

СОГЛАСОВАНО:

Директор ГБОУ СОШ(ООШ) ~ 14



09 20.05 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Генеральный директор
АО «Комбинат питания»

А.Н. Воронин



« 01 » 20.05 г.

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

Осенне-зимнее (весеннее - *)

Цилипное 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
	1-4 классы	423 Сб. 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
	Соевые отварные с соусом	5-11 классы	100	5,521	7,124	2,203	98,124	0,025	1,200	0,003	2,210	6,539	3,894	4,846	27,818
	Маринованные кадетские отварные	1-4 классы	150	5,365	4,265	37,247	203,790	0,087		0,021	1,193	10,427	45,359	8,306	0,622
	5-11 классы	469 Сб. 1996г.	180	6,437	5,117	46,011	244,528	0,105		0,025	1,431	12,512	54,426	9,967	0,746
	Чай с сахаром	1-4 классы	628 Сб. 1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001		0,346			0,053
	5-11 классы	628 Сб. 1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001			0,346			0,053
	Хлеб пшеничный	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	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400	
	ГОСТ 26983-2015	025	1,378	0,250	8,020	47,500	0,020			0,420	5,250	21,750	4,750	0,500	
Хлеб ржаной	ГОСТ 26983-2015	025	1,378	0,250	8,020	47,500	0,020								
	ГОСТ 26983-2015	025	1,378	0,250	8,020	47,500	0,020								
Понедельник		1-я неделя						Обед							
Салат из моркови с чесноком/Салат картофельный с сельдью*	1-4 классы	60 Сб. 1996г.	060	0,663	12,036	3,487	124,356	0,035	5,520		2,696	14,130	26,268	12,198	0,450
	5-11 классы	60 Сб. 1996г.	100	1,105	20,060	5,812	207,260	0,058	9,200		4,494	23,550	43,780	20,330	0,816
	Омлет картофельный с горохом	1-4 классы	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
	Стейк(Шиндель) из курицы с соусом	1-4 классы	090	11,648	8,565	2,097	119,992	0,006	0,960	0,003	1,306	2,764	5,192	2,472	36,838
	5-11 классы	520 Сб. 1997г.	100	12,865	9,188	5,064	207,500	0,004	0,720	0,002	1,798	2,073	3,894	1,854	27,628
	Картофель тушеный	1-4 классы	482 Сб. 1996г.	150	3,953	5,267	16,511	123,461	0,111	88,320		2,241	83,598	62,415	31,572
	5-11 классы	482 Сб. 1996г.	180	4,316	6,321	18,838	148,280	0,133	105,985		2,669	100,330	74,925	37,886	101,068
	Компот из сухофруктов	1-4 классы	283 Сб. 2008г.	180	0,878		32,139	126,104	0,005	0,549			30,740	21,137	16,470
	5-11 классы	283 Сб. 2008г.	180	0,878		32,139	126,104	0,005	0,549				30,740	21,137	16,470
Хлеб пшеничный	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180	
	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	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400	
	ГОСТ 26983-2015	030	1,378	0,250	8,020	47,500	0,024			0,420	5,250	21,750	4,750	0,500	
Хлеб ржаной	ГОСТ 26983-2015	030	1,378	0,250	8,020	47,500	0,024								
	ГОСТ 26983-2015	030	1,378	0,250	8,020	47,500	0,024								
Завтрак	1-4 классы	600	14,348	12,310	73,827	462,124	0,225	1,161	0,024	3,059	33,956	78,959	19,464	26,597	
	6-11 классы	660	16,486	13,632	88,349	534,219	0,298	1,201	0,028	4,481	43,447	96,320	23,063	29,468	
Обед	1-4 классы	720	24,150	30,560	89,162	704,693	0,397	1,044	0,003	10,018	166,257	214,312	97,612	128,228	
	6-11 классы	870	29,060	41,617	110,632	973,419	0,610	1,287	0,002	14,000	201,268	276,211	121,690	136,485	

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	
Вторник		Завтрак														
		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			
Биточки с соусом	1-4 классы	423 Сб. 1996г.	90	10,843	10,030	9,974	133,166	0,020	1,160	0,003	1,306	5,792	14,492	4,558	36,970	
	5-11 классы	423 Сб. 1996г.	100	12,666	13,566	12,404	175,920	0,025	1,020	0,002	2,210	6,539	3,894	4,846	27,818	
Рис отварной	1-4 классы	465 Сб. 1996г.	150	3,868	5,218	41,803	219,038	0,044	0,027	0,402	14,580	53,730	11,543	0,986	1,183	
	5-11 классы	465 Сб. 1996г.	180	4,641	6,261	50,163	262,845	0,053	0,032	0,482	17,486	64,476	13,851	1,183	1,183	
Чай с лимоном	1-4 классы	629 Сб. 1996г.	207	0,263	0,051	15,262	56,437	0,003	2,801		3,111	1,540	0,840	0,090	0,090	
	5-11 классы	629 Сб. 1996г.	207	0,243	0,046	13,761	53,710	0,003	2,801		3,111	1,540	0,840	0,090	0,090	
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022	0,280	0,500	4,000	13,000	2,800	0,180	0,180	
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033	0,280	0,500	4,200	17,400	4,200	0,270	0,270	
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016	0,500	0,280	4,200	17,400	3,800	0,400	0,400	
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024	0,500	0,300	6,300	26,100	5,700	0,600	0,600	
Вторник		1-я неделя	Обед													
Салат из свежих помидоров, яблок и консервированных огурцов	1-4 классы	37 Сб. 2015г.	060	1,276	1,836	7,317	49,219	0,044	7,076	0,813	12,707	28,457	10,584	0,533	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	0,888	
Борщ с капустой и картофелем, со сметаной	1-4 классы	110 Сб. 1996г.	210	3,833	5,522	11,708	96,080	0,048	16,830	0,006	1,819	37,900	45,972	27,120	56,044	
	5-11 классы	110 Сб. 1996г.	260	4,217	6,528	14,562	117,200	0,060	21,025	0,006	2,270	45,126	55,915	33,650	70,053	
Пельмени отварные с бульоном	1-4 классы	293 Сб. 2015г.	180	13,826	12,099	21,343	249,641	0,201	28,500		806,489	86,914	35,855	2,530	2,530	
	5-11 классы	293 Сб. 2015г.	220	19,346	16,638	29,823	346,536	0,258	38,000		29,226	115,854	47,475	2,962	2,962	
Компот из кураги	1-4 классы	280 Сб. 2008г.	200	1,924	0,037	44,343	176,440	0,037	1,480	0,280	4,000	13,000	2,800	0,180	0,180	
	5-11 классы	280 Сб. 2008г.	200	1,924	0,037	44,343	176,440	0,037	1,480	0,280	4,000	13,000	2,800	0,180	0,180	
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022	0,280	0,500	4,000	13,000	2,800	0,180	0,180	
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033	0,280	0,500	4,200	17,400	4,200	0,270	0,270	
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016	0,500	0,280	4,200	17,400	3,800	0,400	0,400	
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024	0,500	0,300	6,300	26,100	5,700	0,600	0,600	
Итого:	Завтрак		603	21,176	19,179	83,396	642,241	0,106	4,471	0,066	2,328	160,683	202,162	30,341	174,626	
	Обед		690	23,481	19,837	101,067	664,680	0,368	63,888	0,006	4,124	737,218	292,716	141,814	74,233	
			840	31,546	26,796	126,458	847,008	0,486	72,301	0,006	4,624	1600,986	246,763	119,009	69,747	

- Действует с 01 марта

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		
Среды		1-я неделя															
Оррры 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			
	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	0,026	2,256	14,540	19,460	46,062	92,582		
	1-4 классы	472 Сб. 1996г.	150	3,263	4,497	26,370	194,200	0,161	25,875	0,144	0,144	41,310	95,910	32,805	1,390		
Картофельное пюре	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		
	1-4 классы	702 Сб. 1997г.	200	0,080	33,552	127,760	0,004	0,720		0,480	0,480	2,400	4,000	0,152	4,000		
	5-11 классы	702 Сб. 1997г.	200	0,080	33,552	127,760	0,004	0,720		0,480	0,480	2,400	4,000	0,152	4,000		
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	46,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180		
	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 ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26963-2015	020	1,102	0,200	6,416	36,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400		
	5-11 классы	ГОСТ 26963-2015	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 свежлы отварной	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	0,788		
	5-11 классы	23 Сб. 2008г.	100	1,615	8,995	10,260	145,550	0,019	9,500		2,233	35,190	40,850	40,850	1,330		
	1-4 классы	139 Сб. 1996г.	250	2,840	2,673	23,945	125,525	0,118	16,500		1,343	17,500	63,500	0,887	24,050		
	5-11 классы	139 Сб. 1996г.	250	2,840	2,673	23,945	125,525	0,118	16,500		1,343	17,500	63,500	0,887	24,050		
	1-4 классы	193 Сб. 2008г.	150	15,849	10,407	34,868	295,008	0,106	2,697		2,849	33,235	68,123	21,137	3,101		
Суп картофельный с макаронными изделиями	5-11 классы	193 Сб. 2008г.	200	14,671	16,213	40,528	366,073	0,126	3,585		3,650	41,941	90,771	27,628	3,449		
	1-4 классы	628 Сб. 1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001		0,346			0,053	4,000		
	5-11 классы	628 Сб. 1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001		0,346			0,053	4,000		
Плов из Говядины	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	46,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180		
	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 26963-2015	020	1,102	0,200	6,416	36,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400		
	5-11 классы	ГОСТ 26963-2015	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 26963-2015	020	1,102	0,200	6,416	36,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400		
	5-11 классы	ГОСТ 26963-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600		
ИТОГО:		Завтрак															
Завтрак	Завтрак	2	600	16,469	14,907	86,612	601,646	0,269	30,295	0,026	1,980	69,530	152,170	82,647	94,847		
	Завтрак	3	660	19,464	19,462	98,436	697,660	0,311	36,470	0,031	3,267	82,342	180,952	97,678	96,487		
	Обед	3	700	22,480	20,608	67,116	816,236	0,273	24,898	0,000	6,092	80,371	186,533	76,297	6,419		
		7	810	23,269	28,602	114,277	816,236	0,320	29,696	0,000	8,226	107,237	240,721	102,428	6,689		

- действует с 01 марта

Циклическое меню

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)		Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)								
			Белки	Жиры		Углеводы	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо					
Четверг	1-я неделя									Завтрак									
Горошек зеленый консервированный	1-4 классы 5-11 классы	31 С6.1997г. 31 С6.1997г.	020 030	0,620 0,930	0,400 0,600	1,420 2,130	8,200 12,300	0,022 0,033	2,000 3,000	0,240 0,360	3,200 4,800	10,600 15,900	4,200 6,300	0,140 0,210					
Голубцы ленивые с соусом	1-4 классы 5-11 классы	428 С6.1996г. 428 С6.1996г.	90 100	7,630 11,335	10,170 13,566	9,450 12,415	158,000 176,020	0,022 0,025	1,150 0,970	1,366 1,738	6,597 10,427	15,412 17,394	4,748 4,866	0,210 0,281					
Макаронные изделия отварные	1-4 классы 5-11 классы	469 С6.1996г. 469 С6.1996г.	150 180	5,365 6,437	4,266 5,117	37,247 46,011	203,190 244,528	0,097 0,105	0,021 0,025	1,193 1,431	6,379 10,427	17,394 15,412	4,866 5,967	0,622 0,746					
Сок фруктовый	1-4 классы 5-11 классы	293 С6.2008г. 293 С6.2008г.	200 200	1,000 1,000	0,020 0,020	46,011 34,400	244,528 94,000	0,105 0,020	4,000 4,000	16,000 16,000	18,000 18,000	10,000 10,000	0,400 0,400	0,400 0,400					
Хлеб пшеничный	1-4 классы 5-11 классы	ГОСТ 27844-88 ГОСТ 27844-88	020 025	1,520 1,900	0,180 0,250	9,940 12,425	45,200 56,500	0,022 0,028		0,280 0,420	4,000 5,000	13,000 16,250	2,800 3,300	0,160 0,225					
Хлеб ржаной	1-4 классы 5-11 классы	ГОСТ 26983-2015 ГОСТ 26983-2015	020 025	1,102 1,378	0,200 0,250	6,416 8,020	38,000 47,500	0,016 0,020		0,280 0,420	4,200 5,250	17,400 21,750	3,800 4,750	0,400 0,500					
Четверг	1-я неделя														Обед				
Винегрет овощной	1-4 классы 5-11 классы	60 С6.1996г. 60 С6.1996г.	060 100	1,167 1,945	6,193 8,321	5,485 9,142	79,707 132,845	0,035 0,056	5,520 9,430	2,696 4,494	14,130 23,590	26,268 43,780	12,198 20,330	0,480 0,816					
Ци из свежей капусты с кардиологом со сметаной	1-4 классы 5-11 классы	120 С6.1996г. 120 С6.1996г.	220 260	1,804 2,181	5,530 6,538	8,801 10,929	65,780 94,325	0,066 0,082	26,510 33,125	1,774 2,214	37,540 44,675	43,204 52,455	18,240 22,550	19,102 23,875					
ЕЖИКА в соусе	1-4 классы 5-11 классы	202 С6.2008г. 202 С6.2008г.	090 100	10,802 13,301	10,114 12,414	13,843 15,784	163,904 200,764	0,002 0,027	0,003 2,820	1,306 1,798	8,822 10,677	20,641 25,617	22,550 6,746	37,071 27,956					
Каша гречневая рассыпчатая	1-4 классы 5-11 классы	463 С6.1996г. 463 С6.1996г.	150 180	7,716 8,715	5,384 6,460	26,323 32,561	232,585 278,971	0,255 0,305	0,021 0,025	1,798 4,160	10,677 30,386	25,617 154,621	6,746 0,158	27,956 2,965					
Неполит из шиповника	1-4 классы 5-11 классы	289 С6.2008г. 289 С6.2008г.	180 180	0,720 0,720	0,200 0,180	24,273 9,940	96,705 45,200	0,027 0,022	216,000 216,000	0,308 0,368	12,150 12,150	3,600 3,600	3,600 2,800	5,081 0,180					
Хлеб пшеничный	1-4 классы 5-11 классы	ГОСТ 27844-88 ГОСТ 27844-88	020 030	1,520 2,280	0,180 0,270	9,940 14,910	45,200 56,500	0,022 0,033		0,280 0,500	4,000 5,000	13,000 16,250	2,800 3,300	0,400 0,220					
Хлеб ржаной	1-4 классы 5-11 классы	ГОСТ 26983-2015 ГОСТ 26983-2015	020 030	1,102 1,378	0,200 0,300	6,416 9,624	38,000 57,000	0,016 0,024		0,280 0,500	4,200 6,300	17,400 26,100	3,800 5,700	0,400 0,600					
Завтрак	1-4 классы 5-11 классы	17,237 23,000	600 660	16,216 19,783	87,873 104,401	547,190 630,848	0,189 0,231	7,160 7,970	0,024 0,027	3,299 4,429	43,784 49,941	119,771 143,171	33,864 39,373	38,723 29,899					
Обед	1-4 классы 5-11 классы	740 880	740 880	24,831 34,303	96,081 117,223	741,881 938,410	0,443 0,667	260,490 334,303	0,030 0,033	10,804 14,803	111,238 139,808	278,134 356,496	48,763 63,316	66,309 62,178					
ИТОГО:																			

* - действующий 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		
Пятница		Завтрак														
Фрукты	1-4 классы	24 сб. 1996г.	150	0,600	14,700	57,000										
Каша рисовая молочная жидкая с маслом, сахаром	5-11 классы	24 сб. 1996г.	150	0,600	14,700	57,000										
	1-4 классы	114 сб. 2008г.	160	11,566	14,844	29,730	0,019	0,020	0,293	6,919	23,407	5,001	0,452			
	5-11 классы	114 сб. 2008г.	210	12,760	17,584	37,963	0,025	0,020	0,362	8,792	30,786	6,618	0,594			
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	0,050		
	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	0,050		
	1-4 классы	ГОСТ 31805-2018	040	3,160	0,400	20,760	94,400	0,060		1,000	10,000	32,800	13,200	0,600		
Батон	5-11 классы	ГОСТ 31805-2018	050	3,950	0,500	25,950	118,000	0,075		1,250	12,500	41,000	16,500	0,750		
Пятница		Обед														
Салат из белокочанной капусты/Салат из огурцов*	1-4 классы	62 сб. 1997г.	060	0,929	3,003	5,958	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	
	Распашник ленинградский со сметаной	1-4 классы	42 сб. 2008г.	210	2,288	5,588	16,298	116,572	0,085	12,850	0,006	1,771	24,280	54,000	19,240	0,808
Котлеты Куринные с соусом	5-11 классы	42 сб. 2008г.	280	2,785	6,610	20,300	142,815	0,106	16,050	0,006	2,211	28,100	65,950	23,800	1,007	
	1-4 классы	202 сб. 2008г.	090	10,802	10,114	13,843	163,904	0,022	2,460	0,003	1,306	8,822	20,641	5,957	37,071	
	5-11 классы	202 сб. 2008г.	100	13,301	12,414	15,784	200,764	0,027	2,820		1,798	10,677	25,617	6,746	27,956	
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	
	1-4 классы	283 сб. 2008г.	180	0,878	0,878	32,139	126,104	0,005	0,549		30,740	21,137	16,470	4,158		
Компот из сухофруктов	5-11 классы	283 сб. 2008г.	180	0,878	0,180	9,940	45,200	0,022		0,280	4,000	13,000	2,800	0,180		
	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,320	0,270	14,910	67,800	0,033		0,500	6,000	19,500	4,200	0,270		
	Хлеб пшеничный	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,200	6,416	36,000	0,016		0,280	4,200	17,400	3,800	0,400		
Хлеб ржаной	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024		0,500	6,300	26,100	5,700	0,600		
Завтрак		Обед														
ИТОГО:	Завтрак	1-4 классы	637	16,689	16,290	78,961	470,110	0,082	2,801	0,020	1,293	20,030	67,747	19,041	1,142	
		5-11 классы	697	17,653	18,130	92,374	642,787	0,103	2,801	0,020	1,602	24,403	73,326	23,968	1,434	
		1-4 классы	730	21,194	30,604	119,824	793,367	0,397	76,434	0,009	9,722	120,320	252,666	101,690	44,728	
	Обед	5-11 классы	880	26,867	38,302	144,972	983,790	0,506	102,119	0,008	12,917	161,391	318,493	126,630	36,763	

* - действует с 01 марта

Циклическое меню

Наименование блюда		№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)		Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
				Белки	Жиры		Углеводы	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Суббота		1-я неделя		Завтрак												
Икра кабачковая(порционно)	1-4 классы	31 С6.1997г.	020	0,400	1,800	1,720	24,400	0,004	1,400			8,200	13,400	7,000	1,400	
	5-11 классы	31 С6.1997г.	030	0,600	2,700	2,580	36,600	0,006	2,100			12,300	20,100	10,500	2,100	
	1-4 классы	423 С6.1996г.	090	6,802	7,114	9,623	121,904	0,022	2,460			2,146	8,822	20,641	5,957	
	5-11 классы	423 С6.1996г.	100	7,201	9,414	11,784	158,764	0,027	2,820			2,564	10,677	26,617	6,746	
	1-4 классы	482 С6.1996г.	150	3,553	5,267	20,611	148,561	0,111	86,320	2,241		83,558	62,415	31,572	27,956	
Капуста тушеная	5-11 классы	482 С6.1996г.	180	4,316	6,321	23,938	168,280	0,133	105,985	2,689		100,330	74,925	37,896	101,068	
	1-4 классы	628 С6.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267	0,001				0,346			0,063	
Чай с сахаром	5-11 классы	628 С6.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267	0,001				0,346			0,063	
	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022				0,280	4,000	13,000	2,800	
Хлеб пшеничный	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	025	1,900	0,250	12,425	56,500	0,026				0,420	5,000	16,250	3,500	
	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	
Хлеб ржаной	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	025	1,376	0,250	8,020	47,500	0,020				0,420	5,250	21,750	4,750	
Суббота		1-я неделя		Обед												
Горошек зеленый консервированный	1-4 классы	31 С6.1997г.	020	0,620	0,400	1,420	6,200	0,022	2,000			0,240	3,200	10,600	4,200	
	5-11 классы	31 С6.1997г.	030	0,930	0,600	2,130	12,300	0,033	3,000			0,360	4,800	15,900	6,300	
	1-4 классы	132 С6.1996г.	200	3,514	3,525	10,490	76,426	0,073	17,800			1,550	18,880	40,380	17,180	
	5-11 классы	132 С6.1996г.	260	3,893	4,406	13,113	95,533	0,091	22,250			1,937	23,600	50,475	21,475	
	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	
Биточки с соусом	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	
	1-4 классы	463 С6.1996г.	150	7,716	5,384	26,323	232,585	0,025				4,160	30,396	154,621	0,156	
Каша гречневая рассыпчатая	5-11 классы	463 С6.1996г.	180	8,715	6,460	32,561	278,971	0,036				36,456	185,444	0,189	3,580	
	1-4 классы	293 С6.2008г.	180	0,900	0,180	21,060	84,600	0,018	3,600			14,400	16,200	9,000	0,360	
Сок фруктовый	5-11 классы	293 С6.2008г.	180	0,900	0,180	21,060	84,600	0,018	3,600			14,400	16,200	9,000	0,360	
	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022				0,280	4,000	13,000	2,800	
Хлеб пшеничный	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,600	0,033				0,500	6,000	19,500	4,200	
	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	
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	
ИТОГО:	Завтрак		500	13,62	14,61	63,32	436,332	0,18	92,18	0,00		4,96	109,17	126,86	61,13	
	Обед		660	16,60	18,39	73,76	624,911	0,21	110,91	0,00		6,08	133,90	168,64	63,38	
			800	26,216	19,718	85,623	618,177	0,428	24,660	0,024		7,816	80,668	266,693	41,636	
				31,036	26,602	106,802	772,124	0,630	29,870	0,027		10,456	98,096	315,613	61,710	
															33,633	

Циклическое меню

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)		Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)					
			Белки	Жиры		Углеводы	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо		
Понедельник		2-я неделя		Завтрак												
Горючий бутерброд Пикантный	1-4 классы	384 Сб.2008г.	055	5,774	4,804	22,341	155,696	0,022		0,021	0,280	4,000	13,000	2,800	0,180	
	5-11 классы	384 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	
Каша молочная жидкая - Дружба- с маслом, сахаром	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	
Какао растворимый	1-4 классы	762Сб.1997г.	200	3,580	2,728	17,070	138,000	0,027		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		0,018	0,081	109,170	81,900	12,600	0,941	
Кондитерские изделия	1-4 классы	29 Сб.1997г.	025	0,800	7,550	15,070	131,300									
	5-11 классы	29 Сб.1997г.	025	0,800	7,550	15,070	131,300									
Понедельник		2-я неделя		Обед												
Салат из свежкты отварной	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	0,798
	5-11 классы	23 Сб.2008г.	100	1,615	8,995	10,260	145,550	0,019		9,500		2,233	35,190	40,850	40,890	1,330
Суп картофельный с клецками	1-4 классы	46 Сб.2008г.	200	3,000	2,630	13,500	145,000	0,094		10,450		1,074	33,890	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	107,060	40,590	1,750
Емкин в соусе	1-4 классы	202 Сб.2008г.	090	10,802	10,114	13,843	163,904	0,022		2,460	0,003	1,306	8,822	20,641	5,957	37,071
	5-11 классы	202 Сб.2008г.	100	13,301	12,414	15,784	200,764	0,027		2,820	0,002	1,798	10,677	25,617	6,746	27,956
Пюре из гороха	1-4 классы	270 Сб.1996г.	150	15,131	5,924	40,345	260,286	0,029			0,021	6,479	63,418	158,888	61,617	4,889
	5-11 классы	270 Сб.1996г.	180	17,358	8,908	48,015	312,349	0,755			0,025	7,775	76,103	190,671	73,942	5,879
Напиток лимонный	1-4 классы	289 Сб.2008г.	180	0,130		22,075	86,328	0,006		5,760			6,192	3,168	1,728	0,151
	5-11 классы	289 Сб.2008г.	180	0,130		22,075	86,328	0,006		5,760			6,192	3,168	1,728	0,151
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180	0,180
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270	0,270
Хлеб 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	0,400
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600	0,600
ИТОГО:	Завтрак		600	18,46	21,67	78,62	610,456	0,13	0,90	0,08	1,04	122,44	137,08	29,96	2,23	
	Обед		650	21,330	22,618	89,608	656,876	0,167	0,900	0,083	1,360	126,773	161,616	34,212	2,627	
			720	32,664	28,046	112,276	846,048	0,800	0,024	0,024	10,769	141,672	323,267	132,882	44,899	
			870	40,087	34,176	137,638	1060,791	0,982	31,080	0,027	14,149	182,732	412,566	173,766	37,936	

- действует с 01 марта

Циклическое меню

Наименование блюда		№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)						
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо		
Вторник		2-я неделя											Загрузка				
Супцы 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		
	1-4 классы	202 Сб.2008г.	090	10,802	10,114	13,843	0,022	2,460	0,003	1,306	8,822	20,641			5,967		
	5-11 классы	202 Сб.2008г.	100	13,301	12,414	15,784	0,027	2,820	0,002	1,788	10,617	25,617			6,746		
	1-4 классы	463 Сб. 1996г.	150	7,716	5,384	26,323	0,255		0,021	4,160	30,365	154,621			2,985		
Каша гречневая рассыпчатая	5-11 классы	463 Сб. 1996г.	180	8,715	6,460	32,561	0,306		0,025	4,989	36,456	185,444			3,580		
	1-4 классы	702 Сб. 1997г.	200	0,080	33,552	127,760	0,004	0,720			0,480	2,400			0,152		
	5-11 классы	702 Сб. 1997г.	200	0,080	33,552	127,760	0,004	0,720			0,480	2,400			0,152		
	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	0,022			0,280	4,000	13,000			0,180		
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	025	1,900	0,250	12,425	0,028			0,420	5,000	16,250			0,225		
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	0,016			0,280	4,200	17,400			0,400		
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	025	1,378	0,250	8,020	0,020			0,420	5,250	21,750			0,500		
Вторник		2-я неделя											Обед				
Винегрет овощной	1-4 классы	60 Сб. 1996г.	060	1,167	6,193	5,485	0,035	5,520		2,696	14,130	26,268			12,198		
	5-11 классы	60 Сб. 1996г.	100	1,945	8,321	9,142	0,058	9,200		4,494	23,550	43,780			20,330		
	1-4 классы	72 Сб. 2008г.	200	3,970	2,840	16,232	0,066	26,510	0,006	1,774	37,540	43,204			19,102		
	5-11 классы	72 Сб. 2008г.	250	4,400	3,363	20,290	0,082	33,125	0,006	2,214	44,675	52,455			23,875		
	1-4 классы	423 Сб. 1996г.	090	6,802	7,114	9,623	0,022	2,460		2,146	8,822	20,641			5,957		
Патиссоны с соусом	5-11 классы	423 Сб. 1996г.	100	7,201	11,784	158,764	0,027	2,820		2,554	10,617	25,617			6,746		
	1-4 классы	469 Сб. 1996г.	150	5,365	4,265	37,247	0,087			1,193	10,427	45,359			27,956		
	5-11 классы	469 Сб. 1996г.	180	6,437	5,117	46,011	0,105		0,025	1,431	12,512	54,426			9,967		
	1-4 классы	629 Сб. 1996г.	187	0,243	0,046	13,761	0,003	2,801			3,111	1,540			0,840		
	5-11 классы	629 Сб. 1996г.	187	0,243	0,046	13,761	0,003	2,801			3,111	1,540			0,840		
Макаронные изделия отварные	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	0,022			0,280	4,000	13,000			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		
	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	0,016			0,280	4,200	17,400			0,400		
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	0,024			0,500	6,300	26,100			0,600		
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	0,024			0,500	6,300	26,100			0,600		
Итого:		Загрузка															
Итого:	Загрузка	1-4 классы	600	21,360	16,878	90,434	0,323	4,680	0,030	6,046	61,298	216,462			40,792		
	Обед	5-11 классы	660	26,684	19,374	102,862	0,391	6,640	0,036	7,667	62,963	264,061			32,419		
		1-4 классы	727	20,169	20,838	96,704	0,261	37,291	0,027	8,369	82,230	167,412			67,966		
		5-11 классы	877	24,169	26,831	126,522	0,332	47,946	0,031	11,693	106,826	223,418			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		
Среда		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.	050	1,400		0,650	8,050					12,500	10,000		0,600		
	1-4 классы	293 Сб.2015г.	240	13,846	12,100	21,451	323,136	0,201	28,500			806,489	86,914	35,855	2,530		
	5-11 классы	293 Сб.2015г.	280	19,366	16,639	29,931	397,031	0,258	38,000			29,226	115,954	47,475	0,053		
	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267	0,001			0,346				0,053		
Чай с сахаром	5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267	0,001			0,346				0,053		
	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180		
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270		
	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400		
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600		
Среда		2-я неделя	Обед														
Салат из моркови и яблокСалат 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	0,095		
	5-11 классы	11 Сб.2008г.	100	0,853	7,750	14,464	149,000	0,040	3,590		4,584	31,170	36,350	26,180	0,142		
	1-4 классы	110 Сб.1996г.	210	3,833	5,522	11,708	96,090	0,046	16,830	0,006	1,819	37,900	45,972	27,120	56,044		
	5-11 классы	423 Сб.1996г.	260	4,217	6,528	14,552	117,200	0,060	21,025	0,006	2,270	45,125	55,915	33,650	70,053		
	1-4 классы	423 Сб.1996г.	90	10,843	10,030	9,974	133,166	0,020	1,160	0,003	1,306	5,792	14,492	4,558	36,970		
Биточки с соусом	5-11 классы	472 Сб.1996г.	100	12,665	13,566	12,404	175,920	0,025	1,020	0,002	2,210	6,539	3,864	4,846	27,818		
	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	55,910	32,805	1,390		
	5-11 классы	283 Сб.2008г.	180	3,916	5,396	31,644	185,040	0,193	31,050	0,031	0,172	49,572	115,092	39,966	1,668		
	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	180	0,878		32,139	126,104	0,005	0,549			30,740	21,137	16,470	4,158		
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180		
Картофельное пюре	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270		
	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400		
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600		
	1-4 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		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 пшеничный		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		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		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	620	17,788	12,631	63,337	470,043	0,217	28,600	0,000	0,280	820,689	112,314	39,666	3,410		
		Обед	690	22,419	17,260	70,126	587,148	0,282	38,000	0,000	0,600	48,026	161,964	63,176	4,162		
		1-4 классы	730	21,961	26,460	106,226	682,160	0,296	46,686	0,036	6,660	142,644	229,121	103,261	99,227		
		5-11 классы	880	26,462	33,810	129,147	876,064	0,380	67,234	0,039	10,236	176,446	276,988	130,412	104,709		

* - действует с 01 марта

Циклическое меню

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	фосфор	Магний	Железо		
Четверг	2-я неделя		Завтрак													
Оррры солёные	1-4 классы	24 Сб.1996г.	040	1,120	0,520	6,440							10,000	8,000		0,480
	5-11 классы	24 Сб.1996г.	040	1,120	0,520	6,440							10,000	8,000		0,480
Плов из Говядины	1-4 классы	193 Сб.2008г.	200	17,671	16,213	40,528	0,106	2,697		2,849		33,235	68,123	21,137	3,101	0,400
	5-11 классы	193 Сб.2008г.	250	17,996	17,934	54,034	0,126	3,595		3,650		41,941	90,771	27,628	3,449	0,480
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	030	2,280	0,270	14,910	0,033			0,500		6,000	19,500	4,200	0,270	0,200
	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	0,200
Хлеб ржаной	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	0,600
	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	0,600
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	0,032	23,950		1,298		24,878	17,963	9,848	0,489	0,489
	5-11 классы	62 Сб.1997г.	100	1,550	5,005	9,951	0,053	39,950		2,163		41,494	29,959	16,424	0,816	0,816
Суп картофельный с горохом	1-4 классы	138 Сб.1996г.	200	4,746	4,302	18,572	0,202	9,300		3,215		25,820	69,500	28,200	1,556	1,556
	5-11 классы	138 Сб.1996г.	250	5,933	5,378	23,215	0,253	11,625		4,019		32,275	86,875	35,250	1,945	1,945
Котлеты из минтая с соусом	1-4 классы	162 Сб.2008г.	90	9,060	9,271	95,702	0,057	1,845		1,717		14,986	29,764	31,461	28,195	28,195
	5-11 классы	162 Сб.2008г.	100	10,384	7,516	12,206	0,078	2,295		2,39		20,153	40,117	43,305	28,422	28,422
Картофель и овощи тушеные	1-4 классы	251 Сб.1997г.	150	3,676	11,419	35,220	0,215	35,625		4,787		23,400	108,525	43,575	1,622	1,622
	5-11 классы	251 Сб.1997г.	180	4,410	13,703	42,264	0,258	42,750		5,745		28,080	130,230	52,280	1,946	1,946
Сок фруктовый	1-4 классы	293 Сб.2008г.	180	0,900		84,600	0,018	3,600				14,400	16,200	9,000	0,360	0,360
	5-11 классы	293 Сб.2008г.	180	0,900		84,600	0,018	3,600				14,400	16,200	9,000	0,360	0,360
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	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	0,270
Хлеб ржаной	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	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	0,600
ИТОГО:	Завтрак		600	22,924	16,834	80,692	0,163	2,698	0,000	3,849		66,881	121,723	31,037	4,604	4,604
	Обед		650	23,249	18,665	94,098	0,183	3,656	0,000	4,660		64,687	144,371	37,628	4,862	4,862
			720	21,953	24,603	106,447	0,662	74,320	0,022	11,617		111,672	277,362	128,684	32,802	32,802
			870	27,110	32,172	133,230	0,717	100,220	0,030	16,317		148,702	348,981	166,169	34,359	34,359

действует с 01 марта

Циклическое меню

Наименование блюда		№ рецептуры	Вос блюда	Пищевая ценность, (г)			Эн. ценность (ккал)	Витаминный (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		
	1-4 классы	520 Сб 1997г.	090	11,648	8,565	2,097	119,992	0,006	0,960				2,764	5,192	2,472	36,838		
	5-11 классы	520 Сб 1997г.	100	12,895	9,188	5,094	207,500	0,004	0,720				1,798	2,073	3,894	1,954		
	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		
Макаронные изделия отварные	5-11 классы	469 Сб 1996г.	180	6,437	5,117	46,011	244,528	0,105	0,025				1,431	12,512	54,426	9,967		
	1-4 классы	280 Сб 2008г.	200	1,924		44,343	176,440	0,037	1,480				635,690	54,020	38,890	0,060		
Компот из кураги	5-11 классы	280 Сб 2008г.	200	1,924		44,343	176,440	0,037	1,480				635,690	54,020	38,890	0,060		
	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	46,200	0,022				0,280	4,000	13,000	2,800	0,180		
Хлеб пшеничный	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	025	1,900	0,225	12,425	56,500	0,026				0,420	5,000	16,250	3,500	0,225		
	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	39,000	0,016				0,280	4,200	17,400	3,800	0,400		
Хлеб ржаной	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	025	1,378	0,250	8,020	47,500	0,020				0,420	5,250	21,750	4,750	0,500		
Пятница		2-я неделя												Обед				
Салат Стенной	1-4 классы	111 Сб 2008г.	060	1,076	9,148	4,959	104,362	0,059	8,160				2,794	9,948	39,036	13,884		
	5-11 классы	111 Сб 2008г.	100	1,793	16,246	8,281	173,937	0,098	13,600				1,560	16,880	66,060	23,140		
	1-4 классы	132 Сб 1996г.	200	3,514	3,525	10,490	76,426	0,073	17,800				1,560	18,880	40,380	17,180		
	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		
	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		
Терфени с соусом	5-11 классы	423 Сб 1996г.	100	7,201	9,414	11,784	158,764	0,027	2,820				2,554	10,677	29,617	6,746		
	1-4 классы	465 Сб 1996г.	150	3,668	5,218	41,803	219,038	0,044	0,027				0,402	14,580	53,730	11,543		
Рис отварной	5-11 классы	465 Сб 1996г.	180	4,641	6,261	50,163	262,845	0,053	0,032				0,482	17,496	64,476	13,851		
	1-4 классы	629 Сб 1996г.	187	0,243	0,046	13,761	53,710	0,003	2,801				3,111	1,540	0,840	0,090		
Чай с лимоном	5-11 классы	629 Сб 1996г.	187	0,243	0,046	13,761	53,710	0,003	2,801				3,111	1,540	0,840	0,090		
	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	46,200	0,022				0,280	4,000	13,000	2,800	0,180		
Хлеб пшеничный	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033				0,500	6,000	19,500	4,200	0,270		
	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	39,000	0,016				0,280	4,200	17,400	3,800	0,400		
Хлеб ржаной	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024				0,500	6,300	26,100	5,700	0,600		
Итого:		Завтрак																
	1-4 классы	600	21,959	16,010	101,753	607,822	0,172	3,840	0,024	3,069	666,281	148,371	63,228	39,600				
	5-11 классы	560	26,134	17,480	118,473	766,068	0,230	4,300	0,027	4,069	672,825	170,440	69,421	31,269				
Обед	1-4 классы	727	18,126	26,431	97,002	668,640	0,239	31,221	0,048	7,482	63,641	186,727	66,004	39,939				
	5-11 классы	877	21,704	36,943	121,636	869,689	0,329	41,471	0,067	6,973	83,764	252,768	76,962	31,864				

- Декрет с 01 марта

Наименование блока	№ рецептуры	Вес блока	Пищевая ценность (г)		Эн. (ккал)	Витаминный (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
	1-4 классы	284 Сб. 1996г.	200	20,835	26,910	3,362	329,800	0,125	0,971	0,983	3,323	156,233	336,504	90,570	4,705,624
	5-11 классы	284 Сб. 1996г.	230	23,819	31,052	3,799	399,634	0,143	0,667	0,670	3,821	178,519	386,180	104,158	4,705,624
	1-4 классы	628 Сб. 1996г.	200	8,000	0,061	15,010	57,267	0,001	0,001	0,001	0,346	0,346	0,053	0,053	0,053
Чай с сахаром	5-11 классы	628 Сб. 1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267	0,001	0,001	0,001	0,346	0,346	0,053	0,053	0,053
	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022				0,280	4,000	13,000	2,800
Хлеб пшеничный	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033			0,900	6,000	19,500	4,200	0,180
	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		Обед												
Орuchy 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	0,360	4,830						7,500	6,000		0,360
Сул картофельный с макаронными изделиями	1-4 классы	139 Сб. 1996г.	250	2,272	2,138	19,156	100,420	0,094	13,200		1,343	14,500	50,800	24,090	0,770
	5-11 классы	139 Сб. 1996г.	250	2,840	2,673	23,945	126,525	0,118	16,500		1,343	17,500	63,500	29,590	0,887
ЕЖИКИ в соусе	1-4 классы	202 Сб. 2008г.	090	10,802	10,114	13,843	163,904	0,022	2,460	0,003	1,306	8,822	20,641	5,957	37,071
	5-11 классы	202 Сб. 2008г.	100	13,301	12,414	16,784	200,764	0,027	10,617	0,002	1,798	16,667	89,720	35,579	27,956
Картофель отварной	1-4 классы	239 Сб. 2008г.	150	3,094	0,155	30,474	128,333	0,186	30,988		15,469	58,720	13,952	35,579	1,392
	5-11 классы	239 Сб. 2008г.	180	3,713	0,186	36,569	154,073	0,223	37,126		16,563	70,665	42,695	1,671	1,671
Сок фруктовый	1-4 классы	293 Сб. 2008г.	200	1,000	23,400	94,000	0,020	4,000			16,000	18,000	10,000	0,400	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	0,400
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			0,900	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														

	1-4 классы	600	27,897	34,439	39,196	666,392	0,199	4,982	0,596	6,786	198,666	436,666	116,016	413,719
ИТОГО:	Заявкам													
	6-11 классы	660	32,192	33,771	47,781	67,816	0,226	4,948	0,682	7,723	216,962	201,242	132,902	414,716
	1-4 классы	700	20,360	12,787	103,489	673,137	0,360	60,698	0,003	3,209	67,491	213,661	40,393	40,393
	Общая													
	6-11 классы	820	26,627	16,843	124,622	703,992	0,446	60,446	0,002	4,141	82,540	266,382	93,391	32,144