	0,217	28,500		0,000	0,280	820,689		112,314	39,656	
	5-11 классы	690	22,419	17,260	70,126	687,188	0,282	38,000		0,000	0,600	48,026		161,854	63,176	
	1-4 классы	730	21,951	26,460	106,226	682,160	0,286	46,568		0,035	6,680	142,644		229,121	103,261	
	5-11 классы	880	26,462	33,810	129,747	878,064	0,380	67,234		0,039	10,236	176,446		276,988	130,412	
ИТОГО:			Обед													
	1-4 классы	620	17,788	12,631	63,337	470,043	0,217	28,500		0,000	0,280	820,689		112,314	39,656	
	5-11 классы	690	22,419	17,260	70,126	687,188	0,282	38,000		0,000	0,600	48,026		161,854	63,176	
	1-4 классы	730	21,951	26,460	106,226	682,160	0,286	46,568		0,035	6,680	142,644		229,121	103,261	
	5-11 классы	880	26,462	33,810	129,747	878,064	0,380	67,234		0,039	10,236	176,446		276,988	130,412	
ИТОГО:			Обед													
	1-4 классы	620	17,788	12,631	63,337	470,043	0,217	28,500		0,000	0,280	820,689		112,314	39,656	
	5-11 классы	690	22,419	17,260	70,126	687,188	0,282	38,000		0,000	0,600	48,026		161,854	63,176	
	1-4 классы	730	21,951	26,460	106,226	682,160	0,286	46,568		0,035	6,680	142,644		229,121	103,261	
	5-11 классы	880	26,462	33,810	129,747	878,064	0,380	67,234		0,039	10,236	176,446		276,988	130,412	
ИТОГО:			Обед													
	1-4 классы	620	17,788	12,631	63,337	470,043	0,217	28,500		0,000	0,280	820,689		112,314	39,656	
	5-11 классы	690	22,419	17,260	70,126	687,188	0,282	38,000		0,000	0,600	48,026		161,854	63,176	
	1-4 классы	730	21,951	26,460	106,226	682,160	0,286	46,568		0,035	6,680	142,644		229,121	103,261	
	5-11 классы	880	26,462	33,810	129,747	878,064	0,380	67,234		0,039	10,236	176,446		276,988	130,412	
ИТОГО:			Об													

Циклическое меню

Наименование блюда		№ рецептуры	Всё 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														
Омлет соевый	1-4 классы	24 Сб. 1996г.	040	1,120		0,520	6,440					10,000	8,000		0,480	
Плов из говядины	5-11 классы	24 Сб. 1996г.	040	1,120		0,520	6,440					10,000	8,000		0,480	
Чай с сахаром	1-4 классы	193 Сб. 2008г.	200	17,671	16,213	40,528	352,073	0,106	2,697	2,849	33,235	68,123	21,137	3,101		
Хлеб пшеничный	5-11 классы	193 Сб. 2008г.	250	17,996	17,934	54,034	433,536	0,126	3,595	3,650	41,941	90,771	27,628	3,449		
Хлеб пшеничный	1-4 классы	628 Сб. 1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267	0,001	0,001		0,346			0,053		
Хлеб пшеничный	5-11 классы	628 Сб. 1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267	0,033		0,500	6,000	19,500	4,200	0,270		
Хлеб ржаной	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		
Хлеб ржаной	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033		0,500	6,300	26,100	5,700	0,600		
	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024		0,500	6,300	26,100	5,700	0,600		
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024								
Пятница		2-я неделя														
Салат из белокочанной капусты/Салат из огурцов*	1-4 классы	62 Сб. 1997г.	050	0,929	3,003	5,968	53,564	0,032	23,950	1,298	24,878	17,963	9,348	0,489		
Суп картофельный с горохом	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	26,820	69,500	28,200	1,556		
Котлеты из минтая с соусом	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		
Картофель и овощи тушеные	1-4 классы	162 Сб. 2008г.	90	9,090	9,271	95,702	95,702	0,057	1,845	1,717	14,986	29,764	31,461	28,195		
Сок фруктовый	5-11 классы	162 Сб. 2008г.	100	10,384	12,206	129,098	129,098	0,078	2,295	2,39	20,153	40,117	43,305	28,422		
Хлеб пшеничный	1-4 классы	251 Сб. 1997г.	150	3,676	11,419	35,220	350,013	0,215	35,625	4,787	23,400	108,525	43,575	1,822		
Хлеб пшеничный	5-11 классы	251 Сб. 1997г.	180	4,410	13,703	42,264	320,015	0,258	42,750	5,745	28,080	130,230	52,290	1,946		
Хлеб ржаной	1-4 классы	293 Сб. 2008г.	180	0,900	21,060	84,500	84,500	0,018	3,600		14,400	16,200	9,000	0,360		
Хлеб ржаной	5-11 классы	293 Сб. 2008г.	180	0,900	21,060	84,500	84,500	0,018	3,600		14,400	16,200	9,000	0,360		
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		
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		
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		
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		
Суббота		2-я неделя														
Завтрак	1-4 классы	600	22,924	16,834	80,592	560,680	0,163	2,698	0,000	3,849	65,881	121,723	31,037	4,504		
Обед	5-11 классы	650	23,249	18,656	94,098	622,043	0,183	3,696	0,000	4,660	64,887	144,371	37,628	4,862		
	1-4 классы	720	21,963	24,603	106,447	594,659	0,062	74,320	0,022	11,677	111,684	272,352	128,684	32,802		
	5-11 классы	870	27,110	32,172	133,230	887,280	0,177	100,220	0,030	16,317	148,702	348,981	166,169	34,369		

* - 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				
Питание		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	2,980	36,600	0,006	2,100				12,300	20,100	10,500	2,100		
	1-4 классы	520 Сб.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			
	Стеж(Шиндель) из курицы с соусом	5-11 классы	520 Сб.1997г.	100	12,895	9,188	5,094	207,500	0,004	0,720	0,002	1,798	2,073	3,894	1,854	27,628		
	Макaronные изделия отварные	1-4 классы	469 Сб.1996г.	150	5,365	4,265	37,247	203,790	0,087	0,021	1,193	10,427	45,359	8,306	0,622			
Компот из фруктов	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				
	5-11 классы	469 Сб.1996г.	200	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	280 Сб.2008г.	200	1,924		44,343	176,440	0,037	1,480			636,690	54,020	38,850	0,060			
	5-11 классы	280 Сб.2008г.	200	1,924		44,343	176,440	0,037	1,480			636,690	54,020	38,850	0,060			
	Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180		
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 27844-88	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400			
	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	025	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		
	Питание			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	39,096	13,894	0,576			
	5-11 классы	111 Сб.2008г.	100	1,793	16,246	8,281	173,937	0,088	13,600	0,035		16,980	66,090	23,140	0,960			
	1-4 классы	132 Сб.1996г.	200	3,514	3,525	10,480	76,426	0,073	17,800		1,550	18,880	40,390	17,180	0,636			
	Суп из овощей	5-11 классы	132 Сб.1996г.	250	3,893	4,406	13,113	95,533	0,091	22,250		1,937	23,600	50,475	21,475	0,795		
	Терфени с соусом	1-4 классы	423 Сб.1996г.	090	6,802	7,114	9,623	121,904	0,022	2,460		2,146	8,822	20,641	5,957	37,071		
Рис отварной	5-11 классы	423 Сб.1996г.	100	7,201	9,414	11,764	158,764	0,027	2,820		2,554	10,677	25,617	6,746	27,966			
	1-4 классы	465 Сб.1996г.	150	3,668	5,218	41,803	219,038	0,044	0,042	0,027		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	2,801	0,032	0,482	17,486	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	0,060		
	Хлеб пшеничный	5-11 классы	629 Сб.1996г.	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	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033			0,500	0,270	19,500	4,200	0,270			
	5-11 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			
	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		
	ИТОГО:			Завтрак			Обед											
			1-4 классы	600	21,969	16,010	101,763	607,822	0,172	3,840	0,024	3,059	666,281	148,371	63,228	39,600		
			5-11 классы	660	26,134	17,480	116,473	769,068	0,200	4,300	0,027	4,069	672,826	170,440	69,421	31,269		
			1-4 классы	727	18,126	26,431	97,002	668,640	0,239	31,221	0,048	7,462	83,641	186,727	69,004	39,539		
			5-11 классы	877	21,704	36,943	121,636	869,689	0,329	41,471	0,067	6,973	83,764	262,768	75,962	31,864		

* - действует с 01 марта