Цикличное меню

Наименование блюда		№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Понедельник	**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	423 Сб.1996г.	90	8,193	10,030	9,974	133,166	0,020	1,160	0,003	1,306	5,792	14,492	4,558	36,970
	5-11 классы	423 Сб.1996г.	100	11,340	13,566	12,404	175,920	0,025	1,020	0,002	2,210	6,539	3,894	4,846	27,818
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
Чай с сахарозаменителем	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 ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032			0,560	8,400	34,800	7,600	0,800
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	050	2,756	0,500	16,040	95,000	0,040			0,840	10,500	43,500	9,500	1,000
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	423 Сб.1996г.	090	8,193	10,030	9,974	133,166	0,020	1,160	0,003	1,306	5,792	14,492	4,558	36,970
	5-11 классы	423 Сб.1996г.	100	11,340	13,566	12,404	175,920	0,025	1,020	0,002	2,210	6,539	3,894	4,846	27,818
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 с сахарозаменителем	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 ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032			0,560	8,400	34,800	7,600	0,800
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	060	3,306	0,600	19,248	114,000	0,048			1,000	12,600	52,200	11,400	1,200

ИТОГО:	**Завтрак**	**1-4 классы**	**500**	**19,013**	**16,425**	**82,259**	**519,218**	**0,387**	**1,161**	**0,024**	**6,026**	**54,134**	**203,913**	**12,316**	**40,892**
		5-11 классы	**560**	**24,601**	**21,417**	**97,695**	**637,458**	**0,491**	**1,021**	**0,027**	**8,039**	**67,641**	**232,838**	**14,535**	**32,577**
	Обед	**1-4 классы**	**720**	**20,781**	**26,192**	**95,513**	**666,018**	**0,405**	**104,849**	**0,003**	**10,018**	**168,480**	**228,612**	**100,598**	**128,580**
		5-11 классы	**870**	**27,718**	**36,186**	**115,986**	**856,624**	**0,522**	**128,379**	**0,002**	**14,412**	**206,034**	**282,811**	**126,182**	**137,005**

* - действует с 01 марта

Цикличное меню

Наименование блюда		№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Вторник	**1-я неделя**		**Завтрак**												
Сыр плавленый	1-4 классы	СТО 71063300-003-2012	016	3,580	3,500		47,400		0,510	0,025	0,060	129,000	102,000	6,800	136,000
	5-11 классы	СТО 71063300-003-2012	016	3,580	3,500		47,400		0,510	0,025	0,060	129,000	102,000	6,800	136,000
Каша геркулесовая молочная жидкая с маслом, сахарозаменителем	1-4 классы	109 Сб.2008г.	160	6,504	11,855	29,742	253,448	0,151	1,320	0,066	2,256	176,695	203,345	44,880	1,366
	5-11 классы	109 Сб.2008г.	210	8,628	13,390	37,962	309,580	0,201	1,760	0,075	3,135	234,760	270,460	59,740	1,810
Сок фруктовый без сахара, (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
Кофейный напиток с молоком, сахарозаменителелем	1-4 классы	762Сб.1997г.	180	2,250	2,376	18,504	101,385	0,027	0,900	0,018	0,081	109,170	81,900	12,600	0,941
	5-11 классы	762Сб.1997г.	180	2,250	2,376	18,504	101,385	0,027	0,900	0,018	0,081	109,170	81,900	12,600	0,941
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032			0,560	8,400	34,800	7,600	0,800
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	050	2,756	0,500	16,040	95,000	0,040			0,840	10,500	43,500	9,500	1,000
Вторник	**1-я неделя**		**Обед**												
Салат из моркови и яблок без сахара/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
Рагу овощное с говядиной	1-4 классы	394 Сб.1996г.	180	11,899	15,013	28,176	288,648	0,201	28,500			806,489	86,914	35,855	2,530
	5-11 классы	394 Сб.1996г.	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, с сахарозаменителем	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 ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032			0,560	8,400	34,800	7,600	0,800
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	060	3,306	0,600	19,248	114,000	0,048			1,000	12,600	52,200	11,400	1,200

ИТОГО:	**Завтрак**	**1-4 классы**	**596**	**15,538**	**18,131**	**84,478**	**572,233**	**0,230**	**6,730**	**0,109**	**2,957**	**437,265**	**436,045**	**79,880**	**139,707**
		5-11 классы	**656**	**18,214**	**19,766**	**95,906**	**647,365**	**0,288**	**7,170**	**0,118**	**4,116**	**497,430**	**511,860**	**96,640**	**140,351**
	Обед	**1-4 классы**	**700**	**16,797**	**26,974**	**85,955**	**646,568**	**0,340**	**79,250**	**0,006**	**5,164**	**883,731**	**196,028**	**84,783**	**22,625**
		5-11 классы	**850**	**19,639**	**35,247**	**112,729**	**841,243**	**0,447**	**99,255**	**0,006**	**7,886**	**131,671**	**266,859**	**115,805**	**28,299**

* - действует с 01 марта

Цикличное меню

Наименование блюда		№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
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, 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
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 с сахарозаменителем	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 ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032			0,560	8,400	34,800	7,600	0,800
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	050	2,756	0,500	16,040	95,000	0,040			0,840	10,500	43,500	9,500	1,000
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 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
Плов из птицы(филе куриное) из перловой крупы	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 сахарозаменителем	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 ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032			0,560	8,400	34,800	7,600	0,800
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	060	3,306	0,600	19,248	114,000	0,048			1,000	12,600	52,200	11,400	1,200

ИТОГО:	**Завтрак**	**1-4 классы**	**500**	**14,437**	**7,926**	**78,126**	**439,234**	**0,253**	**30,295**	**0,026**	**1,980**	**69,730**	**156,570**	**83,547**	**95,067**
		5-11 классы	**560**	**17,853**	**11,338**	**86,738**	**520,129**	**0,303**	**35,470**	**0,031**	**3,267**	**82,592**	**186,452**	**98,928**	**95,762**
	Обед	**1-4 классы**	**721**	**15,202**	**15,408**	**78,617**	**509,170**	**0,193**	**24,935**	**0,019**	**6,360**	**71,128**	**250,476**	**74,792**	**3,843**
		5-11 классы	**810**	**20,756**	**21,296**	**103,149**	**684,194**	**0,261**	**33,691**	**0,025**	**9,050**	**101,660**	**344,497**	**107,731**	**5,454**

* - действует с 01 марта

Цикличное меню

Наименование блюда		№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
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	428 Сб.1996г.	90	8,287	10,039	10,509	135,635	0,022	1,150	0,003	1,306	5,957	15,412	4,748	36,981
	5-11 классы	428 Сб.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
Картофель отварной	1-4 классы	239 Сб.2008г.	150	3,094	0,155	30,474	128,393	0,186	30,938			15,469	89,720	35,579	1,392
	5-11 классы	239 Сб.2008г.	180	3,713	0,186	36,569	154,073	0,223	37,126			18,563	107,665	42,695	1,671
Сок фруктовый без сахара	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 ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032			0,560	8,400	34,800	7,600	0,800
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	050	2,756	0,500	16,040	95,000	0,040			0,840	10,500	43,500	9,500	1,000
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	202 Сб.2008г.	090	6,802	7,114	9,623	121,904	0,022	2,460	0,003	1,306	8,822	20,641	5,957	37,071
	5-11 классы	202 Сб.2008г.	100	9,301	9,414	11,784	158,764	0,027	2,820	0,002	1,798	10,677	25,617	6,746	27,956
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 шиповника с сахарозаменителем	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 ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032			0,560	8,400	34,800	7,600	0,800
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	060	3,306	0,600	19,248	114,000	0,048			1,000	12,600	52,200	11,400	1,200

ИТОГО:	**Завтрак**	**1-4 классы**	**500**	**15,205**	**10,994**	**78,635**	**442,228**	**0,282**	**38,088**	**0,003**	**2,106**	**49,026**	**168,532**	**62,127**	**39,713**
		5-11 классы	**560**	**19,754**	**14,852**	**90,554**	**531,393**	**0,341**	**45,096**	**0,002**	**2,998**	**56,242**	**202,449**	**73,351**	**31,099**
	Обед	**1-4 классы**	**730**	**170,347**	**171,856**	**246,244**	**748,493**	**152,396**	**394,368**	**152,030**	**160,406**	**253,975**	**405,291**	**199,419**	**253,714**
		5-11 классы	**880**	**26,925**	**26,062**	**131,624**	**847,672**	**0,541**	**251,641**	**0,033**	**11,719**	**138,185**	**370,203**	**73,224**	**108,758**

* - действует с 01 марта

Цикличное меню

Наименование блюда		№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Пятница	**1-я неделя**		**Завтрак**												
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								
Каша рисовая молочная жидкая с маслом,сахарозаменителем	1-4 классы	114 Сб.2008г.	160	3,586	5,844	29,730	179,546	0,019		0,020	0,293	6,919	23,407	5,001	0,452
	5-11 классы	114 Сб.2008г.	210	4,760	6,584	37,963	222,077	0,025		0,020	0,352	8,792	30,786	6,618	0,594
Чай с лимоном с сахарозаменителем	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 ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032			0,560	8,400	34,800	7,600	0,800
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	050	2,756	0,500	16,040	95,000	0,040			0,840	10,500	43,500	9,500	1,000
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 (крупа перловая)	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
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
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 с сахарозаменителем	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 ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032			0,560	8,400	34,800	7,600	0,800
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	060	3,306	0,600	19,248	114,000	0,048			1,000	12,600	52,200	11,400	1,200

ИТОГО:	**Завтрак**	**1-4 классы**	**537**	**6,63**	**6,29**	**71,02**	**366,26**	**0,05**	**2,80**	**0,02**	**0,85**	**18,43**	**59,75**	**13,44**	**1,34**
		5-11 классы	**597**	**8,36**	**7,13**	**82,46**	**427,79**	**0,07**	**2,80**	**0,02**	**1,19**	**22,40**	**75,83**	**16,96**	**1,68**
	Обед	**1-4 классы**	**730**	**17,322**	**26,462**	**107,499**	**892,245**	**0,375**	**73,934**	**0,009**	**9,722**	**114,462**	**241,617**	**99,205**	**44,715**
		5-11 классы	**880**	**22,190**	**33,717**	**128,996**	**1113,751**	**0,474**	**100,019**	**0,008**	**12,917**	**143,087**	**303,370**	**122,238**	**36,755**

* - действует с 01 марта

Цикличное меню

Наименование блюда		№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
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	423 Сб.1996г.	090	8,193	10,030	9,974	133,166	0,020	1,160	0,003	1,306	5,792	14,492	4,558	36,970
	5-11 классы	423 Сб.1996г.	100	11,340	13,566	12,404	175,920	0,025	1,020	0,002	2,210	6,539	3,894	4,846	27,818
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 сахарозаменителем	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 ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032			0,560	8,400	34,800	7,600	0,800
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	050	2,756	0,500	16,040	95,000	0,040			0,840	10,500	43,500	9,500	1,000

ИТОГО:	**Завтрак**	**1-4 классы**	**500**	**14,590**	**17,548**	**56,047**	**414,294**	**0,167**	**90,881**	**0,003**	**4,107**	**106,336**	**125,107**	**50,730**	**123,829**
		5-11 классы	**560**	**19,212**	**23,138**	**65,872**	**513,067**	**0,204**	**109,106**	**0,002**	**5,739**	**130,015**	**142,419**	**62,732**	**132,039**

* - действует с 01 марта

Цикличное меню

Наименование блюда		№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Понедельник	**2-я неделя**		**Завтрак**												
Кондитерские изделия диетические	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, сахарозаменителем	1-4 классы	102 Сб.2008г.	220	4,928	10,311	38,225	257,508	0,081		0,040	0,680	9,270	42,180	14,560	1,105
	5-11 классы	102 Сб.2008г.	260	5,887	10,923	43,807	288,020	0,097		0,040	0,769	10,603	50,216	17,412	1,316
Кофейный напиток с молоком, сахарозаменителем	1-4 классы	762Сб.1997г.	200	2,500	2,640	20,560	112,650	0,030	1,000	0,020	0,090	0,300	91,000	14,000	0,045
	5-11 классы	762Сб.1997г.	200	3,100	2,600	23,970	133,350	0,030	1,000	0,020	0,090	0,300	91,000	14,000	0,045
Сыр плавленый	1-4 классы	СТО 71063300-003-2012	016	3,580	3,500		47,400		0,510	0,025	0,060	129,000	102,000	6,800	136,000
	5-11 классы	СТО 71063300-003-2012	016	3,580	3,500		47,400		0,510	0,025	0,060	129,000	102,000	6,800	136,000
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032			0,560	8,400	34,800	7,600	0,800
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	050	2,756	0,500	16,040	95,000	0,040			0,840	10,500	43,500	9,500	1,000
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 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
Тефтели 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
	5-11 классы	423 Сб.1996г.	100	9,301	9,414	11,784	158,764	0,027	2,820		2,554	10,677	25,617	6,746	27,956
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 с сахарозаменителем	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 ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032			0,560	8,400	34,800	7,600	0,800
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	060	3,306	0,600	19,248	114,000	0,048			1,000	12,600	52,200	11,400	1,200

ИТОГО:	**Завтрак**	**1-4 классы**	**501**	**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	**551**	**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**	**27,750**	**18,960**	**101,521**	**675,274**	**0,773**	**31,720**	**0,021**	**12,075**	**126,802**	**282,387**	**118,592**	**44,355**
		5-11 классы	**870**	**35,603**	**25,323**	**124,895**	**857,524**	**0,946**	**40,330**	**0,025**	**15,499**	**164,322**	**362,981**	**156,141**	**37,311**

* - действует с 01 марта

Цикличное меню

Наименование блюда		№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
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	423 Сб.1996г.	090	8,193	10,030	9,974	133,166	0,020	1,160	0,003	1,306	5,792	14,492	4,558	36,970
	5-11 классы	423 Сб.1996г.	100	11,340	13,566	12,404	175,920	0,025	1,020	0,002	2,210	6,539	3,894	4,846	27,818
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 с сахарозаменителем	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 ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032			0,560	8,400	34,800	7,600	0,800
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	050	2,756	0,500	16,040	95,000	0,040			0,840	10,500	43,500	9,500	1,000
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	202 Сб.2008г.	090	6,802	7,114	9,623	121,904	0,022	2,460	0,003	1,306	8,822	20,641	5,957	37,071
	5-11 классы	202 Сб.2008г.	100	9,301	9,414	11,784	158,764	0,027	2,820	0,002	1,798	10,677	25,617	6,746	27,956
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 лимоном, сахарозаменителем	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 ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032			0,560	8,400	34,800	7,600	0,800
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	060	3,306	0,600	19,248	114,000	0,048			1,000	12,600	52,200	11,400	1,200

ИТОГО:	**Завтрак**	**1-4 классы**	**500**	**18,333**	**15,814**	**98,041**	**571,511**	**0,315**	**3,280**	**0,030**	**6,046**	**48,468**	**214,713**	**16,316**	**40,911**
		5-11 классы	**560**	**23,641**	**20,526**	**112,097**	**680,651**	**0,381**	**3,840**	**0,036**	**8,069**	**59,075**	**247,838**	**18,535**	**32,556**
	Обед	**1-4 классы**	**737**	**15,840**	**24,730**	**67,535**	**542,803**	**0,279**	**126,511**	**0,009**	**8,685**	**154,791**	**191,838**	**78,297**	**142,114**
		5-11 классы	**887**	**21,337**	**33,540**	**85,572**	**715,659**	**0,368**	**155,431**	**0,008**	**12,375**	**193,593**	**255,467**	**102,902**	**154,930**

* - действует с 01 марта

Цикличное меню

Наименование блюда		№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Среда	**2-я неделя**		**Завтрак**												
Йогурт	1-4 классы	ТУ 10.51.56-045-	100	5,000	1,500	3,500	51,000	0,030	0,600	0,010		124,000	95,000	15,000	0,100
	5-11 классы	ТУ 10.51.56-045-	100	5,000	1,500	3,500	51,000	0,030	0,600	0,010		124,000	95,000	15,000	0,100
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 ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032			0,560	8,400	34,800	7,600	0,800
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	050	2,756	0,500	16,040	95,000	0,040			0,840	10,500	43,500	9,500	1,000
Среда	**2-я неделя**		**Обед**												
Салат из моркови и яблок без сахара/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	423 Сб.1996г.	90	8,193	10,030	9,974	133,166	0,020	1,160	0,003	1,306	5,792	14,492	4,558	36,970
	5-11 классы	423 Сб.1996г.	100	11,340	13,566	12,404	175,920	0,025	1,020	0,002	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	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 с сахарозаменителем	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 ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032			0,560	8,400	34,800	7,600	0,800
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	060	3,306	0,600	19,248	114,000	0,048			1,000	12,600	52,200	11,400	1,200

ИТОГО:	**Завтрак**	**1-4 классы**	**540**	**26,276**	**27,405**	**22,348**	**443,572**	**0,155**	**1,172**	**0,593**	**3,323**	**279,579**	**430,804**	**105,570**	**4,858**
		5-11 классы	**580**	**29,438**	**31,285**	**22,924**	**493,885**	**0,173**	**1,258**	**0,680**	**3,821**	**302,865**	**481,180**	**119,158**	**5,563**
	Обед	**1-4 классы**	**730**	**16,883**	**26,480**	**101,701**	**674,950**	**0,290**	**46,568**	**0,035**	**6,580**	**142,844**	**233,521**	**104,261**	**99,447**
		5-11 классы	**880**	**22,510**	**36,141**	**124,461**	**867,264**	**0,371**	**57,234**	**0,039**	**10,236**	**175,746**	**283,588**	**131,912**	**105,039**

* - действует с 01 марта

Цикличное меню

Наименование блюда		№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
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 (крупа перловая)	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 сахарозаменителем	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 ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	060	3,306	0,600	19,248	114,000	0,048			1,000	12,600	52,200	11,400	1,200
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	060	3,306	0,600	19,248	114,000	0,048			1,000	12,600	52,200	11,400	1,200
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
Котлеты рыбные любительские с соусом	1-4 классы	162 Сб.2008г.	90	7,491	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 Сб.2008г.	100	10,384	7,516	12,206	129,098	0,078	2,295	0,03	2,39	20,153	40,117	43,305	28,422
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 без сахара	1-4 классы	293 Сб.2008г.	180	0,900		21,060	84,600	0,018	3,600			14,400	16,200	9,000	0,360
	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
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032			0,560	8,400	34,800	7,600	0,800
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	060	3,306	0,600	19,248	114,000	0,048			1,000	12,600	52,200	11,400	1,200

ИТОГО:	**Завтрак**	**1-4 классы**	**500**	**23,297**	**16,864**	**75,306**	**539,780**	**0,154**	**2,698**	**0,000**	**3,849**	**56,181**	**128,323**	**32,537**	**4,834**
		5-11 классы	**550**	**24,622**	**18,585**	**88,812**	**611,243**	**0,174**	**3,596**	**0,000**	**4,650**	**64,887**	**150,971**	**39,028**	**5,182**
	Обед	**1-4 классы**	**720**	**19,945**	**24,623**	**102,923**	**687,459**	**0,556**	**74,320**	**0,022**	**11,577**	**111,884**	**276,752**	**129,684**	**33,022**
		5-11 классы	**870**	**26,483**	**32,202**	**127,944**	**876,480**	**0,708**	**100,220**	**0,030**	**15,317**	**149,002**	**355,581**	**167,669**	**34,689**

* - действует с 01 марта

Цикличное меню

Наименование блюда		№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
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
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 апельсинов с яблоками, с сахарозаменителем	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 ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032			0,560	8,400	34,800	7,600	0,800
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	050	2,756	0,500	16,040	95,000	0,040			0,840	10,500	43,500	9,500	1,000
Пятница	**2-я неделя**		**Обед**												
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.	100	3,106	11,594	12,888	162,060	0,098	13,600	0,035		16,580	65,060	23,140	0,960
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
Тефтели 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
	5-11 классы	423 Сб.1996г.	100	9,301	9,414	11,784	158,764	0,027	2,820		2,554	10,677	25,617	6,746	27,956
Каша пшеничная рассыпчатая	1-4 классы	465 Сб.1996г.	150	7,527	6,081	41,369	239,700	0,176		0,030		1,800	5,244	0,225	3,759
	5-11 классы	465 Сб.1996г.	180	9,032	7,297	49,642	287,640	0,212		0,036		2,160	6,293	0,270	4,511
Чай с лимоном, с сахарозаменителем	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 ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032			0,560	8,400	34,800	7,600	0,800
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	060	3,306	0,600	19,248	114,000	0,048			1,000	12,600	52,200	11,400	1,200

ИТОГО:	**Завтрак**	**1-4 классы**	**500**	**18,088**	**13,636**	**91,437**	**721,577**	**0,316**	**26,900**	**0,024**	**6,114**	**63,760**	**219,013**	**25,430**	**42,143**
		5-11 классы	**560**	**22,292**	**17,459**	**103,795**	**870,696**	**0,375**	**27,360**	**0,027**	**7,715**	**75,329**	**263,938**	**30,243**	**34,428**
	Обед	**1-4 классы**	**727**	**20,154**	**24,122**	**95,808**	**664,976**	**0,365**	**31,221**	**0,051**	**7,050**	**50,961**	**141,641**	**45,686**	**42,932**
		5-11 классы	**877**	**26,881**	**33,357**	**120,436**	**871,707**	**0,479**	**41,471**	**0,071**	**5,491**	**68,728**	**201,185**	**63,871**	**35,512**

* - действует с 01 марта

Цикличное меню

Наименование блюда		№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Суббота	**2-я неделя**		**Завтрак**												
Сельдь с гарниром	1-4 классы	83 Сб.1996г.	060	4,240	8,098	4,468	86,115	0,026	4,290	0,012	2,902	24,787	69,462	18,845	408,381
	5-11 классы	83 Сб.1996г.	060	4,240	8,098	4,468	86,115	0,026	4,290	0,012	2,902	24,787	69,462	18,845	408,381
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 сахарозаменителем	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 ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032			0,560	8,400	34,800	7,600	0,800
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	050	2,756	0,500	16,040	95,000	0,040			0,840	10,500	43,500	9,500	1,000

ИТОГО:	**Завтрак**	**1-4 классы**	**500**	**27,720**	**34,403**	**36,148**	**554,687**	**0,183**	**4,862**	**0,595**	**6,785**	**188,766**	**440,066**	**117,015**	**413,939**
		5-11 классы	**540**	**31,434**	**38,383**	**39,932**	**624,000**	**0,209**	**4,948**	**0,682**	**7,563**	**214,152**	**499,142**	**132,503**	**414,844**

* - действует с 01 марта