

СОГЛАСОВАНО:
Директор ГБОУ СОШ(ООШ) *и 34 г. Св.Знаме*

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



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

Осенне-зимнее (весеннее - *)

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																
Завтрак		1-я неделя														
		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	10,843	10,030	9,974	133,166	0,020	1,160	0,003	1,306	14,492	4,558	36,970	
		5-11 классы	423 Сб.1996г.	100	12,665	13,566	12,404	175,920	0,025	1,020	0,002	2,210	6,539	3,894	27,818	
		1-4 классы	469 Сб.1996г.	150	5,365	4,265	37,247	203,790	0,087		0,021	1,193	10,427	45,359	8,306	0,622
		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
		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	
		1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180
5-11 классы	ГОСТ 27844-88	025	1,900	0,250	12,425	56,500	0,028			0,420	5,000	16,250	3,500	0,225		
1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400		
5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	025	1,378	0,250	8,020	47,500	0,020			0,420	5,250	21,750	4,750	0,500		
Обед																
Понедельник		1-я неделя														
		1-4 классы	60 Сб.1996г.	060	0,660	5,280	3,500	64,500	0,035	5,520		2,696	14,130	26,268	12,198	0,490
		5-11 классы	60 Сб.1996г.	100	1,100	8,800	5,815	107,492	0,058	9,200		4,494	23,550	43,780	20,330	0,816
		1-4 классы	138 Сб.1996г.	200	4,746	4,302	18,572	127,580	0,202	9,300		3,215	25,820	68,500	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
		1-4 классы	423 Сб.1996г.	090	8,944	10,030	9,974	133,166	0,020	1,160	0,003	1,306	5,792	14,492	4,558	36,970
		5-11 классы	423 Сб.1996г.	100	11,340	13,566	12,404	175,920	0,025	1,020	0,002	2,210	6,539	3,894	27,818	
		1-4 классы	482 Сб.1996г.	150	3,593	5,267	16,511	123,461	0,111	88,320		2,241	63,598	62,415	31,572	84,606
		5-11 классы	482 Сб.1996г.	180	4,316	6,321	19,838	148,280	0,133	105,985		2,589	100,330	74,925	37,886	101,068
		1-4 классы	283 Сб.2008г.	180	0,878		32,139	126,104	0,005	0,549			30,740	21,137	16,470	4,158
5-11 классы	283 Сб.2008г.	180	0,878		32,139	126,104	0,005	0,549			30,740	21,137	16,470	4,158		
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		
Завтрак		1-я неделя														
		1-4 классы	81,707	497,623	0,225	1,161	0,024	3,059	33,965	90,251	19,464	38,309				
		5-11 классы	98,550	612,015	0,298	1,021	0,027	4,481	43,447	96,320	23,063	29,468				
		1-4 классы	97,052	658,011	0,411	104,849	0,003	10,018	168,280	224,212	99,598	128,560				
Обед		1-я неделя														
		1-4 классы	117,945	842,071	0,531	128,379	0,002	14,412	205,734	276,211	124,682	136,675				

* - 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		1-я неделя													
Сыр	1-4 классы	СТО 71 063300-003-2012	016	3,580	3,500		47,400		0,510	0,025	0,060	129,000	102,000	6,800	136,000
	5-11 классы	СТО 71 063300-003-2012	016	3,580	3,500		47,400		0,510	0,025	0,060	129,000	102,000	6,800	136,000
	1-4 классы	109 СБ 2008г.	220	4,988	8,935	25,262	190,354	0,151	1,320	0,066	2,256	176,895	203,345	44,880	1,366
	5-11 классы	109 СБ 2008г.	260	10,199	10,806	36,465	283,900	0,201	1,760	0,075	3,135	234,760	270,490	59,740	1,810
	1-4 классы	109 СБ 2008г.	25	0,000	0,210	16,355	16,355	0,020	4,000			14,000	14,000	8,000	0,600
Паста Ассорти фруктовая 1шт.	5-11 классы		25	0,000	0,210	16,355	16,355	0,020	4,000			14,000	14,000	8,000	0,600
	1-4 классы	762СБ 1997г.	200	3,580	2,728	17,070	138,000	0,027	0,900	0,018	0,081	109,170	81,900	12,600	0,941
	5-11 классы	762СБ 1997г.	200	3,580	2,728	17,070	138,000	0,027	0,900	0,018	0,081	109,170	81,900	12,600	0,941
	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
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2018	060	3,950	0,500	25,950	118,000	0,075			1,250	12,500	41,000	16,500	0,750
Вторник		1-я неделя													
Винегрет овощной	1-4 классы	60 СБ 1996г.	060	1,167	6,193	5,485	79,707	0,035	5,520		2,696	14,130	26,268	12,198	0,490
	5-11 классы	60 СБ 1996г.	100	1,945	8,321	9,142	132,845	0,058	9,200		4,494	23,550	43,780	20,330	0,816
	1-4 классы	120 СБ 1996г.	220	1,804	5,530	8,801	85,780	0,066	26,510	0,006	1,774	37,540	43,204	18,240	19,102
	5-11 классы	120 СБ 1996г.	260	2,181	6,538	10,929	104,325	0,082	33,125	0,006	2,214	44,675	52,455	22,550	23,875
	1-4 классы	293 СБ 2015г.	180	13,826	12,069	21,343	249,641	0,201	28,500			806,489	86,914	35,855	2,530
Пельмени отварные с бульоном	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
	1-4 классы	280 СБ 2008г.	200	1,924	44,343	176,440	176,440	0,037	1,480			635,690	54,020	38,850	0,060
	5-11 классы	280 СБ 2008г.	200	1,924	44,343	176,440	176,440	0,037	1,480			635,690	54,020	38,850	0,060
	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 пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,553	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600
Завтрак	1-4 классы	1-4 классы	501	15,308	15,773	79,447	486,509	0,258	6,730	0,109	3,397	438,865	434,045	85,480	139,507
	5-11 классы	5-11 классы	551	21,309	17,744	95,840	603,655	0,323	7,170	0,118	4,526	499,430	509,360	103,640	140,101
	1-4 классы	1-4 классы	740	21,343	24,202	96,328	674,768	0,377	62,010	0,006	5,030	1602,049	171,743	22,762	22,762
	5-11 классы	5-11 классы	840	29,329	32,067	118,771	884,946	0,492	81,805	0,006	7,708	1505,441	311,709	139,105	28,583
	Обед														
ИТОГО:	Завтрак														

ЦИКЛИЧЕСКОЕ МЕНЮ

Наименование блюда		№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)		Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
1-я неделя			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Среда															
Огурцы соленные	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		2,255	14,540	19,460	46,062	92,582
	1-4 классы		150	3,263	4,497	26,370	154,200	0,161	25,875	0,026	0,144	41,310	95,910	32,805	1,390
	5-11 классы		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		200	0,080		33,552	127,760	0,004	0,720			0,480	2,400	4,000	0,152
	5-11 классы		200	0,080		33,552	127,760	0,004	0,720			0,480	2,400	4,000	0,152
	1-4 классы		020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180
	5-11 классы		025	1,900	0,250	12,425	56,500	0,028			0,420	5,000	16,250	3,500	0,225
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	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	
Хлеб ржаной															
	Обед														
Салат из свежлы отварной	1-я неделя														
	1-4 классы	23 Сб.2008г.	060	0,969	6,997	6,156	109,330	0,011	5,700		1,340	21,090	24,510	24,510	0,798
	5-11 классы	23 Сб.2008г.	100	1,615	8,995	10,260	145,550	0,019	9,500		2,233	33,150	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	24,050	0,887
	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	24,050	0,887
	1-4 классы	193 Сб.2008г.	150	10,849	10,407	34,868	265,808	0,106	2,697		2,849	33,235	68,123	21,137	3,101
	5-11 классы	193 Сб.2008г.	200	14,671	16,213	40,528	362,073	0,126	3,595		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
	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
Хлеб пшеничный	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033		0,500	6,000	19,500	4,200	0,270	
	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016		0,280	4,200	17,400	3,800	0,400	
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:	1-я неделя														
	Завтрак		500	15,469	14,907	86,512	501,546	0,259	30,295	0,026	1,980	69,530	162,170	82,547	94,847
	Обед		560	19,454	19,462	98,435	597,550	0,311	35,470	0,031	3,267	82,342	180,952	97,678	95,487
			700	17,480	20,508	96,335	641,130	0,273	24,898	0,000	6,092	80,371	186,533	76,297	5,419
			810	23,259	28,502	114,277	815,215	0,320	29,596	0,000	8,226	107,237	240,721	102,428	6,589

• - действует с 01 марта

Циклическое меню

Наименование блюда		№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)					
Четверг	1-я неделя			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо		
Завтрак																	
Горошек зеленый консервированный Голубцы ленивые с соусом Макаронные изделия отварные Сок фруктовый Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	1-4 классы	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		
	1-4 классы	428 С6.1996г.	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 С6.1996г.	100	11,355	13,566	12,415	176,020	0,025	0,970		1,798	6,379	17,384	4,856	27,818		
	1-4 классы	469 С6.1996г.	150	5,365	4,265	37,247	203,790	0,087		0,021	1,193	10,427	45,359	8,306	0,622		
	5-11 классы	469 С6.1996г.	180	6,437	5,117	46,011	244,528	0,105		0,025	1,431	12,512	54,426	9,987	0,746		
	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		
	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180		
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	025	1,900	0,250	12,425	56,500	0,028			0,420	5,000	16,250	3,500	0,225		
1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400			
5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	025	1,378	0,250	8,020	47,500	0,020			0,420	5,250	21,750	4,750	0,500			
Обед																	
Салат из свежих помидоров, яблок и консервированных огурцов Борщ с капустой и картофелем со сметаной ЕЖИКИ в соусе Каша гречневая рассыпчатая Напиток из шиповника Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	1-4 классы	37 С6.2015г.	060	0,498	3,596	3,137	46,375	0,044	7,078		0,813	12,707	28,457	10,584	0,583		
	5-11 классы	37 С6.2015г.	100	0,830	5,994	5,228	77,291	0,073	11,796		1,354	21,177	47,427	17,639	0,888		
	1-4 классы	110 С6.1996г.	210	3,833	5,522	11,708	96,080	0,048	16,830	0,006	1,819	37,900	45,972	27,120	56,044		
	5-11 классы	110 С6.1996г.	260	4,217	6,528	14,562	117,200	0,060	21,025	0,006	2,270	45,125	55,915	33,650	70,053		
	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	1,798	10,677	25,617	6,746	27,966		
	1-4 классы	463 С6.1996г.	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 С6.1996г.	180	8,715	6,460	32,561	278,971	0,306		0,025	4,989	36,456	185,444	0,189	3,580		
	1-4 классы	289 С6.2008г.	180	0,720		24,273	96,705	0,027	216,000		0,308	12,150	3,600	3,600	5,081		
	5-11 классы	289 С6.2008г.	180	0,720		24,273	96,705	0,027	216,000		0,308	12,150	3,600	3,600	5,081		
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			
Завтрак																	
ИТОГО:	1-4 классы		500	17,237	15,215	87,873	547,190	0,189	7,150	0,024	3,299	43,784	119,771	33,854	38,723		
	5-11 классы		560	23,000	19,783	104,401	630,848	0,231	7,370	0,027	4,429	49,941	143,710	39,373	29,899		
Обед	1-4 классы		730	26,191	24,996	95,640	718,849	0,434	242,368	0,030	8,966	110,175	283,691	54,019	102,294		
	5-11 классы		880	31,716	31,966	116,942	895,731	0,560	251,641	0,033	11,719	137,885	363,603	71,724	108,428		

* - 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
Пятница		1-я неделя													
Фрукты	1-4 классы	24 СБ 1996г	150	0,600		14,700	57,000								
	5-11 классы	24 СБ 1996г	150	0,600		14,700	57,000								
	1-4 классы	114 СБ 2008г	160	11,586	14,844	29,730	265,000	0,019		0,020	0,293	5,919	23,407	5,001	0,452
	5-11 классы	114 СБ 2008г	210	12,760	17,584	37,963	314,077	0,025		0,020	0,352	8,792	30,786	6,618	0,594
	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 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		1-я неделя													
Салат из белокочанной капусты/Салат из огурцов*	1-4 классы	62 СБ 1997г	060	0,929	3,003	5,968	53,564	0,032	23,950		1,298	24,878	17,963	9,848	0,489
	5-11 классы	62 СБ 1997г	100	1,550	5,005	9,951	89,292	0,053	39,950		2,163	41,494	29,959	16,424	0,816
	1-4 классы	42 СБ 2008г	210	2,288	5,588	16,298	116,572	0,085	12,850	0,006	1,771	24,280	54,000	19,240	0,808
	5-11 классы	42 СБ 2008г	260	2,785	6,610	20,300	142,815	0,106	16,050	0,006	2,211	28,100	65,950	23,800	1,007
	1-4 классы	520 СБ 1997г	090	11,648	8,565	2,097	169,992	0,006	0,960	0,003	1,306	2,764	5,192	2,472	36,838
Стейк(Шницель) из курицы с соусом	5-11 классы	520 СБ 1997г	100	12,895	9,188	5,094	207,500	0,004	0,720	0,002	1,798	2,073	3,894	1,854	27,628
	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
Картофель и овощи тушеные	5-11 классы	251 СБ 1997г	180	4,410	13,703	42,264	300,015	0,258	42,760		5,745	28,080	130,230	52,290	1,946
	1-4 классы	283 СБ 2008г	180	0,878	32,139	126,104	126,104	0,005	0,549			30,740	21,137	16,470	4,158
Компот из сухофруктов	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
	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270
Хлеб пшеничный	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	36,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400
	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,500
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	0,500
ИТОГО:	Завтрак	1-4 классы	537	15,59	15,29	78,95	470,110	0,08	2,80	0,02	1,29	20,03	57,75	19,04	1,14
		5-11 классы	597	17,55	18,13	92,37	542,787	0,10	2,80	0,02	1,60	24,40	73,33	23,96	1,43
		1-4 классы	730	22,040	28,955	108,078	799,445	0,361	73,934	0,009	9,722	114,262	237,217	98,205	44,985
	Обед	5-11 классы	880	26,451	35,076	134,282	990,526	0,483	100,019	0,008	12,917	142,787	296,770	120,738	36,425
		5-11 классы													

* - 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													
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	423 Сб.1996г.	090	8,944	10,030	9,974	133,166	0,020	1,160	0,003	1,306	5,792	14,492	4,558	36,970
	5-11 классы	423 Сб.1996г.	100	11,340	13,566	12,404	175,920	0,025	1,020	0,002	2,210	6,539	3,894	4,846	27,818
	1-4 классы	482 Сб.1996г.	150	3,593	5,267	20,611	148,561	0,111	88,320		2,241	83,598	62,415	31,572	84,606
	5-11 классы	482 Сб.1996г.	180	4,316	6,321	23,938	168,280	0,133	105,985		2,689	100,330	74,925	37,886	101,068
	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
	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	025	1,900	0,250	12,425	56,500	0,028			0,420	5,000	16,250	3,500	0,225
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	025	1,378	0,250	8,020	47,500	0,020			0,420	5,250	21,750	4,750	0,500
		Обед													
Суббота		1-я неделя													
Горошек зеленый консервированный	1-4 классы	31 Сб.1997г.	020	0,620	0,400	1,420	8,200	0,022	2,000			3,200	10,600	4,200	0,140
	5-11 классы	31 Сб.1997г.	030	0,930	0,600	2,130	12,300	0,033	3,000			4,800	15,900	6,300	0,210
	1-4 классы	132 Сб.1996г.	200	3,514	3,525	10,490	76,426	0,073	17,800		1,550	18,880	40,380	17,180	0,636
	5-11 классы	132 Сб.1996г.	250	3,893	4,406	13,113	95,533	0,091	22,250		1,937	23,600	50,475	21,475	0,795
	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	12,665	13,566	12,404	175,920	0,025	1,020	0,002	2,210	6,539	3,894	4,846	27,818
	1-4 классы	463 Сб.1996г.	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 Сб.1996г.	180	8,715	6,460	32,561	278,971	0,306		0,025	4,989	36,456	185,444	0,189	3,590
	1-4 классы	293 Сб.2008г.	180	0,900		21,060	84,600	0,018	3,600			14,400	16,200	9,000	0,360
	5-11 классы	293 Сб.2008г.	180	0,900		21,060	84,600	0,018	3,600			14,400	16,200	9,000	0,360
Хлеб 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
	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
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600
Завтрак		1-я неделя													
ИТОГО:	1-4 классы	500	15,76	17,63	63,67	446,694	0,17	90,88	0,00	4,11	106,14	120,71	49,73	123,61	
	5-11 классы	560	19,73	23,14	74,38	542,067	0,21	109,11	0,00	5,74	129,77	136,92	61,48	131,76	
Обед	1-4 классы	680	26,215	19,719	85,623	618,177	0,426	24,560	0,024	7,816	80,868	266,693	41,686	41,671	
	5-11 классы	800	31,036	26,602	105,802	772,124	0,530	29,870	0,027	10,496	99,095	317,513	51,710	33,633	
Средний % пищевой ценности за неделю	1-4 классы	506	16,515	15,667	79,694	491,595	0,198	23,170	0,034	2,856	118,718	162,449	48,353	72,690	
	5-11 классы	565	20,780	19,722	93,896	588,154	0,246	27,256	0,038	4,907	138,221	190,098	58,199	71,359	
	1-4 классы	710	22,452	23,940	96,509	685,063	0,384	88,770	0,012	7,941	342,668	239,859	80,260	57,500	
	5-11 классы	847	28,215	31,308	118,003	866,769	0,484	103,552	0,013	10,913	239,530	301,068	101,731	58,389	

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															
Горячий бутерброд Пикантный	1-4 классы	384 С6.2008г.	055	3,317	1,980	17,822	93,577	0,022		0,021	0,280	4,000	13,000	2,800	0,180		
	5-11 классы	384 С6.2008г.	065	3,900	2,340	21,063	110,591	0,033		0,025	0,500	6,000	19,500	4,200	0,270		
	1-4 классы	102 С6.2008г.	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 С6.2008г.	260	10,598	7,324	31,238	210,936	0,097		0,040	0,769	10,603	50,216	17,412	1,316		
	1-4 классы	762С6.1997г.	200	3,580	2,728	17,070	138,000	0,027	0,900	0,018	0,081	109,170	81,900	12,600	0,941		
	5-11 классы	762С6.1997г.	200	3,580	2,728	17,070	138,000	0,027	0,900	0,018	0,081	109,170	81,900	12,600	0,941		
Какао растворимый	1-4 классы	29 С6.1997г.	025	0,800	7,550	15,070	131,500										
	5-11 классы	29 С6.1997г.	025	0,800	7,550	15,070	131,500										
Кондитерские изделия																	
Понедельник		2-я неделя															
Салат из свежкы отварной	1-4 классы	23 С6.2008г.	060	0,969	6,997	6,156	109,330	0,011	5,700		1,340	21,090	24,510	24,510	0,798		
	5-11 классы	23 С6.2008г.	100	1,615	8,995	10,260	145,550	0,019	9,500		2,233	35,150	40,850	40,850	1,330		
	1-4 классы	133 С6.1996г.	200	1,560	3,338	13,576	55,532	0,094	13,200		1,074	14,000	50,800	19,240	0,710		
	5-11 классы	133 С6.1996г.	250	1,947	4,105	16,951	69,329	0,118	16,500		1,343	17,500	63,500	24,050	0,887		
	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	37,071		
	5-11 классы	423 С6.1996г.	100	7,201	9,414	11,784	158,764	0,027	2,820		2,554	10,677	25,617	6,746	27,956		
	1-4 классы	270 С6.1996г.	150	15,131	5,924	40,345	260,286	0,629		0,021	6,479	63,418	158,888	61,617	4,899		
	5-11 классы	270 С6.1996г.	180	17,358	8,908	48,015	312,349	0,755		0,025	7,775	76,103	190,671	73,942	5,879		
	1-4 классы	289 С6.2008г.	180	0,130	22,075	86,328	0,006	5,760				6,192	3,168	1,728	0,151		
	5-11 классы	289 С6.2008г.	180	0,130	22,075	86,328	0,006	5,760				6,192	3,168	1,728	0,151		
	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 пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016		0,280	4,200	17,400	3,800	0,400			
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024		0,500	6,300	26,100	5,700	0,600			
Хлеб ржаной																	
ИТОГО:	Завтрак	1-4 классы	500	15,99	18,84	74,00	548,377	0,13	0,90	0,08	1,04	122,44	137,08	29,96	2,23		
		5-11 классы	550	18,878	19,942	84,441	591,027	0,157	0,900	0,083	1,350	125,773	151,516	34,212	2,527		
	Обед	1-4 классы	720	27,214	23,753	109,131	716,580	0,800	27,120	0,021	11,599	121,722	288,407	119,652	44,209		
		5-11 классы	870	32,184	31,992	133,619	897,120	0,982	34,580	0,025	14,905	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)				
	Вторник	2-я неделя		Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Огуцы порционно Котлеты Куриные с соусом Каша гречневая рассыпчатая Компот из свежих яблок Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	1-4 классы	522 С6.1996г.	020	0,140		0,380	2,000	0,004	1,400	0,006	0,020	3,400	8,400		0,004	
	5-11 классы	522 С6.1996г.	030	0,210		0,540	3,000	0,006	2,100	0,009	0,030	5,100	12,600		0,006	
	1-4 классы	423 С6.1996г.	090	8,944	10,030	9,974	133,166	0,020	1,160	0,003	1,306	5,792	14,492	4,558	38,970	
	5-11 классы	423 С6.1996г.	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	
	1-4 классы	463 С6.1996г.*	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 С6.1996г.	180	8,715	6,460	32,561	278,971	0,306		0,025	4,989	36,456	185,444	0,189	3,580	
	1-4 классы	702 С6.1997г.	200	0,080		33,552	127,760	0,004	0,720		0,480	2,400	4,000	0,152		
	5-11 классы	702 С6.1997г.	200	0,080		33,552	127,760	0,004	0,720		0,480	2,400	4,000	0,152		
	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180	
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	025	1,900	0,250	12,425	56,500	0,028			0,420	5,000	16,250	3,500	0,225	
Вторник	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400	
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	025	1,378	0,250	8,020	47,500	0,020			0,420	5,250	21,750	4,750	0,500	
	2-я неделя															
	Вторник		2-я неделя													
Винегрет овощной Уха ЕЖИКИ в соусе Макаронные изделия отварные Чай с лимоном Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	1-4 классы	60 С6.1996г.	060	1,167	6,193	5,485	79,707	0,035	5,520		2,696	14,130	26,268	12,198	0,490	
	5-11 классы	60 С6.1996г.	100	1,945	8,321	9,142	132,845	0,058	9,200		4,494	23,550	43,780	20,330	0,816	
	1-4 классы	72 С6.2008г.	200	3,970	2,840	16,232	102,530	0,086	26,510	0,006	1,774	37,540	43,240	18,240	19,102	
	5-11 классы	72 С6.2008г.	250	4,400	3,363	20,290	124,225	0,082	33,125	0,006	2,214	44,675	52,455	22,550	23,875	
	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	2,620	0,002	1,798	10,677	25,617	6,746	27,956	
	1-4 классы	469 С6.1996г.	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 С6.1996г.	180	6,437	5,117	46,011	244,528	0,105		0,025	1,431	12,512	54,426	9,967	0,746	
	1-4 классы	629 С6.1996г.	187	0,243	0,046	13,761	53,710	0,003	2,801			3,111	1,540	0,840	0,090	
	5-11 классы	629 С6.1996г.	187	0,243	0,046	13,761	53,710	0,003	2,801			3,111	1,540	0,840	0,090	
Вторник	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	
ИТОГО:	Завтрак	1-4 классы	500	19,502	15,794	86,565	576,711	0,321	3,280	0,030	6,046	48,268	210,313	15,316	40,691	
	Обед	5-11 классы	560	23,623	20,526	99,502	689,651	0,389	3,840	0,036	8,069	58,825	242,338	17,285	32,281	
	Обед	1-4 классы	727	24,169	102,934	686,841	686,841	0,251	37,291	0,030	7,529	92,230	167,412	52,141	57,955	
		5-11 классы	877	30,259	29,831	129,522	880,872	0,332	47,946	0,033	10,937	86,625	223,418	70,333	54,353	

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																	
Помидоры консервированные Пельмени отварные с бульоном Чай с сахаром Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	1-4 классы	24 С6.1996г.	040	1,120		0,520	6,440								10,000	8,000			0,480
	5-11 классы	24 С6.1996г.	050	1,400		0,650	8,050								12,500	10,000			0,600
	1-4 классы	293 С6.2015г.	240	13,846	12,100	21,451	300,136	0,201	28,500						806,489	86,914	35,855		2,530
	5-11 классы	293 С6.2015г.	280	19,366	16,639	29,931	457,031	0,258	38,000						29,226	115,854	47,475		2,962
	1-4 классы	628 С6.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001						0,346				0,053
	5-11 классы	628 С6.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001						0,346				0,053
	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																	
Салат из моркови и яблок/Салат из помидоров* Борщ с капустой и картофелем, со сметаной Бифтекс с соусом Картофельное пюре Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржаной		1-4 классы	11 С6.2008г.	060	0,512	6,031	8,678	89,400	0,024	2,154				2,751	18,702	21,210	15,708	0,085	
		5-11 классы	11 С6.2008г.	100	0,853	7,750	14,464	149,000	0,040	3,590					4,584	31,170	35,350	26,180	0,142
		1-4 классы	110 С6.1996г.	210	3,833	5,522	11,708	96,080	0,048	16,830	0,006	1,819	37,900	45,972	27,120	58,044			
		5-11 классы	110 С6.1996г.	260	4,217	6,528	14,562	117,200	0,060	21,025	0,005	2,270	45,125	55,915	33,650	70,053			
		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	36,970			
		5-11 классы	423 С6.1996г.	100	12,685	13,566	12,404	175,920	0,025	1,020	0,002	2,210	6,539	3,894	4,846	27,818			
		1-4 классы	472 С6.1996г.	150	3,263	4,497	26,370	154,200	0,161	25,875	0,026	0,144	41,310	95,910	32,805	1,390			
		5-11 классы	472 С6.1996г.	180	3,916	5,396	31,644	185,040	0,193	31,050	0,031	0,172	49,572	115,092	39,386	1,668			
		1-4 классы	283 С6.2008г.	180	0,878		32,139	126,104	0,005	0,549			30,740	21,137	16,470	4,158			
		5-11 классы	283 С6.2008г.	180	0,878		32,139	126,104	0,005	0,549			30,740	21,137	16,470	4,158			
Хлеб пшеничный Хлеб ржаной		1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022		0,280	4,000	13,000	2,800	0,180				
		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				
Завтрак Обед		2-я неделя																	
		2-я неделя																	
		2-я неделя																	
		2-я неделя																	
ИТОГО:		Завтрак		1-4 классы	17,788	12,531	53,337	447,043	0,217	28,500	0,000	0,280	820,689	112,314	39,655	3,410			
		5-11 классы		22,419	17,260	70,125	522,081	0,282	38,000	0,000	0,500	48,026	151,954	4,162	53,175	4,162			
		1-4 классы		21,951	26,460	105,225	682,150	0,296	46,568	0,035	6,580	142,644	276,121	103,261	99,227				
		5-11 классы		26,462	33,810	129,747	878,064	0,380	57,234	0,039	10,236	105,446	279,988	130,412	104,709				

* - действует с 01 марта

2

ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ

Наименование блюда		На рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)						
				* Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо			
Пятница		2-я неделя						Завтрак										
	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	2,590	36,600	0,006	2,100				12,300	20,100	10,500	2,100		
	1-4 классы	520 С6.1997г.	090	11,648	8,565	2,097	169,992	0,006	0,960	0,003	1,306		2,764	5,192	38,838			
	5-11 классы	520 С6.1997г. *	100	12,895	9,188	5,094	207,500	0,004	0,720	0,002	1,798		2,073	3,894	1,854	27,628		
	1-4 классы	469 С6.1996г.	150	5,365	4,265	37,247	203,790	0,087				10,427	45,359	8,306	0,622			
	5-11 классы	469 С6.1996г.	180	6,437	5,117	46,011	244,528	0,105				12,512	54,426	9,967	0,746			
	1-4 классы	280 С6.2008г.	200	1,924		44,343	176,440	0,037	1,480			635,690	54,020	38,850	0,060			
	5-11 классы	280 С6.2008г.	200	1,924		44,343	176,440	0,037	1,480			635,690	54,020	38,850	0,060			
	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022				0,280	4,000	13,000	2,800	0,180		
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	025	1,900	0,225	12,425	56,500	0,028				0,420	5,000	16,250	3,500	0,225		
	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016				0,280	4,200	17,400	3,800	0,400		
	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		
Обед																		
Пятница		2-я неделя							Обед									
	1-4 классы	111 С6.2008г.	060	1,076	9,148	4,969	104,362	0,059	8,160	0,021	2,794		9,948	39,036	13,884	0,576		
	5-11 классы	111 С6.2008г.	100	1,793	15,246	8,281	173,937	0,098	13,600	0,035			16,580	65,060	23,140	0,960		
	1-4 классы	132 С6.1996г.	200	3,514	3,525	10,490	76,426	0,073	17,800		1,550		18,890	40,380	17,180	0,636		
	5-11 классы	132 С6.1996г.	250	3,893	4,406	13,113	95,533	0,091	22,250		1,937		23,600	50,475	21,475	0,795		
	1-4 классы	423 С6.1996г.	090	6,802	7,114	9,623	121,904	0,022	2,460		2,145		8,822	20,641	5,957	37,071		
	5-11 классы	423 С6.1996г.	100	7,201	9,414	11,784	158,764	0,027	2,820		2,554		10,677	25,617	6,746	27,966		
	1-4 классы	465 С6.1996г.	150	3,868	5,218	41,803	219,038	0,044		0,027	0,402	14,580	53,730	11,543	0,966			
	5-11 классы	465 С6.1996г.	180	4,641	6,261	50,163	262,845	0,053		0,032	0,482	17,496	64,476	13,851	1,163			
	1-4 классы	629 С6.1996г.	187	0,243	0,046	13,761	53,710	0,003	2,801			3,111	1,540	0,840	0,090			
	5-11 классы	629 С6.1996г.	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	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			
ИТОГО:	Завтрак	500	21,959	15,010	101,763	657,822	0,172	3,840	0,024	3,059		665,281	148,371	63,228	39,500			
	Обед	5-11 классы	560	25,134	17,480	118,473	769,068	0,200	4,300	0,027	4,069		672,825	170,440	69,421	31,259		
		1-4 классы	727	18,125	25,431	97,002	658,640	0,239	31,221	0,048	7,452		63,541	185,727	56,004	39,939		
		5-11 классы	877	21,704	35,943	121,636	869,589	0,329	41,471	0,067	5,973		83,764	252,768	75,952	31,854		

* - действует с 01 марта

Циличное меню

Наименование блюда		№ рецептуры	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Суббота		2-я неделя												
Сельдь с гарниром	1-4 классы	83 С6.1996г.	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.	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 С6.1996г.	200	20,835	25,910	3,362	329,800	0,125	0,571	3,323	155,233	335,804	90,570	4,705
	5-11 классы	284 С6.1996г. *	230	23,819	31,052	3,769	399,634	0,143	0,657	3,821	178,519	388,180	104,158	5,410
	1-4 классы	628 С6.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267	0,001	0,001	0,346	0,346	0,346	0,053	0,053
	5-11 классы	628 С6.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267	0,001	0,001	0,346	0,346	0,346	0,053	0,053
	1-4 классы	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
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033	0,500	0,500	6,000	19,500	4,200	0,270
	1-4 классы	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
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,553	0,300	9,624	57,000	0,024	0,500	0,500	6,300	26,100	5,700	0,600
Суббота		2-я неделя												
Ороща соленые	1-4 классы	24 С6.1996г.	0,560		0,260	3,220					5,000	4,000		0,240
	5-11 классы	24 С6.1996г.	0,840		0,390	4,830					7,500	6,000		0,360
	1-4 классы	139 С6.1996г.	250	2,840	2,673	23,945	125,525	0,118	16,500	1,343	17,500	63,500	24,050	0,887
	5-11 классы	139 С6.1996г.	250	2,840	2,673	23,945	125,525	0,118	16,500	1,343	17,500	63,500	24,050	0,887
	1-4 классы	202 С6.2008г.	090	10,802	10,114	13,843	163,904	0,022	2,460	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	1,798	10,677	25,617	6,746	27,956
	1-4 классы	239 С6.2008г.	150	3,094	0,155	30,474	128,393	0,186	30,938		15,469	89,720	35,579	1,392
	5-11 классы	239 С6.2008г.	180	3,713	0,186	36,569	154,073	0,223	37,126		18,563	107,665	42,695	1,671
	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
Сок фруктовый	1-4 классы	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
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033	0,500	0,500	6,000	19,500	4,200	0,270
	1-4 классы	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
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,553	0,300	9,624	57,000	0,024	0,500	0,500	6,300	26,100	5,700	0,600
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	500	27,897	34,439	39,196	556,382	0,189	4,962	6,785	188,566	435,666	116,015	413,719
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	550	32,192	39,771	47,781	657,816	0,226	4,948	7,723	215,952	501,242	132,903	414,714
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	750	20,918	13,322	108,278	598,246	0,384	53,898	3,209	70,991	226,261	82,186	40,570
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	820	25,627	15,843	124,622	703,992	0,445	60,446	4,141	82,540	266,382	93,391	32,144
Средний % пищевой ценности за неделю	1-4 классы	5-11 классы	503	20,510	18,908	72,575	556,486	0,199	7,347	3,510	316,854	194,245	49,202	84,008
	5-11 классы	5-11 классы	560	24,249	22,256	85,737	641,948	0,240	9,264	4,394	197,565	226,994	57,421	81,633
	1-4 классы	5-11 классы	729	22,388	22,901	104,668	672,852	0,422	45,070	7,991	98,802	228,213	90,321	52,450
	5-11 классы	5-11 классы	866	27,224	29,932	128,729	852,820	0,531	56,983	10,252	125,867	289,657	115,579	49,082