

СОГЛАСОВАНО:

Директор ГБОУ СОШ(ООШ)

Н.Н. Рачина

В.В. Ковыльская В.Р.

2025 г.

09

«01»



*Согласовано:
председателем родительского
совета ГБОУ СОШ
с. Новая Рачинка*

Ариадна А.А.

01.09.2025



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

«01»

09 2025 г.

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

Осенне-зимнее (весеннее - *)

Циклическое меню

Наименование блюда	№ рецептуры	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)					
		Вес блюда				В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо			
		Белки	Жиры	Углеводы												
1-я неделя														Завтрак		
Вторник																
Сыр	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	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			
Рис отварной	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		
Чай с лимон	423 Сб.1996г.	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		
Хлеб пшеничный	465 Сб.1996г.	150	3,868	5,218	41,803	219,038	0,044		0,402	14,580	53,730	11,543	0,986			
Хлеб ржаной	465 Сб.1996г.	180	4,641	6,261	50,163	262,845	0,053		0,482	17,496	64,476	13,851	1,183			
Хлеб пшеничный	629 Сб.1996г.	207	0,263	0,051	15,262	59,437	0,003	2,801		3,111	1,540	0,840	0,090			
Хлеб пшеничный	ГОСТ 27844-88	020	0,243	0,046	13,761	53,710	0,003	2,801		3,111	1,540	0,840	0,090			
Хлеб ржаной	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033		0,280	4,000	13,000	2,800	0,180			
Хлеб ржаной	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016		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			
1-я неделя														Обед		
Вторник																
Салат из свежих помидоров, яблок и консервированных огурцов	37 Сб.2015г.	060	1,276	1,836	7,317	49,219	0,044	7,078		12,707	28,457	10,584	0,533			
Борщ с капустой и картофелем, со сметаной	37 Сб.2015г.	100	2,126	3,060	12,196	82,032	0,073	11,796		21,177	47,427	17,639	0,888			
Пельмени отварные с бульоном	110 Сб.1996г.	210	3,833	5,522	11,708	96,080	0,048	16,830	0,006	37,900	45,972	27,120	56,044			
Компот из мурати	293 Сб.2015г.	260	4,217	6,528	14,562	117,200	0,060	21,025	0,006	45,125	55,915	33,650	70,053			
Хлеб пшеничный	293 Сб.2015г.	180	13,826	12,099	21,343	249,641	0,201	28,500		806,489	86,914	35,855	2,530			
Хлеб пшеничный	280 Сб.2008г.	220	19,346	16,638	29,823	346,536	0,258	38,000		29,226	115,854	47,475	2,962			
Хлеб пшеничный	ГОСТ 27844-88	200	1,924	1,924	44,343	176,440	0,037	1,480		635,690	54,020	38,850	0,060			
Хлеб пшеничный	ГОСТ 27844-88	200	1,924	1,924	44,343	176,440	0,037	1,480		635,690	54,020	38,850	0,060			
Хлеб ржаной	ГОСТ 27844-88	020	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033		0,280	4,000	13,000	2,800	0,180			
Хлеб ржаной	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016		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			
1-я неделя														Обед		
Вторник																
Завтрак	1-4 классы	603	21,176	19,179	83,395	542,241	0,105	4,471	0,065	2,328	160,683	202,162	30,341	174,626		
Обед	6-11 классы	563	29,693	26,496	116,634	790,088	0,461	72,301	0,006	4,124	737,218	292,716	141,814	74,233		
Итого:	1-4 классы	690	23,481	19,637	101,067	664,660	0,368	63,888	0,006	3,192	160,986	245,763	119,009	69,747		
	6-11 классы	840	31,646	26,796	126,468	847,008	0,486	72,301	0,006	4,624	743,618	318,816	147,614	74,833		

* - 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	
															Завтрак
Среда														1-я неделя	
Оуэрцы солёные	24 Сб.1996г.	020	0,560	10,030	9,974	0,056	3,700	1,276	5,000	4,000	0,240				
Биточки из минтая с овощами с соусом	24 Сб.1996г.	030	0,840	13,566	12,404	0,066	3,700	2,255	7,500	6,000	0,360				
Картофельное пюре	472 Сб.1996г.	150	3,263	4,497	26,370	0,161	25,875	0,144	14,540	19,460	39,142				
Компот из свежих яблок	702 Сб.1997г.	200	0,800	5,396	33,552	0,004	0,720	0,031	41,310	95,910	32,805				
	702 Сб.1997г.	200	0,080	0,080	33,552	0,004	0,720	0,172	49,572	39,366	1,668				
Хлеб пшеничный	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	0,022	0,280	4,000	13,000	2,800	0,180				
Хлеб ржаной	ГОСТ 27844-88	025	1,900	0,250	12,425	0,028	0,420	5,000	16,250	3,600	0,225				
	ГОСТ 26963-2015	020	1,102	0,200	6,416	0,016	0,280	4,200	17,400	3,800	0,400				
	ГОСТ 26963-2015	025	1,378	0,250	8,020	0,020	0,420	5,250	21,750	4,750	0,500				
Среда														1-я неделя	
Салат из свеклы отварной	23 Сб.2008г.	060	0,969	6,997	6,156	0,011	5,700	1,340	21,090	24,510	0,798				
Суп картофельный с макаронными изделиями	23 Сб.2008г.	100	1,615	8,995	10,260	0,019	9,500	2,233	36,150	40,850	1,330				
Плов из говядины	139 Сб.1996г.	250	2,840	2,673	23,945	0,118	16,500	1,343	17,500	63,500	24,050				
	139 Сб.1996г.	250	2,840	2,673	23,945	0,118	16,500	1,343	17,500	63,500	24,050				
Чай с сахаром	628 Сб.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	0,126	3,595	2,849	33,235	68,123	21,137				
Хлеб пшеничный	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	0,022	0,280	4,000	13,000	2,800	0,180				
Хлеб ржаной	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	0,033	0,500	6,000	20,000	4,200	0,270				
	ГОСТ 26963-2015	020	1,102	0,200	6,416	0,016	0,280	4,200	17,400	3,800	0,400				
	ГОСТ 26963-2015	030	1,653	0,300	9,624	0,024	0,500	6,300	26,100	5,700	0,600				
Обед														1-я неделя	
Завтрак	1-4 классы	600	15,469	14,907	86,612	0,269	30,295	0,026	1,980	69,530	162,170	82,647	94,847		
Обед	5-11 классы	650	19,464	19,462	98,436	0,311	35,470	0,031	3,267	82,342	180,962	97,678	95,487		
	1-4 классы	700	22,480	20,608	96,336	0,273	24,898	0,000	6,092	80,371	186,633	76,257	6,419		
Итого:	1-4 классы	810	23,269	28,502	114,277	0,320	29,696	0,000	8,226	107,237	240,721	102,428	6,689		

* - 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		
															Завтрак	
Четверг																
1-я неделя																
Горошек зеленый консервированный	31 С6.1997г.	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 С6.1997г.	030	0,930	0,600	2,130	12,300	0,033	3,000		0,360	4,800	15,900	6,300	0,210		
Голубцы ленивые с соусом	428 С6.1998г.	90	7,630	10,170	9,450	158,000	0,022	1,150	0,003	1,306	5,957	15,412	4,748	36,981		
5-11 классы	428 С6.1998г.	100	11,355	13,566	12,415	176,020	0,025	0,970		1,798	6,379	17,384	4,856	27,818		
Макаронные изделия отварные	469 С6.1998г.	150	5,365	4,265	37,247	203,190	0,087		0,021	1,193	10,427	45,359	8,306	0,622		
5-11 классы	469 С6.1998г.	180	6,437	5,117	46,011	244,528	0,105		0,025	1,431	12,512	54,967	9,967	0,746		
Соус фруктовый	293 С6.2008г.	200	1,000	23,400	84,000	94,000	0,020	4,000			16,000	18,000	10,000	0,400		
5-11 классы	293 С6.2008г.	200	1,000	23,400	84,000	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	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	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400		
5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	025	1,378	0,250	8,020	47,500	0,020			0,420	5,250	21,750	4,750	0,500		
Четверг																
1-я неделя																
Винегрет овощной	60 С6.1998г.	060	1,167	6,193	5,485	79,707	0,035	5,520		2,686	14,130	26,268	12,198	0,490		
5-11 классы	60 С6.1998г.	100	1,945	8,321	9,142	132,845	0,058	9,200		4,494	23,550	43,780	20,330	0,816		
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	120 С6.1998г.	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 С6.1998г.	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		
ЕЖИКИ в соусе	202 С6.2008г.	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 С6.2008г.	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		
Каша гречневая рассыпчатая	463 С6.1998г.	150	7,716	5,384	26,323	232,585	0,255		0,021	4,160	30,396	154,621	0,158	2,985		
5-11 классы	463 С6.1998г.	180	8,715	6,460	32,551	278,971	0,306		0,025	4,969	36,456	185,444	0,189	3,560		
Напиток из шиповника	289 С6.2008г.	180	0,720		24,273	95,705	0,027	216,000		0,308	12,150	3,600	3,600	5,081		
5-11 классы	289 С6.2008г.	180	0,720		24,273	95,705	0,027	216,000		0,308	12,150	3,600	3,600	5,081		
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	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	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400		
5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600		
Завтрак																
1-4 классы													7,160		119,771	
6-11 классы													0,189		43,784	
ИТОГО:													647,190		33,864	
1-4 классы													630,848		49,941	
6-11 классы													7,970		39,373	
Обед																
1-4 классы													261,146		111,238	
6-11 классы													0,667		63,316	
ИТОГО:													938,410		366,496	
1-4 классы													34,303		139,808	
6-11 классы													117,223		62,178	

* - 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
1-я неделя														
Пятница														
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	0,800	14,700	57,000									
Чай с лимоном	1-4 классы 114 сб.2008г.	160	11,986	14,844	29,730	0,019	0,020	0,293	6,919	23,407	5,001	0,452	0,694	0,090
Батон	5-11 классы 629 сб.1996г.	187	0,243	13,761	53,710	0,003	2,801		3,111	1,540	0,840	0,090	0,090	0,090
	1-4 классы 629 сб.1996г.	187	0,243	13,761	53,710	0,003	2,801		3,111	1,540	0,840	0,090	0,090	0,090
	1-4 классы ГОСТ 31805-2018	040	3,160	0,400	20,760	0,060		1,000	10,000	32,800	13,200	0,600	0,600	0,600
	5-11 классы ГОСТ 31805-2018	050	3,950	0,500	25,950	0,075		1,250	12,500	41,000	16,500	0,750	0,750	0,750
1-я неделя														
Пятница														
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	0,816
Рассольник ленинградский со сметаной	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
Котлеты куриные с соусом	1-4 классы 42 сб.2008г.	210	2,288	5,588	16,298	0,085	12,850	0,006	1,771	24,280	54,000	19,240	0,808	1,007
Кертофель и овощи тушеные	5-11 классы 202 сб.2008г.	090	10,802	10,114	13,843	0,106	16,050	0,006	2,211	28,100	65,950	23,800	1,007	1,007
Компот из сухофруктов	1-4 классы 251 сб.1997г.	150	3,675	11,419	35,220	0,215	35,625		4,787	23,400	108,525	43,575	1,622	2,956
Хлеб пшеничный	5-11 классы 283 сб.2008г.	180	0,878	13,703	42,264	0,258	42,750		5,745	28,080	130,230	52,290	1,946	1,946
Хлеб ржаной	1-4 классы 283 сб.2008г.	180	4,410	13,703	42,264	0,258	42,750		5,745	28,080	130,230	52,290	1,946	1,946
	5-11 классы ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180	0,180
	1-4 классы ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	0,033			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270	0,270
	5-11 классы ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400	0,400
	1-4 классы ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600	0,600
Обед														
Завтрак														
Завтрак	1-4 классы 637	15,689	16,290	78,951	470,110	0,082	2,801	0,020	1,293	20,030	67,747	19,041	1,142	1,142
	5-11 классы 697	17,653	18,130	92,374	542,787	0,103	2,801	0,020	1,602	24,403	73,326	23,968	1,434	1,434
ИТОГО:	1-4 классы 730	21,194	30,504	119,824	793,367	0,397	75,434	0,009	9,722	120,320	262,666	101,690	44,728	44,728
	5-11 классы 880	26,867	38,302	144,972	983,790	0,606	102,119	0,008	12,917	151,391	318,493	125,630	36,763	36,763

* - действует с 01 марта

Циклическое меню

Наименование блюда	№ рецептуры	Пищевая ценность (г)				Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
		Жиры		Углеводы			В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
		Белки	Жиры	Углеводы	В1									
Завтрак														
Суббота														
1-я неделя														
Икра кабачковая(порционно)	31 С6.1997г.	020	1,800	1,720	24,400	0,004	1,400			8,200	13,400	7,000	1,400	
Тертелги с соусом	31 С6.1997г.	030	0,600	2,580	36,600	0,006	2,100			12,300	20,100	10,500	2,100	
Капуста тушеная	423 С6.1996г.	090	6,802	7,114	9,623	121,904	0,022	2,460		8,822	20,641	5,957	37,071	
Чай с сахаром	423 С6.1996г.	100	7,201	9,414	11,784	158,764	0,027	2,820		10,677	25,617	6,746	27,956	
Хлеб пшеничный	482 С6.1996г.	150	3,593	5,267	20,611	148,561	0,111	88,320		2,241	83,598	62,415	31,572	
Хлеб ржаной	482 С6.1996г.	180	4,316	6,321	23,938	168,280	0,133	105,985		2,689	100,330	74,925	37,886	
Хлеб гречневый рассыпчатый	628 С6.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,287	0,001	0,001		0,346	0,346	0,053	0,053	
Хлеб пшеничный	628 С6.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,287	0,001	0,001		0,346	0,346	0,053	0,053	
Хлеб ржаной	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022			0,280	13,000	2,800	0,180	
Хлеб ржаной	ГОСТ 27844-88	025	1,900	0,250	12,425	56,500	0,028			0,420	16,250	3,500	0,225	
Хлеб ржаной	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280	17,400	3,800	0,400	
Хлеб ржаной	ГОСТ 26983-2015	025	1,378	0,250	8,020	47,500	0,020			0,420	21,750	4,750	0,500	
Обед														
Суббота														
1-я неделя														
Горошек зеленый консервированный	31 С6.1997г.	020	0,620	0,400	1,420	8,200	0,022	2,000		0,240	3,200	10,600	4,200	
Суп из овощей	31 С6.1997г.	030	0,930	0,600	2,130	12,300	0,033	3,000		0,360	4,800	15,900	6,300	
Биточки с соусом	132 С6.1996г.	200	3,514	3,525	10,490	76,426	0,073	17,800		1,550	18,880	40,360	17,180	
Каша гречневая рассыпчатая	423 С6.1996г.	90	10,843	10,030	9,974	133,166	0,020	1,160		1,937	23,600	50,475	21,475	
Соус фруктовый	423 С6.1996г.	100	12,665	13,566	12,404	175,920	0,025	1,020		0,003	5,792	14,492	4,558	
Соус фруктовый	463 С6.1996г.	150	7,716	5,384	26,323	232,565	0,255	1,020		2,210	6,539	3,894	4,846	
Соус фруктовый	463 С6.1996г.	180	8,715	6,460	32,561	278,971	0,306	1,020		4,160	30,396	154,621	0,158	
Хлеб пшеничный	293 С6.2008г.	180	0,900	0,000	21,060	84,600	0,018	3,600		4,989	36,456	185,444	0,189	
Хлеб пшеничный	293 С6.2008г.	180	0,900	0,000	21,060	84,600	0,018	3,600		4,989	36,456	185,444	0,189	
Хлеб ржаной	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022			0,280	13,000	2,800	0,180	
Хлеб ржаной	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033			0,500	6,000	19,500	4,200	
Хлеб ржаной	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280	17,400	3,800	0,400	
Хлеб ржаной	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	26,100	5,700	0,600	
Итого:														
Завтрак		500	13,62	14,61	63,32	436,332	0,18	92,18		4,95	109,17	126,86	51,13	
Обед		560	16,60	18,99	73,76	624,911	0,21	110,91		6,08	133,90	168,64	63,38	
Итого:		680	26,216	19,719	85,623	618,177	0,426	24,560		7,816	80,668	266,693	41,671	
Итого:		800	31,036	25,602	106,802	772,124	0,530	29,870		10,456	98,096	317,513	51,710	

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	
															Завтрак
Понедельник															
2-я неделя															
Горячий бутерброд	384 С6.2008г.	065	5,774	4,804	22,341	0,022		0,021	0,280	4,000	13,000	2,800	0,180		
1-4 классы															
5-11 классы															
Каша молочная жидкая -Дружба- с маслом, сахаром	102 С6.2008г.	220	8,291	6,584	24,037	0,081		0,040	0,680	9,270	42,180	14,560	1,105		
1-4 классы															
5-11 классы															
Какао растворимый	762С6.1997г.	200	3,580	2,728	17,070	0,027		0,900	0,081	109,170	81,900	12,600	0,941		
1-4 классы															
5-11 классы															
Кондитерские изделия	29 С6.1997г.	025	0,800	7,550	15,070	0,027		0,900	0,081	109,170	81,900	12,600	0,941		
1-4 классы															
5-11 классы															
Понедельник															
2-я неделя															
Салат из свежих отварной	23 С6.2008г.	060	0,969	6,987	6,156	0,011		5,700	1,340	21,090	24,510	24,510	0,798		
1-4 классы															
5-11 классы															
Суп картофельный с клецками	46 С6.2008г.	200	3,000	2,630	13,500	0,094		10,450	1,074	33,850	85,650	32,470	1,400		
1-4 классы															
5-11 классы															
Ежики в соусе	202 С6.2008г.	080	10,802	10,114	13,843	0,022		13,000	1,343	42,310	107,060	40,590	1,750		
1-4 классы															
5-11 классы															
Пюре из гороха	270 С6.1998г.	150	15,131	5,924	40,345	0,629		2,820	6,479	63,418	158,888	61,617	4,899		
1-4 классы															
5-11 классы															
Напиток лимонный	289 С6.2008г.	180	0,130		22,075	0,006		5,760		6,192	3,168	1,728	0,151		
1-4 классы															
5-11 классы															
Хлеб пшеничный	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	0,033		5,760	0,280	4,000	13,000	2,800	0,180		
1-4 классы															
5-11 классы															
Хлеб ржаной	ГОСТ 28983-2015	020	1,102	0,200	6,416	0,016		38,000	0,280	4,200	17,400	3,800	0,400		
1-4 классы															
5-11 классы															
Итого:															
Завтрак															
1-4 классы													0,90		
5-11 классы													0,167		
Обед															
1-4 классы													0,882		
5-11 классы													0,027		
1-4 классы													0,08		
5-11 классы													0,083		
1-4 классы													10,769		
5-11 классы													14,149		
1-4 классы													137,08		
5-11 классы													161,616		
1-4 классы													323,257		
5-11 классы													412,966		
1-4 классы													29,96		
5-11 классы													34,212		
1-4 классы													132,882		
5-11 классы													173,766		
1-4 классы													2,627		
5-11 классы													44,899		
1-4 классы													37,936		
5-11 классы															

* - действует с 01 марта

Циклическое меню

Наименование блюда	№ рецептуры	Пищевая ценность (г)				Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
		Жиры		Углеводы			B1	C	A	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
		Белки	Жиры	Углеводы	Углеводы									
Завтрак														
Вторник														
Оуэрцы порционно	522 С6.1996г.	020	0,140	0,360	2,000	0,004	1,400	0,006	0,020	3,400	8,400			0,004
	5-11 классы	030	0,210	0,540	3,000	0,006	2,100	0,009	0,030	5,100	12,600			0,006
Котлеты Куринные с соусом	202 С6.2008г.	090	10,802	13,843	163,904	0,022	2,460	0,003	1,306	8,822	20,641	5,957		37,071
	1-4 классы	100	13,301	12,414	200,764	0,027	2,820	0,002	1,798	10,677	25,617	6,746		27,956
Каша гречневая рассыпчатая	463 С6.1996г.	150	7,716	5,384	232,885	0,255	36,323	0,021	4,160	30,396	154,621	0,158		2,985
	1-4 классы	180	8,715	6,460	278,571	0,306	40,551	0,025	4,989	36,456	185,444	0,189		3,580
Компот из свежих яблок	702 С6.1997г.	200	0,080	33,552	127,760	0,004	0,720			0,480	2,400	4,000	0,152	0,152
	1-4 классы	200	0,080	33,552	127,760	0,004	0,720			0,480	2,400	4,000	0,152	0,152
Хлеб пшеничный	ГОСТ 27844-88	020	1,620	0,180	45,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180	0,180
	5-11 классы	025	1,900	0,250	56,500	0,028			0,420	5,000	16,250	3,500	0,225	0,225
Хлеб ржаной	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	36,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400	0,400
	5-11 классы	025	1,378	0,250	47,500	0,020			0,420	5,250	21,750	4,750	0,500	0,500
Обед														
Вторник														
Винегрет овощной	60 С6.1996г.	060	1,167	6,193	79,707	0,035	5,520		2,696	14,130	26,268	12,198		0,490
	5-11 классы	100	1,945	8,321	132,845	0,058	9,200		4,494	23,550	43,780	20,330	0,816	0,816
Уха	72 С6.2008г.	200	3,970	2,840	16,232	0,066	26,510	0,006	1,774	37,540	43,204	18,240	19,102	19,102
	1-4 классы	250	4,400	3,363	20,290	0,082	33,125	0,006	2,214	44,675	52,455	22,550	23,875	23,875
Палочки с крутой с соусом	423 С6.1996г.	090	6,802	7,114	9,623	0,022	2,460		2,146	8,822	20,641	5,957		37,071
	5-11 классы	100	7,201	9,414	11,784	0,027	2,820		2,554	10,677	25,617	6,746		27,956
Макаронные изделия отварные	423 С6.1996г.	150	5,365	4,265	37,247	0,087	2,820		1,193	10,427	45,359	8,306	0,622	0,622
	1-4 классы	180	6,437	5,117	46,011	0,105	3,280		1,431	12,512	54,426	9,967	0,746	0,746
Чай с лимоном	489 С6.1996г.	187	0,243	0,046	53,710	0,003	2,801			3,111	1,540	0,840	0,090	0,090
	5-11 классы	187	0,243	0,046	53,710	0,003	2,801			3,111	1,540	0,840	0,090	0,090
Хлеб пшеничный	ГОСТ 27844-88	020	1,620	0,180	45,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180	0,180
	5-11 классы	020	1,620	0,180	45,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180	0,180
Хлеб ржаной	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	36,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400	0,400
	5-11 классы	020	1,102	0,200	36,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400	0,400
	5-11 классы	030	1,653	0,300	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600	0,600
Обед														
Завтрак														
Итого:	1-4 классы	600	21,360	16,878	90,434	0,323	4,560	0,030	6,046	51,298	216,462	16,715	40,792	40,792
	5-11 классы	660	26,564	19,374	102,882	0,391	5,640	0,036	7,667	62,963	284,061	19,185	32,419	32,419
	1-4 классы	727	20,169	20,838	98,704	0,261	37,291	0,027	8,369	82,230	167,412	62,141	67,965	67,965
	5-11 классы	877	24,153	28,831	125,522	0,332	47,946	0,031	11,693	106,826	223,418	70,333	64,363	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			
															Завтрак		
Среда														Обед			
2-я неделя														Обед			
Помидоры консервированные	24 Сб.1996г.	040	1,120	0,520	6,440	0,024	89,400	8,678	6,031	0,512	0,024	0,024	0,024	18,702	21,210	15,708	0,085
Пельмени отварные с бульоном	24 Сб.1996г.	050	1,400	0,650	8,050	0,040	149,000	14,464	7,750	0,863	0,040	0,040	0,040	31,170	35,350	26,180	0,142
Чай с сахаром	293 Сб.2015г.	240	13,846	12,100	21,451	0,048	96,080	11,708	5,522	3,833	0,048	0,048	0,048	37,900	45,972	27,120	56,044
Хлеб пшеничный	293 Сб.2015г.	280	19,966	16,639	29,931	0,060	117,200	14,562	6,528	4,217	0,060	0,060	0,060	45,125	55,915	33,650	70,053
Хлеб ржаной	628 Сб.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	0,025	133,166	9,974	10,030	10,843	0,025	0,025	0,025	5,792	14,492	4,558	36,970
	628 Сб.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	0,025	12,404	3,263	4,497	2,653	0,161	0,161	0,161	6,539	3,894	4,846	27,818
	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	0,005	185,040	31,644	5,396	3,916	0,005	0,005	0,005	41,310	96,910	32,805	1,390
	ГОСТ 26983-2015	030	2,280	0,270	14,910	0,016	185,040	31,644	5,396	3,916	0,016	0,016	0,016	49,572	115,092	39,366	1,668
	ГОСТ 26983-2015	030	1,102	0,200	6,416	0,016	185,040	31,644	5,396	3,916	0,016	0,016	0,016	30,740	21,137	16,470	4,158
	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	0,024	126,104	32,139	126,104	0,878	0,005	0,005	0,005	4,000	13,000	2,800	0,180
	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	0,022	126,104	32,139	126,104	0,878	0,022	0,022	0,022	4,000	13,000	2,800	0,180
	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	0,033	126,104	32,139	126,104	0,878	0,033	0,033	0,033	4,000	13,000	2,800	0,180
	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	0,016	126,104	32,139	126,104	0,878	0,016	0,016	0,016	4,000	13,000	2,800	0,180
	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	0,024	126,104	32,139	126,104	0,878	0,024	0,024	0,024	4,000	13,000	2,800	0,180
Среда														Обед			
2-я неделя														Обед			
Салат из моркови и яблок/Салат из помидоров*	11 Сб.2008г.	060	0,512	6,031	8,678	0,024	89,400	8,678	6,031	0,512	0,024	0,024	0,024	18,702	21,210	15,708	0,085
Борщ с капустой и картофелем, со сметаной	11 Сб.2008г.	100	0,863	7,750	14,464	0,040	149,000	14,464	7,750	0,863	0,040	0,040	0,040	31,170	35,350	26,180	0,142
Биточки с соусом	110 Сб.1996г.	210	3,833	5,522	11,708	0,048	96,080	11,708	5,522	3,833	0,048	0,048	0,048	37,900	45,972	27,120	56,044
Картофельное пюре	423 Сб.1996г.	90	10,843	10,030	9,974	0,025	133,166	9,974	10,030	10,843	0,025	0,025	0,025	5,792	14,492	4,558	36,970
Компот из сухофруктов	423 Сб.1996г.	100	12,665	13,566	12,404	0,161	175,920	12,404	10,030	10,843	0,161	0,161	0,161	6,539	3,894	4,846	27,818
Хлеб пшеничный	472 Сб.1996г.	150	3,263	4,497	26,370	0,005	154,200	26,370	4,497	3,263	0,005	0,005	0,005	41,310	96,910	32,805	1,390
Хлеб ржаной	472 Сб.1996г.	180	3,916	5,396	31,644	0,016	185,040	31,644	5,396	3,916	0,016	0,016	0,016	49,572	115,092	39,366	1,668
	283 Сб.2008г.	180	0,878	0,180	9,940	0,005	185,040	31,644	5,396	3,916	0,005	0,005	0,005	30,740	21,137	16,470	4,158
	283 Сб.2008г.	180	0,878	0,180	9,940	0,022	185,040	31,644	5,396	3,916	0,022	0,022	0,022	4,000	13,000	2,800	0,180
	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	0,033	126,104	32,139	126,104	0,878	0,033	0,033	0,033	4,000	13,000	2,800	0,180
	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	0,016	126,104	32,139	126,104	0,878	0,016	0,016	0,016	4,000	13,000	2,800	0,180
	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	0,016	126,104	32,139	126,104	0,878	0,016	0,016	0,016	4,000	13,000	2,800	0,180
	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	0,024	126,104	32,139	126,104	0,878	0,024	0,024	0,024	4,000	13,000	2,800	0,180
Среда														Обед			
2-я неделя														Обед			
Салат из моркови и яблок/Салат из помидоров*	11 Сб.2008г.	060	0,512	6,031	8,678	0,024	89,400	8,678	6,031	0,512	0,024	0,024	0,024	18,702	21,210	15,708	0,085
Борщ с капустой и картофелем, со сметаной	11 Сб.2008г.	100	0,863	7,750	14,464	0,040	149,000	14,464	7,750	0,863	0,040	0,040	0,040	31,170	35,350	26,180	0,142
Биточки с соусом	110 Сб.1996г.	210	3,833	5,522	11,708	0,048	96,080	11,708	5,522	3,833	0,048	0,048	0,048	37,900	45,972	27,120	56,044
Картофельное пюре	423 Сб.1996г.	90	10,843	10,030	9,974	0,025	133,166	9,974	10,030	10,843	0,025	0,025	0,025	5,792	14,492	4,558	36,970
Компот из сухофруктов	423 Сб.1996г.	100	12,665	13,566	12,404	0,161	175,920	12,404	10,030	10,843	0,161	0,161	0,161	6,539	3,894	4,846	27,818
Хлеб пшеничный	472 Сб.1996г.	150	3,263	4,497	26,370	0,005	154,200	26,370	4,497	3,263	0,005	0,005	0,005	41,310	96,910	32,805	1,390
Хлеб ржаной	472 Сб.1996г.	180	3,916	5,396	31,644	0,016	185,040	31,644	5,396	3,916	0,016	0,016	0,016	49,572	115,092	39,366	1,668
	283 Сб.2008г.	180	0,878	0,180	9,940	0,005	185,040	31,644	5,396	3,916	0,005	0,005	0,005	30,740	21,137	16,470	4,158
	283 Сб.2008г.	180	0,878	0,180	9,940	0,022	185,040	31,644	5,396	3,916	0,022	0,022	0,022	4,000	13,000	2,800	0,180
	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	0,033	126,104	32,139	126,104	0,878	0,033	0,033	0,033	4,000	13,000	2,800	0,180
	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	0,016	126,104	32,139	126,104	0,878	0,016	0,016	0,016	4,000	13,000	2,800	0,180
	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	0,016	126,104	32,139	126,104	0,878	0,016	0,016	0,016	4,000	13,000	2,800	0,180
	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	0,024	126,104	32,139	126,104	0,878	0,024	0,024	0,024	4,000	13,000	2,800	0,180
Среда														Обед			
2-я неделя														Обед			
Салат из моркови и яблок/Салат из помидоров*	11 Сб.2008г.	060	0,512	6,031	8,678	0,024	89,400	8,678	6,031	0,512	0,024	0,024	0,024	18,702	21,210	15,708	0,085
Борщ с капустой и картофелем, со сметаной	11 Сб.2008г.	100	0,863	7,750	14,464	0,040	149,000	14,464	7,750	0,863	0,040	0,040	0,040	31,170	35,350	26,180	0,142
Биточки с соусом	110 Сб.1996г.	210	3,833	5,522	11,708	0,048	96,080	11,708	5,522	3,833	0,048	0,048	0,048	37,900	45,972	27,120	56,044
Картофельное пюре	423 Сб.1996г.	90	10,843	10,030	9,974	0,025	133,166	9,974	10,030	10,843	0,025	0,025	0,025	5,792	14,492	4,558	36,970
Компот из сухофруктов	423 Сб.1996г.	100	12,665	13,566	12,404	0,161	175,920	12,404	10,030	10,843	0,161	0,161	0,161	6,539	3,894	4,846	27,818
Хлеб пшеничный	472 Сб.1996г.	150	3,263	4,497	26,370	0,005	154,200	26,370	4,497	3,263	0,005	0,005	0,005	41,310	96,910	32,805	1,390
Хлеб ржаной	472 Сб.1996г.	180	3,916	5,396	31,644	0,016	185,040	31,644	5,396	3,916	0,016	0,016	0,016	49,572	115,092	39,366	1,668
	283 Сб.2008г.	180	0,878	0,180	9,940	0,005	185,040	31,644	5,396	3,916	0,005	0,005	0,005	30,740	21,137	16,470	4,158
	283 Сб.2008г.	180	0,878	0,180	9,940	0,022	185,040	31,644	5,396	3,916	0,022	0,022	0,022	4,000	13,000	2,800	0,180
	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	0,033	126,104	32,139	126,104	0,878	0,033	0,033	0,033	4,000	13,000	2,800	0,180
	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	0,016	126,104	32,139	126,104	0,878	0,016	0,016	0,016	4,000	13,000	2,800	0,180
	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	0,016	126,104	32,139	126,104	0,878	0,016	0,016	0,016	4,000	13,000	2,800	0,180
	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	0,024	126,104	32,139	126,104	0,878	0,024	0,024	0,024	4,000	13,000	2,800	0,180
Среда														Обед			
2-я неделя														Обед			
Салат из моркови и яблок/Салат из помидоров*	11 Сб.2008г.	060	0,512	6,031	8,678	0,024	89,400	8,678	6,031	0,512	0,024	0,024	0,024	18,702	21,210	15,708	0,085
Борщ с капустой и картофелем, со сметаной	11 Сб.2008г.	100	0,863	7,750	14,464	0,040	149,000	14,464	7,750	0,							

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
			Белки	Жиры	Углеводы										
2-я неделя															
Четверг															
Огурцы соленые	1-4 классы 24 С6.1996г.	040	1,120		0,520	6,440					10,000	8,000			0,480
	5-11 классы	040	1,120		0,520	6,440					10,000	8,000			0,480
Плов из говядины	1-4 классы 193 С6.2008г.	200	17,671	16,213	40,528	362,073	0,106				2,697	2,849	21,137		3,101
	5-11 классы	250	17,996	17,934	54,034	433,536	0,126				3,650	3,995	90,771		27,628
Чай с сахаром	1-4 классы 628 С6.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267					0,346				0,953
	5-11 классы	200	0,200	0,051	15,010	57,267					0,346				0,953
Хлеб пшеничный	1-4 классы ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033				0,500	0,500	4,200		0,270
	5-11 классы	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033				0,500	0,500	4,200		0,270
Хлеб ржаной	1-4 классы ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024				0,500	0,500	5,700		0,600
	5-11 классы	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024				0,500	0,500	5,700		0,600
2-я неделя															
Четверг															
Салат из белокочанной капусты/Салат из огурцов*	1-4 классы 62 С6.1997г.	060	0,929	3,003	5,968	53,564	0,032				2,478	17,963	9,848		0,469
	5-11 классы	100	1,550	5,005	9,951	89,292	0,053				4,149	29,959	16,424		0,816
Суп картофельный с горохом	1-4 классы 138 С6.1996г.	200	4,746	4,302	18,572	127,580	0,202				3,215	69,500	28,200		1,555
	5-11 классы	250	5,933	5,378	23,215	159,475	0,253				4,019	86,875	35,250		1,945
Котлеты из минтая с соусом	1-4 классы 162 С6.2008г.	90	9,080	5,499	9,271	95,702	0,057				1,717	14,986	29,764		28,195
	5-11 классы	100	10,384	7,516	12,206	129,098	0,078				2,39	20,153	40,117		28,422
Картофель и овощи тушеные	1-4 классы 251 С6.1997г.	150	3,676	11,419	35,220	250,013	0,215				4,787	23,400	108,525		1,622
	5-11 классы	180	4,410	13,703	42,264	300,075	0,298				5,745	28,080	130,230		1,946
Сок фруктовый	1-4 классы 293 С6.2008г.	180	0,900		21,060	84,600	0,018				14,400	16,200	9,000		0,360
	5-11 классы	180	0,900		21,060	84,600	0,018				14,400	16,200	9,000		0,360
Хлеб пшеничный	1-4 классы ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022				0,280	4,000	13,000		0,180
	5-11 классы	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033				0,500	0,500	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		0,400
	5-11 классы	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024				0,500	0,500	5,700		0,600
Обед															
Завтрак	1-4 классы 600	600	22,924	16,834	80,692	660,680	0,163				55,881	121,723	31,037		4,604
	5-11 классы	650	23,249	18,565	94,098	622,043	0,183				64,687	144,371	37,628		4,862
Итого:	1-4 классы	720	21,953	24,603	106,447	694,669	0,562				11,677	111,684	272,362		32,802
	5-11 классы	870	27,110	32,172	133,230	887,280	0,717				148,702	348,981	165,169		34,369

* - действует с 01 марта

Циклическое меню

Наименование блюда	№ рецептуры	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)						
		Белки	Жиры	Углеводы		B1	C	A	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо				
														В1	C	A	E
2-я неделя																	
Пятница																	
Икра кабачковая(порционно)	31 С6.1997г.	0,400	1,800	1,720	34,400	0,004	1,400						8,200	13,400	7,000	1,400	
Стейк(Шницель) из курицы с соусом	520 С6.1997г.	0,600	2,700	2,850	36,600	0,006	2,100						12,300	20,100	10,500	2,100	
Макаронные изделия отварные	469 С6.1996г.	11,848	8,585	2,087	119,992	0,006	0,960	0,003	1,306				2,764	5,192	2,472	36,838	
Компот из кураги	520 С6.1997г.	12,895	9,188	5,094	207,500	0,004	0,720	0,002	1,798				2,073	3,894	1,854	27,628	
Хлеб пшеничный	465 С6.1996г.	5,365	4,285	37,217	203,790	0,087	1,050	0,021	1,193				10,427	45,359	8,306	0,622	
Хлеб ржаной	465 С6.1996г.	6,437	5,117	46,011	244,528	0,105	1,480	0,025	1,481				12,512	54,426	9,967	0,746	
	280 С6.2008г.	1,924	1,924	44,343	176,440	0,037	1,480						635,690	54,020	38,850	0,060	
	ГОСТ 27844-88	1,520	0,180	44,343	176,440	0,037	1,480						635,690	54,020	38,850	0,060	
	ГОСТ 27844-88	1,900	0,225	12,425	56,500	0,028	0,420						4,000	13,000	2,800	0,180	
	ГОСТ 26983-2015	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016	0,280						5,000	16,250	3,500	0,225	
	ГОСТ 26983-2015	1,378	0,250	8,020	47,500	0,020	0,420						5,250	21,750	4,750	0,500	
2-я неделя																	
Пятница																	
Салат Степной	111 С6.2008г.	1,076	9,148	4,969	104,362	0,059	8,160	0,021	2,794				9,948	39,036	13,884	0,576	
Суп из овощей	132 С6.1996г.	3,514	3,525	10,490	76,426	0,073	17,800	0,035					16,580	65,060	23,140	0,960	
Тфтели с соусом	423 С6.1996г.	6,802	7,114	9,623	121,904	0,022	2,460						18,880	40,380	17,180	0,636	
Рис отварной	465 С6.1996г.	3,868	5,218	41,803	158,764	0,044	2,820						23,600	50,475	21,475	0,795	
Чай с лимонном	629 С6.1996г.	4,641	6,261	50,163	262,845	0,053	2,801	0,027	0,402				8,822	20,641	5,957	37,071	
Хлеб пшеничный	629 С6.1996г.	0,243	0,046	13,761	53,710	0,003	2,801	0,032	0,482				10,677	25,617	6,746	27,956	
Хлеб ржаной	ГОСТ 27844-88	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022	0,280						14,580	53,730	11,543	0,986	
	ГОСТ 27844-88	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033	0,280						17,496	64,476	13,951	1,183	
	ГОСТ 26983-2015	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016	0,280						3,111	1,540	0,840	0,090	
	ГОСТ 26983-2015	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024	0,280						3,111	1,540	0,840	0,090	
													6,000	19,500	4,200	0,270	
													4,200	17,400	3,800	0,400	
													6,300	26,100	5,700	0,600	
Завтрак																	
ИТОГО:		500	21,969	16,010	101,763	0,172	3,840	0,024	3,059				666,281	148,371	63,228	39,500	
	1-4 классы	560	25,134	17,480	118,473	0,200	4,300	0,027	4,069				672,825	170,440	69,421	31,269	
	5-11 классы	727	18,125	25,431	97,002	0,239	31,221	0,048	7,462				83,764	185,727	66,004	39,939	
	1-4 классы	877	21,704	35,943	121,636	0,329	41,471	0,067	5,973				83,764	252,768	76,962	31,864	
	5-11 классы																

* - действует с 01 марта

Циклическое меню

Наименование блюда	№ рецептуры	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
		Вес блюда	Белки	Жиры		Углеводы	B1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак														
Суббота														
2-я неделя														
Сельдь с гарниром	1-4 классы 83 С6.1996г.	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 С6.1996г.	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 С6.1996г.	200	20,835	25,910	3,362	329,800	0,125	0,571	0,563	3,323	155,233	335,804	90,570	4,705
	5-11 классы 284 С6.1996г.	230	23,819	31,052	3,769	389,634	0,143	0,657	0,670	3,821	178,519	386,180	104,158	5,410
Чай с сахаром	1-4 классы 628 С6.1996г.	200	0,200	0,051	15,070	57,267		0,001			0,346			0,063
	5-11 классы 628 С6.1996г.	200	0,200	0,051	15,070	57,267		0,001			0,346			0,063
Хлеб пшеничный	1-4 классы ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022			0,280	6,000	13,000	2,800	0,180
	5-11 классы ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270
Хлеб ржаной	1-4 классы ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400
	5-11 классы ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600
Обед														
Суббота														
2-я неделя														
Оурцы солёные	1-4 классы 24 С6.1996г.	020	0,560		0,260	3,220					5,000	4,000		0,240
	5-11 классы 24 С6.1996г.	030	0,840		0,390	4,830					7,500	6,000		0,360
Суп картофельный с макаронными изделиями	1-4 классы 139 С6.1996г.	200	2,272	2,138	19,156	100,420	0,094	13,200		1,343	14,000	50,800	19,240	0,710
	5-11 классы 139 С6.1996г.	250	2,840	2,673	23,945	125,525	0,118	16,500		1,343	17,500	63,500	24,050	0,887
ЕЖИКИ в соусе	1-4 классы 202 С6.2008г.	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 С6.2008г.	100	13,301	12,414	15,784	200,764	0,027	2,820	0,002	1,788	10,677	25,617	6,746	27,956
Картофель отварной	1-4 классы 239 С6.2008г.	150	3,094	0,195	30,474	128,393	0,186	30,938			15,469	89,720	35,579	1,392
	5-11 классы 239 С6.2008г.	180	3,713	0,196	36,569	154,073	0,223	37,126			18,563	107,665	42,685	1,671
Сок фруктовый	1-4 классы 293 С6.2008г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000			16,000	18,000	10,000	0,400
	5-11 классы 293 С6.2008г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000			16,000	18,000	10,000	0,400
Хлеб пшеничный	1-4 классы ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180
	5-11 классы ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270
Хлеб ржаной	1-4 классы ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400
	5-11 классы ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600
Итого:														
Завтрак	1-4 классы	600	27,897	34,439	39,196	666,382	0,189	4,662	0,696	6,786	188,666	436,666	116,016	413,719
	5-11 классы	660	32,192	39,771	47,781	667,816	0,226	4,848	0,682	7,723	216,962	601,242	132,903	414,714
Обед	1-4 классы	700	20,360	12,787	103,489	673,137	0,360	60,698	0,003	3,209	67,491	213,661	77,376	40,393
	5-11 классы	820	26,627	15,643	124,622	703,992	0,446	60,446	0,002	4,141	82,640	266,382	93,391	32,144