

Цилиндрное 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	Соффор	Магний	Железо		
Понедельник																
1-я неделя																
Кукуруза консервированная	24 Сб 1996г	020	0,700	0,560	3,120	20,200	0,080									
Биточки с соусом	24 Сб 1996г	030	1,050	0,840	4,680	30,300	0,120									
Макаронные изделия отварные	423 Сб 1996г	90	10,843	10,030	9,974	133,196	0,220	1,160	0,003	1,306	13,800	14,492	4,558	36,970	0,125	
	5-11 классы	100	12,665	13,566	12,404	175,920	0,025	1,020	0,002	2,210	6,539	3,894	4,846	27,818	0,622	
Чай с сахаром	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	0,746	
	5-11 классы	180	6,437	5,117	45,011	244,528	0,105		0,025	1,431	12,512	54,425	9,957	0,746	0,553	
Хлеб пшеничный	628 Сб 1996г	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001		0,346	0,346			0,053	0,053	
	5-11 классы	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001		0,346	0,346			0,053	0,053	
Хлеб ржаной	ГОСТ 27844-88	025	1,520	0,180	9,940	49,200	0,022		0,280	4,000	13,000	2,800	2,800	0,180	0,180	
	5-11 классы	020	1,900	0,250	12,425	56,500	0,028		0,420	5,000	16,250	3,500	3,500	0,225	0,225	
	ГОСТ 28963-2015	025	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016		0,280	4,200	17,400	3,800	3,800	0,400	0,400	
	ГОСТ 28963-2015	025	1,378	0,250	8,020	47,500	0,020		0,420	5,250	21,750	4,750	4,750	0,500	0,500	
Понедельник																
1-я неделя																
Салат из моркови с черносливом Салат из огурцов консервированных с зеленым горошком	60 Сб 1996г	050	0,660	5,280	3,500	64,500	0,035	5,520		2,696	14,130	26,298	12,198	0,490	0,490	
	5-11 классы	100	1,100	8,800	5,815	107,492	0,058	9,200		4,494	23,550	43,780	20,330	0,816	0,816	
Суп картофельный с горохом	138 Сб 1996г	200	4,746	4,302	18,572	127,560	0,202	9,300		3,215	25,620	28,200	1,566	1,566	1,566	
	5-11 классы	250	5,933	5,378	23,215	159,475	0,283	11,625		4,019	32,275	35,250	1,945	1,945	1,945	
Котлеты Куринные с соусом	423 Сб 1996г	090	8,944	10,030	9,974	133,196	0,025	1,160	0,003	1,306	5,792	86,875	3,250	3,250	3,250	
	5-11 классы	100	11,340	13,566	12,404	175,920	0,025	1,020	0,002	2,210	6,539	14,492	4,558	4,558	4,558	
Канста тушеная	482 Сб 1996г	150	3,593	5,267	16,511	123,461	0,111	88,320		2,241	83,698	3,994	4,848	27,818	0,622	
	5-11 классы	180	4,316	6,321	19,838	148,280	0,133	105,985		2,689	100,330	74,925	37,572	84,506	0,746	
Компот из сухофруктов	283 Сб 2008г	180	0,878		32,139	126,104	0,005	0,549		30,740	21,137	16,470	4,158	4,158	4,158	
	5-11 классы	180	0,878		32,139	126,104	0,005	0,549		30,740	21,137	16,470	4,158	4,158	4,158	
Хлеб пшеничный	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	49,200	0,022		0,280	4,000	13,000	2,800	2,800	0,180	0,180	
	5-11 классы	030	1,900	0,250	12,425	56,500	0,028		0,420	5,000	16,250	3,500	3,500	0,225	0,225	
Хлеб ржаной	ГОСТ 28963-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016		0,280	4,200	17,400	3,800	3,800	0,400	0,400	
	5-11 классы	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024		0,500	6,300	26,100	5,700	5,700	0,500	0,500	
Обед																
1-4 классы																
Итого:	Завтрак	600	19,730	15,286	81,707	497,623	0,225	1,161	0,024	3,056	33,965	50,261	19,464	38,309	38,309	
	Обед	720	21,443	25,259	97,662	668,071	0,411	10,489	0,003	4,481	43,447	96,320	23,063	29,468	29,468	
	5-11 классы	870	27,500	34,626	117,946	842,074	0,531	128,579	0,002	14,412	205,734	276,211	124,692	138,350	138,350	

действует с 01 марта

Циклическое меню

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	В1	Витаминный (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Белки	Жиры	Углеводы			С	А	Е	Кальций	Селен	Магний	Железо			
1-я неделя																	
Сыр	1-4 классы	016	3,580	3,500		47,400	0,510	0,025	0,060	129,000	102,000	6,800	136,000				
	СТО 71063300-003-2012																
Каша Ячменная	1-4 классы	016	3,580	3,500		47,400	0,510	0,025	0,060	129,000	102,000	6,800	136,000				
	СТО 71063300-003-2012																
Паста Ясноты Фруктовая 1шт	1-4 классы	220	4,988	8,935	25,252	190,354	0,151	1,320	0,055	2,255	176,695	203,345	44,890	1,356			
	109 Сб 2008г																
Какао растворимый	1-4 классы	260	10,199	10,806	36,465	283,900	0,201	1,750	0,075	3,135	234,750	270,450	59,740	1,810			
	109 Сб 2008г																
Ватон	1-4 классы	25	0,000	0,210	16,355	16,355	0,020	4,000		14,000	14,000	8,000	0,600				
	762Сб 1997г																
Ватон	1-4 классы	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			
	762Сб 1997г																
Ватон	1-4 классы	040	3,160	0,400	20,760	94,400	0,060	0,900	0,018	1,000	10,000	32,800	13,200	0,600			
	ГОСТ 31805-2018																
Ватон	1-4 классы	050	3,950	0,500	25,950	118,000	0,075			1,250	12,500	41,000	16,500	0,750			
	ГОСТ 31805-2018																
1-я неделя																	
Обед																	
Винегрет овощной	1-4 классы	050	1,157	6,193	5,485	79,707	0,035	5,520	2,596	14,130	26,258	12,198	0,430				
	90 Сб 1996г																
Шницель картофельный с картофелем со сметаной	1-4 классы	100	1,945	8,321	9,142	132,845	0,058	9,200	4,494	23,550	43,780	20,330	0,876				
	120 Сб 1995г																
Пельмени отварные с бульоном	1-4 классы	220	1,804	5,530	8,801	85,780	0,066	25,510	1,774	37,540	43,204	18,240	19,102				
	5-11 классы	260	2,181	6,538	10,829	104,325	0,082	33,125	2,214	44,675	52,455	22,550	23,875				
Компот из клубники	1-4 классы	180	13,826	12,089	21,543	249,641	0,201	28,500	806,489	86,914	35,855	2,530					
	293 Сб 2015г																
Хлеб пшеничный	1-4 классы	200	19,349	16,638	29,523	346,535	0,258	38,000	29,226	115,854	47,475	2,362					
	280 Сб 2008г																
Хлеб ржаной	1-4 классы	200	1,924	1,924	44,343	176,440	0,037	1,480	636,693	54,020	38,850	0,660					
	ГОСТ 27844-88																
Хлеб ржаной	1-4 классы	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022	0,280	0,280	4,000	13,000	2,800	0,180				
	ГОСТ 27844-88																
Хлеб ржаной	1-4 классы	020	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033	0,500	0,500	6,000	19,500	4,200	0,270				
	ГОСТ 25983-2015																
Хлеб ржаной	1-4 классы	030	1,653	0,300	9,524	57,000	0,024			6,300	26,100	5,700	0,500				
	ГОСТ 25983-2015																
Обед																	
ИТОГО:	Завтрак	601	15,308	15,773	79,447	486,509	0,258	6,730	3,397	438,866	434,045	86,480	139,507				
	Обед	661	21,309	17,744	95,810	603,656	0,323	7,170	4,526	498,430	509,350	103,640	140,101				
		790	21,343	24,202	96,528	674,768	0,377	62,010	6,030	1502,049	240,806	111,143	221,762				
		840	29,329	32,067	118,771	884,946	0,492	81,805	7,708	745,441	311,709	139,105	281,683				

... Действует с 01 марта

Циклическое меню

Наименование Блюда	№ рецептуры	Есс Блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витаминный (мг)							Минеральные вещества (мг)							
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо							
Среда															Завтрак						
Омлет с помидорами	24 Сб 1999г	020	0,560	0,260	3,220																
Блины из минтая с сыром и соусом	24 Сб 1999г	030	0,840	0,390	4,830																
Картофельное пюре	472 Сб 1999г	100	11,340	13,566	12,404	0,056	3,700														
Компот из свежих яблок	472 Сб 1999г	150	3,263	4,497	26,370	0,066	3,700														
	5-11 классы	180	3,916	5,396	31,644	0,193	31,050	0,031													
	5-11 классы	200	0,080	0,004	33,552	0,004	0,720														
	ГОСТ 27844-88	020	0,080	0,180	9,940	0,022															
	ГОСТ 27844-88	025	1,900	0,250	12,425	0,028															
	ГОСТ 28983-2015	020	1,102	0,200	6,416	0,016															
	ГОСТ 28983-2015	025	1,378	0,250	8,020	0,020															
Среда															Обед						
Салат из свежих овощей	23 Сб 2008г	060	0,969	6,997	6,156	0,011	5,700														
Суп картофельный с мясорезными изделиями	23 Сб 2008г	100	1,615	8,995	10,260	0,019	9,600														
	1-4 классы	250	2,840	2,673	23,945	0,118	16,500														
	5-11 классы	250	2,840	2,673	23,945	0,118	16,500														
Плов из говядины	193 Сб 2008г	150	10,849	10,407	34,668	0,106	2,697														
	5-11 классы	200	14,671	16,213	40,528	0,126	3,995														
	ГОСТ 27844-88	200	0,220	0,051	15,010	0,001															
	ГОСТ 27844-88	020	0,200	0,180	9,940	0,022															
	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	0,033															
	ГОСТ 26983-2015	020	1,152	0,200	6,416	0,016															
	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	0,024															
Хлеб пшеничный	ГОСТ 27844-88	200	0,200	0,180	9,940	0,022															
Хлеб ржаной	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	0,033															
	ГОСТ 26983-2015	020	1,152	0,200	6,416	0,016															
	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	0,024															
Среда															Обед						
Завтрак	5-11 классы	600	16,469	14,507	86,612	0,259	30,296														
	1-4 классы	560	15,464	19,462	98,436	0,311	36,470														
Обед	1-4 классы	700	17,480	20,608	96,396	0,273	24,896														
	5-11 классы	810	23,299	26,602	114,277	0,320	29,566														
Среда															Обед						
Завтрак	5-11 классы	600	16,469	14,507	86,612	0,259	30,296														
	1-4 классы	560	15,464	19,462	98,436	0,311	36,470														
Обед	1-4 классы	700	17,480	20,608	96,396	0,273	24,896														
	5-11 классы	810	23,299	26,602	114,277	0,320	29,566														

... действителен с 01 марта

Циклическое меню

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Элементы (мг)					Минеральные вещества (мг)							
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Селен	Магний	Железо					
Четверг															Завтрак				
1-я неделя																			
Горошек зеленый консервированный	31 Сб 1997г	630	0,930	0,400	1,420	8,200	0,022	2,300	0,240	3,200	10,300	4,200	0,140						
Горький перец с соусом	31 Сб 1997г	90	7,830	10,170	2,130	12,300	0,033	3,300	0,350	4,800	15,900	6,300	0,210						
Макаронные изделия отварные	428 Сб 1996г	100	11,365	13,666	12,415	156,000	0,022	1,150	0,003	5,957	15,412	4,748	36,981						
	489 Сб 1996г	150	5,365	4,256	37,247	176,020	0,025	0,970	0,002	1,798	6,379	17,384	4,856						
	293 Сб 1996г	180	6,437	5,117	46,011	203,790	0,087	0,021	1,193	10,427	45,359	8,306	0,622						
	293 Сб 2008г	200	1,000			244,528	0,105		1,431	12,512	54,428	9,987	0,746						
Хлеб пшеничный	293 Сб 2008г	200	1,000			94,000	0,029	4,000	0,280	16,000	18,000	10,000	0,400						
	ГОСТ 27844-88	220	1,520	0,180	23,400	94,000	0,020	4,000	0,280	16,000	18,000	10,000	0,400						
	ГОСТ 27844-88	220	1,900	0,250	12,425	45,200	0,022		0,420	4,000	13,000	2,800	0,180						
	ГОСТ 26983-2015	220	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016		0,280	5,000	18,250	3,500	0,225						
	ГОСТ 26983-2015	225	1,378	0,250	8,020	47,500	0,020		0,280	4,200	17,400	3,600	0,400						
Четверг															Обед				
1-я неделя																			
Салат из свежих помидоров, яблок и консервированных огурцов	37 Сб 2015г	050	0,498	3,596	3,137	46,375	0,044	7,078	0,813	12,707	28,457	10,584	0,533						
Борщи с капустой и картофелем со сметаной	110 Сб 1996г	100	0,830	5,994	5,228	77,291	0,073	11,796	1,364	21,177	47,427	17,639	0,888						
	110 Сб 1996г	210	3,833	5,522	11,708	96,080	0,048	16,830	1,819	37,900	45,972	27,120	56,044						
	202 Сб 2008г	290	4,217	6,528	14,962	117,200	0,060	21,025	2,270	45,125	55,915	33,650	70,053						
ЕЖИКИ в соусе	202 Сб 2008г	090	10,802	10,114	13,843	163,904	0,022	2,460	0,006	8,822	20,641	5,967	31,071						
	202 Сб 2008г	100	13,801	12,414	15,784	200,764	0,027	2,820	1,798	10,677	29,617	6,746	21,956						
Каша гречневая рассыпчатая	463 Сб 1996г	150	7,716	5,384	26,323	232,585	0,235	0,308	4,989	36,456	185,444	0,189	3,580						
	463 Сб 1996г	180	8,715	6,480	24,273	278,971	0,306	0,025	4,160	30,595	154,821	0,158	2,965						
Напиток из шиповника	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						
	ГОСТ 27844-88	220	1,520	0,180	9,840	45,200	0,022		0,280	4,000	13,000	2,800	0,180						
Хлеб пшеничный	ГОСТ 27844-88	220	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033		0,280	6,000	19,500	4,200	0,270						
	ГОСТ 26983-2015	220	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016		0,280	4,200	17,400	3,800	0,400						
Хлеб ржаной	ГОСТ 26983-2015	220	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024		0,500	6,300	26,100	5,700	0,600						
Обед																			
1-4 классы																			
Завтрак	500	17,237	15,216	87,873	647,190	0,189	7,160	0,024	3,299	43,784	119,771	33,864	38,723						
Итого:	560	23,000	19,783	104,401	630,848	0,231	7,970	0,027	4,426	49,941	143,710	39,373	29,859						
Обед	730	26,191	24,986	95,640	718,849	0,434	242,388	0,030	8,666	110,175	283,691	64,019	102,294						
	880	31,716	31,966	116,942	896,731	0,660	251,641	0,033	11,719	137,886	369,603	71,724	106,428						

Циклическое меню

Наименование блюда	№ рецептур-н	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витаминный (мг)					Минеральные вещества (мг)							
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Селен	Магний	Железо					
Суббота															Завтрак				
1-я неделя															Обед				
Икра хариусовая (порционно)	31 Сб 1997г	020	0,430	1,800	1,720	24,400	0,004	1,400											
Котлеты куриные с соусом	423 Сб 1996г	030	0,500	2,700	2,580	36,500	0,006	2,100											
Калюста тушеная	423 Сб 1996г	090	8,544	10,030	9,974	133,166	0,020	1,160	0,003	1,306	5,792	14,492	4,558	36,970	2,100				
Чай с сахаром	482 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					
Хлеб пшеничный	482 Сб 1996г	180	3,593	5,267	20,611	148,561	0,111	88,320		2,241	83,698	62,415	31,912	64,606					
Хлеб пшеничный	628 Сб 1996г	200	0,200	0,051	15,010	57,267	0,133	105,965		2,989	100,330	74,925	37,896	101,098					
Хлеб ржаной	628 Сб 1996г	200	0,200	0,051	15,010	57,267	0,133	105,965		0,001	0,346	0,000	0,053	0,053					
Хлеб ржаной	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022	0,280		0,280	4,000	13,000	2,800	0,180					
Хлеб ржаной	ГОСТ 27844-88	025	1,900	0,250	12,425	56,500	0,028	0,420		0,420	5,000	16,290	3,500	0,225					
Хлеб ржаной	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016	0,280		0,280	4,200	17,400	3,800	0,400					
Хлеб ржаной	ГОСТ 26983-2015	025	1,378	0,250	8,020	47,500	0,020	0,420		0,420	5,250	21,750	4,750	0,500					
1-я неделя																			
Горошек зеленый консервированный	31 Сб 1997г	020	0,620	0,400	1,420	8,200	0,022	2,000											
Суп из овощей	132 Сб 1996г	030	0,930	0,600	2,130	12,300	0,033	3,000											
Бифштекс с соусом	132 Сб 1996г	200	3,514	3,525	10,490	75,426	0,073	17,800											
Каша гречневая рассыпчатая	423 Сб 1996г	250	3,893	4,406	13,113	95,533	0,091	22,250											
Соки фруктовые	423 Сб 1996г	90	10,643	10,030	9,974	133,166	0,020	1,180	0,003	1,306	5,792	14,492	4,558	36,970					
Хлеб пшеничный	482 Сб 1996г	100	12,695	13,566	12,404	175,920	0,025	1,020	0,002	2,210	6,539	3,894	4,846	27,818					
Хлеб пшеничный	482 Сб 1996г	150	7,716	5,384	26,323	232,585	0,255	0,021	4,150	30,396	154,621	0,158	2,988						
Хлеб пшеничный	628 Сб 1996г	180	8,715	6,460	32,561	278,971	0,306	0,025	4,989	36,456	185,444	0,189	3,580						
Хлеб ржаной	293 Сб 2008г	180	0,900	0,180	21,050	84,600	0,018	3,600		0,280	6,000	13,000	2,800	0,160					
Хлеб ржаной	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022	0,280		0,280	4,000	13,000	2,800	0,160					
Хлеб ржаной	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033	0,500		0,500	6,000	19,500	4,200	0,210					
Хлеб ржаной	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016	0,280		0,280	4,200	17,400	3,800	0,400					
Хлеб ржаной	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024	0,500		0,500	6,300	26,100	5,700	0,600					
Итого:																			
Завтрак		1-4 классы	500	16,76	71,63	63,67	446,694	0,17	90,88	0,00	4,11	106,14	120,71	49,73	123,61				
Обед		1-4 классы	680	19,73	23,14	74,38	642,067	0,21	109,11	0,00	6,74	129,77	136,92	61,48	131,76				
		5-11 классы	680	26,215	19,719	85,623	618,177	0,426	24,660	0,024	7,816	80,668	266,693	41,696	41,671				
		5-11 классы	800	31,036	25,602	105,802	772,124	0,530	29,870	0,027	10,496	98,096	317,513	51,710	33,633				
		5-11 классы	506	15,516	16,667	79,664	487,162	0,198	23,170	0,034	2,866	118,718	162,448	48,363	72,690				
		5-11 классы	666	20,780	19,722	93,966	693,664	0,246	27,266	0,038	4,007	138,221	190,098	68,199	71,369				
		5-11 классы	710	22,462	23,940	96,609	695,063	0,384	58,770	0,012	7,941	342,668	239,989	80,260	67,600				
		5-11 классы	847	28,216	31,308	118,002	886,769	0,484	103,662	0,013	10,913	299,690	301,088	101,731	68,399				

Циклическое меню

Наименование блюда	№ рецептуры	Едс. 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																		
Горький бургер/род. Пшеничный	384 Сб 2008г	055	3,317	1,980	17,822	69,577	0,022		0,021	0,280	4,000	13,000	2,800	0,180				
Каша молочная жидкая - дробленка - с маслом, сахаром	384 Сб 2008г	065	3,900	2,340	21,053	110,591	0,033	0,025	0,500	5,000	19,500	4,200	0,270					
Какао растворимый	102 Сб 2008г	220	8,291	6,584	24,037	186,300	0,081	0,040	0,680	9,270	42,180	14,560	1,195					
Кондитерские изделия	762 Сб 1997г	260	10,598	7,324	31,238	210,936	0,097	0,040	0,769	10,603	50,216	17,412	1,316					
	762 Сб 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				
	29 Сб 1997г	025	0,800	7,560	15,070	131,500	0,027	0,900	0,018	0,081	109,170	81,900	12,600	0,941				
	29 Сб 1997г	025	0,800	7,560	15,070	131,500	0,024							0,941				
2-я неделя																		
Обед																		
Салат из свежих овощей	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					
Суп Харчо	23 Сб 2008г	100	1,615	8,995	10,290	145,560	0,019	9,600	2,233	35,150	40,850	40,850	1,330					
Паточки с крутой с соусом	133 Сб 1996г	200	3,338	3,338	13,576	55,532	0,094	13,200	1,074	14,000	50,800	19,240	0,710					
Пюре из гороха	133 Сб 1996г	250	1,947	4,105	16,951	69,329	0,118	16,500	1,343	17,500	63,500	24,050	0,887					
Напиток лимонный	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					
	270 Сб 1996г	150	15,131	5,924	11,784	158,764	0,027	2,820	2,554	10,677	25,617	6,746	27,956					
	289 Сб 2008г	180	0,130	8,908	48,015	312,349	0,755	0,021	6,479	53,418	152,888	61,617	4,899					
	289 Сб 2008г	180	0,130	8,908	48,015	312,349	0,755	0,025	7,775	76,103	190,671	73,942	5,879					
	ГОСТ 27844-88	020	1,620	9,940	22,075	86,328	0,006	5,760		6,192	3,168	1,728	0,151					
	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	45,200	0,022	0,280	4,000	13,000	13,000	2,800	0,180					
	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,415	67,800	0,033	0,500	0,500	6,000	19,500	4,200	0,270					
	ГОСТ 26983-2015	030	1,693	0,300	9,624	97,000	0,024	0,280	4,200	17,400	3,800	3,800	0,400					
Завтрак																		
Обед																		
Завтрак	5-11 классы	500	16,95	18,84	74,00	648,377	0,13	0,90	0,08	1,04	122,44	137,08	28,96	2,23				
	1-4 классы	560	18,878	19,942	84,411	691,027	0,157	0,960	0,083	1,360	126,773	161,616	34,212	2,627				
	1-4 классы	720	27,214	29,763	108,131	716,588	0,800	27,120	0,021	11,899	121,722	288,407	119,662	44,209				
	5-11 классы	870	32,184	34,992	133,615	897,120	0,982	34,880	0,026	14,906	157,922	369,406	157,216	37,073				

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	Эт		С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо					
															В1	В2	В3	В6	В9
2-я неделя															Завтрак				
Сырчик порционный	522 Сб 1996г	020	0,143			0,360	2,000	0,004	1,400	0,006	0,020	3,400	8,400	0,004					
Котлеты куриные с соусом	423 Сб 1996г	086	8,944	10,030	0,540	3,000	0,006	2,100	0,009	0,030	5,100	12,600	0,006						
Каша гречневая рассыпчатая	453 Сб 1996г	100	11,340	13,586	9,974	133,196	0,020	1,160	0,003	1,306	5,792	14,492	4,568	36,970					
Компот из свежих яблок	463 Сб 1996г	150	7,716	5,384	26,323	175,920	0,025	1,020	0,002	2,210	6,539	3,694	4,846	27,818					
Хлеб пшеничный	702 Сб 1997г	200	0,080		0,080	32,661	0,255	0,021	4,160	30,396	154,521	0,158	2,985	3,580					
Хлеб ржаной	707 Сб 1997г	200	0,080		0,080	33,562	0,004	0,720	0,004	0,480	2,400	4,000	0,152						
Хлеб пшеничный	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022	0,720	0,004	0,280	4,000	4,000	0,152						
Хлеб ржаной	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,250	12,425	56,500	0,028	0,720	0,004	0,280	5,000	13,000	0,180						
Хлеб ржаной	ГОСТ 26983-2015	025	1,378	0,250	6,416	38,000	0,016	0,720	0,004	0,280	4,200	17,400	0,225						
Хлеб ржаной	ГОСТ 26983-2015	025	1,378	0,250	8,020	47,500	0,020	0,720	0,004	0,280	5,250	21,750	0,400						
Обед																			
Винегрет овощной	60 Сб 1996г	060	1,167	6,193	5,486	79,707	0,035	5,520	0,006	2,696	14,130	26,268	12,198	0,490					
Уха	72 Сб 2008г	200	3,970	2,840	16,232	102,530	0,066	28,510	0,006	1,774	37,540	43,780	20,330	0,816					
ЕЖИКИ в соусе	202 Сб 2008г	090	4,400	3,363	20,290	124,226	0,082	33,126	0,036	2,214	44,675	52,455	22,550	23,675					
Макаронные изделия отварные	202 Сб 2008г	100	13,301	12,414	13,843	168,904	0,022	2,460	0,003	1,306	8,822	20,641	5,967	37,071					
Чай с лимоном	469 Сб 1996г	150	5,565	4,295	37,247	209,790	0,087	2,460	0,002	1,798	10,677	25,617	6,746	27,956					
Хлеб пшеничный	629 Сб 1996г	180	6,437	5,117	49,011	244,528	0,105	2,801	0,021	1,193	10,427	45,359	8,306	0,622					
Хлеб ржаной	629 Сб 1996г	187	0,243	0,046	13,761	53,710	0,003	2,801	0,003	1,431	12,512	54,426	9,967	0,748					
Хлеб пшеничный	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022	0,720	0,004	0,280	4,000	4,000	0,180						
Хлеб ржаной	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,250	14,970	67,800	0,033	0,720	0,004	0,280	5,000	13,000	0,180						
Хлеб ржаной	ГОСТ 26983-2015	036	1,653	0,300	6,416	38,000	0,016	0,720	0,004	0,280	4,200	17,400	0,270						
Хлеб ржаной	ГОСТ 26983-2015	036	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024	0,720	0,004	0,280	5,300	26,100	0,400						
Вторник																			
2-я неделя																			
Обед																			
Завтрак	5-11 классы	600	16,602	16,794	86,666	678,711	0,321	3,280	0,036	6,046	48,268	210,313	163,116	40,691					
Обед	5-11 классы	727	24,768	23,838	102,924	686,841	0,261	37,291	0,036	8,069	58,826	242,338	17,785	32,281					
Итого:	5-11 классы	877	30,269	29,631	129,522	880,872	0,332	47,946	0,036	10,937	109,626	228,418	70,933	64,365					

... 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					
2-я неделя															Завтрак				
Помидоры консервированные	1-4 классы 24 Сб 1996г	040	1,20	0,520	6,440														
	5-11 классы 24 Сб 1996г	050	1,400	0,650	8,030														
Пельмени отварные с бульоном	1-4 классы 293 Сб 2015г	240	13,846	12,100	21,451	0,201	29,500												
	5-11 классы 293 Сб 2015г	280	19,356	16,639	29,931	0,258	38,000												
Чай с сахаром	1-4 классы 628 Сб 1996г	200	0,200	0,051	15,010	0,001	0,001												
	5-11 классы 628 Сб 1996г	200	0,200	0,051	15,010	0,001	0,001												
Хлеб пшеничный	1-4 классы ГОСТ 27844-88	020	1,320	0,180	9,940	0,022	43,200												
	5-11 классы ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	0,033	67,800												
Хлеб ржаной	1-4 классы ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	5,415	0,016	38,000												
	5-11 классы ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	0,024	57,000												
Среды															Обед				
2-я неделя															Обед				
Салат из моркови и яблок(Салат из помидоров)	1-4 классы 11 Сб 2008г	030	0,512	6,031	8,678	0,024	2,154												
	5-11 классы 11 Сб 2008г	100	0,853	7,750	14,464	0,040	3,590												
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	1-4 классы 110 Сб 1996г	210	3,833	5,522	11,708	0,048	16,830												
	5-11 классы 110 Сб 1996г	260	4,217	6,528	14,562	0,060	21,025												
Бифштекс с соусом	1-4 классы 423 Сб 1996г	90	10,843	10,030	9,974	0,020	1,160												
	5-11 классы 423 Сб 1996г	100	12,665	13,556	12,404	0,025	1,020												
Картофельное пюре	1-4 классы 472 Сб 1996г	150	3,263	4,487	26,310	0,161	25,875												
	5-11 классы 472 Сб 1996г	180	3,915	5,386	32,139	0,193	31,060												
Компот из сухофруктов	1-4 классы 283 Сб 2008г	180	0,878	0,878	32,139	0,005	0,549												
	5-11 классы 283 Сб 2008г	180	0,878	0,878	32,139	0,005	0,549												
Хлеб пшеничный	1-4 классы ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	0,022	43,200												
	5-11 классы ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	0,033	67,800												
Хлеб ржаной	1-4 классы ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	5,415	0,016	38,000												
	5-11 классы ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	0,024	57,000												
Итого:																			
Завтрак		520	17,788	12,631	53,337	0,217	28,600	0,000	0,280	820,689	112,314	39,665	3,410						
Обед		650	22,415	17,280	70,125	0,282	38,000	0,000	0,600	48,026	161,954	53,175	4,162						
Среды		730	21,957	26,460	105,225	0,286	682,150	0,035	6,680	142,644	228,121	103,261	59,227						
Итого:		880	26,462	33,810	129,747	0,380	57,234	0,035	10,236	176,146	276,988	130,472	104,709						

действует с 01 марта

Циклическое меню

Наименование блюда	№ рецептура	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витаминный (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо		
2-я неделя																
Четверг																
Оладьи сальные	24 Сб 1956г	040	1,120	0,520	6,440						10,000	8,000		0,480		
Плов из говядины	199 Сб 2008г	200	14,671	16,213	40,528	0,105	2,597			2,848	10,000	8,000		0,480		
Чай с сахаром	528 Сб 1995г	250	17,956	17,934	54,634	0,126	3,596			3,650	33,235	68,123	21,137	3,101		
Хлеб пшеничный	628 Сб 1996г	200	0,200	0,051	15,010		0,001			0,346	41,941	90,771	27,628	3,449		
Хлеб ржаной	ГОСТ 27844-88	200	0,280	0,051	15,010		0,001			0,346	41,941	90,771	27,628	3,449		
	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	0,033	0,022			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270		
	ГОСТ 25983-2015	030	1,653	0,300	9,574	0,024				0,500	6,000	19,500	4,200	0,270		
	ГОСТ 25983-2015	030	1,653	0,300	9,574	0,024				0,500	6,000	19,500	4,200	0,270		
2-я неделя																
Четверг																
Салат из вареной курицы	62 Сб 1997г	030	0,929	3,003	5,968	0,032	23,950			1,298	24,878	17,963	9,848	0,489		
Суп картофельный с горохом	52 Сб 1997г	100	1,550	5,005	9,951	0,053	39,950			2,163	41,494	29,959	16,424	0,815		
Котлеты из утки с соусом	138 Сб 1966г	200	4,746	4,302	18,572	0,202	9,330			3,215	29,820	69,500	28,200	1,556		
Картофель и овощи тушеные	182 Сб 2008г	50	9,080	5,459	9,271	0,253	11,625			4,019	32,275	86,875	35,250	1,945		
Омлет куриный	162 Сб 2008г	100	10,384	7,516	12,206	0,078	2,295			1,717	14,986	29,764	31,461	28,195		
Хлеб пшеничный	291 Сб 1997г	150	3,676	11,419	35,220	0,215	35,625			2,39	20,153	40,117	43,305	28,422		
Хлеб ржаной	5-11 классы	180	4,410	13,703	42,284	0,258	42,750			4,787	23,400	108,525	43,575	1,622		
	1-4 классы	189	0,900	0,018	21,050	0,018	3,500			5,745	28,980	150,230	52,290	1,946		
	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,540	0,022	3,500			14,400	16,200	9,000	0,360			
	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	0,033	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180		
	ГОСТ 25983-2015	020	1,102	0,200	6,416	0,016				0,500	6,000	19,500	4,200	0,270		
	ГОСТ 25983-2015	030	1,653	0,300	9,574	0,024				0,280	4,200	17,400	3,800	0,400		
Обед																
Завтрак																
Итого:	1-4 классы	500	19,924	16,834	80,562	0,163	2,698	0,000		3,849	56,881	121,723	31,037	4,504		
	5-11 классы	560	23,248	18,566	94,098	0,183	3,596	0,000		4,650	64,687	144,371	37,628	4,862		
	1-4 классы	720	21,953	24,603	106,447	0,562	74,320	0,022		11,677	111,684	272,362	128,684	32,602		
	5-11 классы	870	27,110	32,172	133,230	0,717	100,220	0,030		15,317	148,702	348,981	165,769	34,359		

1-й вариант с 01 марта

Циклическое меню

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)				Эн. ценность (ккал)	В1	С	А	Е	Минеральные вещества (мг)					
			Белки	Жиры	Углеводы	Витамины						Кальций	Магний	Железо	Фосфор	Натрий	Калий
Суббота																	
2-я неделя																	
Сельдь с гарниром	83 Сб 1996г	000	4.240	8.098	4.458	86.115	0.026	4.290	0.012	2.902	24.787	69.452	18.845	408.381			
5-11 классы		050	4.240	8.098	4.458	86.115	0.026	4.290	0.012	2.902	24.787	69.452	18.845	408.381			
Омлет картофельный	284 Сб 1996г	200	20.835	25.910	3.392	329.800	0.126	0.971	0.983	3.323	155.233	335.904	90.570	4.705			
5-11 классы		230	23.819	31.052	3.769	399.534	0.143	0.001	0.670	3.821	178.519	386.180	104.158	5.410			
Чай с сахаром	628 Сб 1996г	200	0.200	0.051	15.010	57.287		0.001			0.346		0.053				
5-11 классы		200	0.200	0.051	15.010	57.287		0.001			0.346		0.053				
Хлеб пшеничный	ГОСТ 27844-88	020	1.520	0.180	9.940	45.200	0.022				0.280	4.000	13.000	2.800			
5-11 классы		030	2.280	0.270	14.910	67.830	0.033				0.500	6.000	19.500	4.200			
Хлеб ржаной	ГОСТ 25983-2015	020	1.102	0.200	5.415	38.000	0.015				0.280	4.200	17.400	3.800			
5-11 классы		030	1.553	0.300	9.924	57.000	0.024				0.500	6.300	26.100	5.700			
Суббота																	
2-я неделя																	
Ордыня соленая	24 Сб 1996г	020	0.550		0.560	3.220					5.000	4.000		0.240			
5-11 классы		030	0.840		0.890	4.830					7.500	6.000		0.380			
Оплет картофельный с макаронными изделиями	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		250	2.840	2.673	23.945	125.525	0.118	16.500		1.343	17.500	63.500	24.050	0.887			
ЕЖИКИ в соусе	202 Сб 2008г	050	10.802	10.114	13.843	163.904	0.022	2.460	0.003	1.306	8.822	20.641	5.957	37.071			
5-11 классы		100	13.361	12.414	15.784	200.784	0.027	2.820	0.002	1.798	10.677	25.517	6.746	27.956			
Картофель отварной	239 Сб 2008г	150	3.094	0.155	30.474	128.393	0.186	30.938		15.469	89.720	38.579	1.392				
5-11 классы		180	3.713	0.186	36.569	154.073	0.223	37.126		18.953	107.955	42.695	1.671				
Сок фруктовый	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		200	1.000		23.400	94.000	0.020	4.000		16.000	18.000	10.000	0.400				
Хлеб пшеничный	ГОСТ 27844-88	020	1.520	0.180	9.940	45.200	0.022				0.280	4.000	13.000	2.800			
5-11 классы		030	2.280	0.270	14.910	67.800	0.033				0.500	6.000	19.500	4.200			
Хлеб ржаной	ГОСТ 25983-2015	020	1.102	0.200	5.415	38.000	0.015				0.280	4.200	17.400	3.800			
5-11 классы		030	1.553	0.300	9.924	57.000	0.024				0.500	6.300	26.100	5.700			
Всего																	
Завтрак																	
1-4 классы																	
Завтрак		500	27.897	34.439	39.156	556.532	0.185	4.882	0.556	6.766	188.666	436.666	116.016	413.719			
5-11 классы		560	32.152	39.271	47.781	667.816	0.226	4.948	0.682	7.723	216.962	501.242	132.803	414.714			
5-11 классы																	
Обед		760	20.918	13.322	108.278	896.242	0.384	63.898	0.003	3.209	70.991	226.261	83.186	40.670			
5-11 классы		870	26.627	16.843	124.622	703.952	0.446	60.446	0.002	4.141	82.640	256.382	93.391	32.144			
5-11 классы																	
Средний % пищевой ценности за неделю		560	20.610	18.508	72.676	548.153	0.359	7.347	0.121	3.610	316.864	154.245	49.202	84.008			
5-11 классы		729	24.249	22.356	86.737	623.614	0.240	9.264	0.138	4.394	197.866	226.994	67.421	81.693			
5-11 классы		866	27.224	29.532	128.729	852.820	0.531	56.983	0.033	10.252	125.867	289.667	115.679	49.082			