

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 | | |
| Понедельник | | 1-я неделя | | | | | Завтрак | | | | | | | | |
| Кукуруза консервированная | 1-4 классы | 24 С6.1996г. | 020 | 0.700 | 0.560 | 3.120 | 20.200 | 0.080 | | | | | 9.200 | | |
| | 5-11 классы | 24 С6.1996г. | 030 | 1.050 | 0.840 | 4.680 | 30.300 | 0.120 | | | | | 13.800 | | |
| Биточки с соусом | 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 |
| | 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 |
| Макаронные изделия отварные | 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 |
| | 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 |
| Чай с сахаром | 1-4 классы | 628 С6.1996г. | 200 | 0.200 | 0.051 | 15.010 | 57.267 | | 0.001 | | | | 0.346 | | |
| | 5-11 классы | 628 С6.1996г. | 200 | 0.200 | 0.051 | 15.010 | 57.267 | | 0.001 | | | | 0.346 | | |
| 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 |
| | 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 |
| 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 |
| | 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 |
| Понедельник | | 1-я неделя | | | | | Обед | | | | | | | | |
| Винегрет овощной | 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 |
| | 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 |
| Суп картофельный с горохом | 1-4 классы | 138 С6.1996г. | 200 | 4.746 | 4.302 | 18.572 | 127.580 | 0.202 | 9.300 | | 3.215 | | 25.820 | 69.500 | 28.200 |
| | 5-11 классы | 138 С6.1996г. | 250 | 5.933 | 5.378 | 23.215 | 159.475 | 0.253 | 11.625 | | 4.019 | | 32.275 | 86.875 | 35.250 |
| Котлеты Куриные с соусом | 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 |
| | 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 |
| Капуста тушеная | 1-4 классы | 482 С6.1996г. | 150 | 3.593 | 5.267 | 16.511 | 123.461 | 0.111 | 88.320 | | 2.241 | | 83.598 | 62.415 | 31.572 |
| | 5-11 классы | 482 С6.1996г. | 180 | 4.316 | 6.321 | 19.838 | 148.280 | 0.133 | 105.985 | | 2.689 | | 100.330 | 74.925 | 37.886 |
| Компот из сухофруктов | 1-4 классы | 283 С6.2008г. | 180 | 0.878 | | 32.139 | 126.104 | 0.005 | 0.549 | | | | 30.740 | 21.137 | 16.470 |
| | 5-11 классы | 283 С6.2008г. | 180 | 0.878 | | 32.139 | 126.104 | 0.005 | 0.549 | | | | 30.740 | 21.137 | 16.470 |
| 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 |
| | 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 |
| 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 |
| | 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 | 1-4 классы | 500 | 19.730 | 15.286 | 81.707 | 497.623 | 0.225 | 1.161 | 0.024 | 3.059 | | 33.965 | 90.251 | 19.464 |
| | | 5-11 классы | 560 | 23.630 | 20.074 | 98.550 | 612.015 | 0.298 | 1.021 | 0.027 | 4.481 | | 43.447 | 96.320 | 23.063 |
| | Обед | 1-4 классы | 720 | 21.950 | 26.172 | 99.037 | 673.218 | 0.411 | 104.849 | 0.003 | 10.018 | | 168.280 | 224.212 | 99.598 |
| | | 5-11 классы | 870 | 28.345 | 34.156 | 121.272 | 867.424 | 0.531 | 128.379 | 0.002 | 14.412 | | 205.734 | 276.211 | 124.682 |

* - 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 | | |
| Вторник | | 1-я неделя | | | | | Завтрак | | | | | | | | |
| Сыр | 1-4 классы | СТО 71063300-003-2012 | 016 | 3.580 | 3.500 | | 47.400 | | 0.510 | 0.025 | 0.060 | 129.000 | 102.000 | 6.800 | |
| | 5-11 классы | СТО 71063300-003-2012 | 016 | 3.580 | 3.500 | | 47.400 | | 0.510 | 0.025 | 0.060 | 129.000 | 102.000 | 6.800 | |
| Каша геркулесовая молочная жидкая с маслом, сахаром | 1-4 классы | 109 С6.2008г. | 160 | 4.988 | 8.935 | 25.262 | 190.354 | 0.151 | 1.320 | 0.066 | 2.256 | 176.695 | 203.345 | 44.880 | |
| | 5-11 классы | 109 С6.2008г. | 210 | 6.623 | 11.720 | 32.660 | 236.336 | 0.201 | 1.760 | 0.075 | 3.135 | 234.760 | 270.460 | 59.740 | |
| Сок фруктовый, (1 шт) | 1-4 классы | 293 С6.2008г. | 200 | 1.000 | | 23.400 | 94.000 | 0.020 | 4.000 | | | 14.000 | 14.000 | 8.000 | |
| | 5-11 классы | 293 С6.2008г. | 200 | 1.000 | | 23.400 | 94.000 | 0.020 | 4.000 | | | 14.000 | 14.000 | 8.000 | |
| Какао растворимый | 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 | |
| | 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 | |
| Батон | 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 | |
| | 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 | |
| Вторник | | 1-я неделя | | | | | Обед | | | | | | | | |
| Салат из моркови и яблок/Салат из помидоров* | 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 | |
| | 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 | |
| Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной | 1-4 классы | 120 С6.1996г. | 220 | 1.804 | 5.530 | 8.801 | 85.780 | 0.066 | 26.510 | 0.006 | 1.774 | 37.540 | 43.204 | 18.240 | |
| | 5-11 классы | 120 С6.1996г. | 260 | 2.181 | 6.538 | 10.929 | 104.325 | 0.082 | 33.125 | 0.006 | 2.214 | 44.675 | 52.455 | 22.550 | |
| Рагу овощное с говядиной | 1-4 классы | 394 С6.1996г. | 180 | 16.899 | 15.013 | 31.176 | 293.648 | 0.201 | 28.500 | | | 806.489 | 86.914 | 35.855 | |
| | 5-11 классы | 394 С6.1996г. | 230 | 18.279 | 18.058 | 40.568 | 360.318 | 0.258 | 38.000 | | | 29.226 | 115.854 | 47.475 | |
| Компот из кураги | 1-4 классы | 280 С6.2008г. | 200 | 1.924 | | 44.343 | 176.440 | 0.037 | 1.480 | | | 635.690 | 54.020 | 38.850 | |
| | 5-11 классы | 280 С6.2008г. | 200 | 1.924 | | 44.343 | 176.440 | 0.037 | 1.480 | | | 635.690 | 54.020 | 38.850 | |
| 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 | |
| | 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 | |
| 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 | |
| | 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 | 1-4 классы | 616 | 16.308 | 15.563 | 86.492 | 564.154 | 0.258 | 6.730 | 0.109 | 3.397 | 438.865 | 434.045 | 85.480 | |
| | | 5-11 классы | 676 | 18.733 | 18.448 | 99.080 | 633.736 | 0.323 | 7.170 | 0.118 | 4.526 | 499.430 | 509.360 | 103.640 | |
| | Обед | 1-4 классы | 700 | 23.761 | 26.954 | 109.354 | 728.468 | 0.366 | 58.644 | 0.006 | 5.085 | 1506.621 | 235.748 | 115.253 | |
| | | 5-11 классы | 850 | 27.170 | 32.916 | 134.838 | 914.883 | 0.474 | 76.195 | 0.006 | 7.798 | 753.061 | 303.279 | 144.955 | |

* - 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 | | |
| Среда | | 1-я неделя | | | Завтрак | | | | | | | | | | |
| Огурцы солёные | 1-4 классы | 24 С6.1996г. | 020 | 0.560 | | 0.260 | 3.220 | | | | | | 5.000 | 4.000 | |
| | 5-11 классы | 24 С6.1996г. | 030 | 0.840 | | 0.390 | 4.830 | | | | | | 7.500 | 6.000 | |
| Рыба, тушенная в томате с овощами | 1-4 классы | 309 С6.1996г. | 90 | 8.330 | 10.229 | 5.112 | 78.254 | 0.056 | 3.700 | | 1.276 | 14.540 | 19.460 | 39.142 | |
| | 5-11 классы | 309 С6.1996г. | 100 | 10.261 | 12.642 | 5.112 | 107.499 | 0.066 | 3.700 | | 2.255 | 14.540 | 19.460 | 46.062 | |
| Картофельное пюре | 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 | |
| | 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 | 39.366 | |
| Компот из свежих яблок | 1-4 классы | 702 С6.1997г. | 200 | 0.080 | | 33.552 | 127.760 | 0.004 | 0.720 | | | 0.480 | 2.400 | 4.000 | |
| | 5-11 классы | 702 С6.1997г. | 200 | 0.080 | | 33.552 | 127.760 | 0.004 | 0.720 | | | 0.480 | 2.400 | 4.000 | |
| 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 | |
| | 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 | |
| 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 | |
| | 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 | |
| Среда | | 1-я неделя | | | Обед | | | | | | | | | | |
| Салат из свеклы 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 | |
| | 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 | |
| Суп картофельный с макаронными изделиями | 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 | |
| | 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 | |
| Плов из птицы(филе куриное) | 1-4 классы | 893 С6.1998г. | 150 | 15.415 | 12.435 | 34.129 | 295.147 | 0.077 | 1.434 | 0.019 | 2.910 | 22.412 | 150.786 | 25.502 | |
| | 5-11 классы | 893 С6.1998г. | 200 | 18.742 | 15.244 | 45.518 | 376.844 | 0.103 | 1.940 | 0.025 | 3.880 | 29.964 | 200.972 | 34.006 | |
| Чай с сахаром | 1-4 классы | 628 С6.1996г. | 200 | 0.200 | 0.051 | 15.010 | 57.267 | | | 0.001 | | 0.346 | | | |
| | 5-11 классы | 628 С6.1996г. | 200 | 0.200 | 0.051 | 15.010 | 57.267 | | | 0.001 | | 0.346 | | | |
| 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 | |
| | 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 | |
| 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 | |
| | 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 | 1-4 классы | 500 | 14.855 | 15.106 | 81.650 | 446.634 | 0.259 | 30.295 | 0.026 | 1.980 | 69.530 | 152.170 | 82.547 | |
| | | 5-11 классы | 560 | 18.375 | 18.538 | 91.143 | 529.129 | 0.311 | 35.470 | 0.031 | 3.267 | 82.342 | 180.952 | 97.678 | |
| | Обед | 1-4 классы | 700 | 22.046 | 22.536 | 95.596 | 670.469 | 0.244 | 23.635 | 0.019 | 6.153 | 69.548 | 269.196 | 80.662 | |
| | | 5-11 классы | 810 | 27.330 | 27.533 | 119.267 | 829.986 | 0.297 | 27.941 | 0.025 | 8.456 | 95.260 | 350.922 | 108.806 | |

* - 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 | |
| Четверг | | 1-я неделя | | | Завтрак | | | | | | | | | |
| Горошек зеленый консервированный | 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 | |
| | 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 | |
| Плюля-кебаб с соусом | 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 | |
| | 5-11 классы 428 С6.1996г. | 100 | 11.355 | 13.566 | 12.415 | 176.020 | 0.025 | 0.970 | 0.002 | 1.798 | 6.379 | 17.384 | 4.856 | |
| Макаронные изделия отварные | 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 | |
| | 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 | |
| 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 | |
| | 5-11 классы 293 С6.2008г. | 200 | 1.000 | | 23.400 | 94.000 | 0.020 | 4.000 | | | 16.000 | 18.000 | 10.000 | |
| 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 | |
| | 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 | |
| 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 | |
| | 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 | |
| Четверг | | 1-я неделя | | | Обед | | | | | | | | | |
| Салат картофельный с огурцами | 1-4 классы 37 С6.2015г. | 060 | 1.276 | 1.836 | 7.317 | 49.219 | 0.044 | | | 7.078 | 12.707 | 28.457 | 10.584 | |
| | 5-11 классы 37 С6.2015г. | 100 | 2.126 | 3.060 | 12.196 | 82.032 | 0.073 | 11.796 | | 1.354 | 21.177 | 47.427 | 17.639 | |
| Борщ с капустой и картофелем, со сметаной | 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 | |
| | 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 | |
| ЁЖИКИ 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 | |
| | 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 | |
| Каша гречневая рассыпчатая | 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 | |
| | 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 | |
| Напиток из шиповника | 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 | |
| | 5-11 классы 289 С6.2008г. | 180 | 0.720 | | 24.273 | 96.705 | 0.027 | 216.000 | | 0.308 | 12.150 | 3.600 | 3.600 | |
| 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 | |
| | 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 | |
| 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 | |
| | 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 | 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 |
| | | 5-11 классы | 560 | 23.000 | 19.783 | 104.401 | 630.848 | 0.231 | 7.970 | 0.027 | 4.429 | 49.941 | 143.710 | 39.373 |
| | Обед | 1-4 классы | 730 | 26.969 | 23.236 | 99.820 | 721.693 | 0.434 | 242.368 | 0.030 | 8.966 | 110.175 | 283.691 | 54.019 |
| | | 5-11 классы | 880 | 33.012 | 29.032 | 123.910 | 900.472 | 0.550 | 251.641 | 0.033 | 11.719 | 137.885 | 363.603 | 71.724 |

* - 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 | | |
| Пятница | | 1-я неделя | | | | | Завтрак | | | | | | | | |
| Фрукты | 1-4 классы | 24 сб.1996г. | 150 | 0.600 | | 14.700 | 57.000 | | | | | | | | |
| | 5-11 классы | 24 сб.1996г. | 150 | 0.600 | | 14.700 | 57.000 | | | | | | | | |
| Каша рисовая молочная жидкая с маслом,сахаром | 1-4 классы | 114 С6.2008г. | 160 | 11.586 | 14.844 | 29.730 | 242.000 | 0.019 | | 0.020 | 0.293 | 6.919 | 23.407 | 5.001 | |
| | 5-11 классы | 114 С6.2008г. | 210 | 12.760 | 17.584 | 37.963 | 287.077 | 0.025 | | 0.020 | 0.352 | 8.792 | 30.786 | 6.618 | |
| 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 | |
| | 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 | |
| Батон | 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 | |
| | 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 | |
| Пятница | | 1-я неделя | | | | | Обед | | | | | | | | |
| Салат из белокочанной капусты/Салат из огурцов* | 1-4 классы | 62 С6.1997г. | 060 | 0.929 | 3.003 | 5.968 | 53.564 | 0.032 | 23.950 | | 1.298 | 24.878 | 17.963 | 9.848 | |
| | 5-11 классы | 62 С6.1997г. | 100 | 1.550 | 5.005 | 9.951 | 89.292 | 0.053 | 39.950 | | 2.163 | 41.494 | 29.959 | 16.424 | |
| Рассольник ленинградский со сметаной | 1-4 классы | 42 С6.2008г. | 210 | 2.288 | 5.588 | 16.298 | 116.572 | 0.085 | 12.850 | 0.006 | 1.771 | 24.280 | 54.000 | 19.240 | |
| | 5-11 классы | 42 С6.2008г. | 260 | 2.785 | 6.610 | 20.300 | 142.815 | 0.106 | 16.050 | 0.006 | 2.211 | 28.100 | 65.950 | 23.800 | |
| Стейк(Шницель) из курицы с соусом | 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 | 2.472 | |
| | 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 | |
| Картофель и овощи тушеные | 1-4 классы | 251 С6.1997г. | 150 | 3.675 | 11.419 | 35.220 | 250.013 | 0.215 | 35.625 | | 4.787 | 23.400 | 108.525 | 43.575 | |
| | 5-11 классы | 251 С6.1997г. | 180 | 4.410 | 13.703 | 42.264 | 300.015 | 0.258 | 42.750 | | 5.745 | 28.080 | 130.230 | 52.290 | |
| Компот из сухофруктов | 1-4 классы | 283 С6.2008г. | 180 | 0.878 | | 32.139 | 126.104 | 0.005 | 0.549 | | | 30.740 | 21.137 | 16.470 | |
| | 5-11 классы | 283 С6.2008г. | 180 | 0.878 | | 32.139 | 126.104 | 0.005 | 0.549 | | | 30.740 | 21.137 | 16.470 | |
| 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 | |
| | 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 | |
| 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 | |
| | 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 | 1-4 классы | 537 | 15.59 | 15.29 | 78.95 | 447.110 | 0.08 | 2.80 | 0.02 | 1.29 | 20.03 | 57.75 | 19.04 | |
| | | 5-11 классы | 597 | 17.55 | 18.13 | 92.37 | 515.787 | 0.10 | 2.80 | 0.02 | 1.60 | 24.40 | 73.33 | 23.96 | |
| | Обед | 1-4 классы | 730 | 22.040 | 28.955 | 108.078 | 799.445 | 0.381 | 73.934 | 0.009 | 9.722 | 114.262 | 237.217 | 98.205 | |
| | | 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 | |

* - 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 | |
| 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 |
| | 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 |
| Котлеты Куриные с соусом | 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 |
| | 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 |
| Капуста тушеная | 1-4 классы | 482 С6.1996г. | 150 | 3.593 | 5.267 | 20.611 | 148.561 | 0.111 | 88.320 | | 2.241 | 83.598 | 62.415 | 31.572 |
| | 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 | 37.886 |
| Чай с сахаром | 1-4 классы | 628 С6.1996г. | 200 | 0.200 | 0.051 | 15.010 | 57.267 | | 0.001 | | | 0.346 | | |
| | 5-11 классы | 628 С6.1996г. | 200 | 0.200 | 0.051 | 15.010 | 57.267 | | 0.001 | | | 0.346 | | |
| 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 |
| | 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 |
| 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 |
| | 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 |
| Суббота | 1-я неделя | | Обед | | | | | | | | | | | |
| Горошек зеленый консервированный | 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 |
| | 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 |
| Суп из овощей | 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. | 250 | 3.893 | 4.406 | 13.113 | 95.533 | 0.091 | 22.250 | | 1.937 | 23.600 | 50.475 | 21.475 |
| Биточки с соусом | 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 |
| | 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 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 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 |
| | 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 |
| Сок фруктовый | 1-4 классы | 293 С6.2008г. | 180 | 0.900 | | 21.060 | 84.600 | 0.018 | 3.600 | | | 14.400 | 16.200 | 9.000 |
| | 5-11 классы | 293 С6.2008г. | 180 | 0.900 | | 21.060 | 84.600 | 0.018 | 3.600 | | | 14.400 | 16.200 | 9.000 |
| 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 |
| | 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 |
| 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 |
| | 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 | 1-4 классы | 500 | 15.76 | 17.53 | 63.67 | 446.594 | 0.17 | 90.88 | 0.00 | 4.11 | 106.14 | 120.71 | 49.73 |
| | | 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 |
| | 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 | 41.696 |
| | | 5-11 классы | 800 | 31.036 | 25.602 | 105.802 | 772.124 | 0.530 | 29.870 | 0.027 | 10.496 | 98.095 | 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 | | | |
| Понедельник | | 2-я неделя | | Завтрак | | | | | | | | | | | | |
| Кондитерские изделия | 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 | | | | | | | | | |
| Каша молочная жидкая -Дружба- с маслом, сахаром | 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 | | |
| | 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 | | |
| Какао растворимый | 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 | | |
| | 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 | | |
| Бутерброды с повидлом | 1-4 классы | 2 С6.1997г. | 25/40 | 3.260 | 0.400 | 27.085 | 156.150 | 0.063 | 0.125 | | | 13.500 | 35.050 | 14.950 | | |
| | 5-11 классы | 2 С6.1997г. | 25/50 | 4.050 | 0.500 | 32.275 | 179.750 | 0.078 | 0.125 | | | 16.000 | 43.250 | 18.250 | | |
| Понедельник | | 2-я неделя | | Обед | | | | | | | | | | | | |
| Салат из свеклы 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 | | |
| | 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 | | |
| Суп картофельный с макаронными изделиями | 1-4 классы | 139 С6.1996г. | 200 | 2.272 | 2.138 | 19.156 | 100.420 | 0.094 | 13.200 | | 1.074 | 14.000 | 50.800 | 19.240 | | |
| | 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 | | |
| Тефтели с соусом | 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 | | 2.554 | 10.677 | 25.617 | 6.746 | | |
| Пюре из гороха | 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 | | |
| | 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 | | |
| Напиток лимонный | 1-4 классы | 289 С6.2008г. | 180 | 0.130 | | 22.075 | 86.328 | 0.006 | 5.760 | | | 6.192 | 3.168 | 1.728 | | |
| | 5-11 классы | 289 С6.2008г. | 180 | 0.130 | | 22.075 | 86.328 | 0.006 | 5.760 | | | 6.192 | 3.168 | 1.728 | | |
| 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 | | |
| | 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 | | |
| 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 | | |
| | 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 | 1-4 классы | 510 | 15.93 | 17.26 | 83.26 | 610.950 | 0.17 | 1.03 | 0.06 | 0.76 | 131.94 | 159.13 | 42.11 | | |
| | | 5-11 классы | 560 | 19.028 | 18.102 | 95.653 | 660.186 | 0.202 | 1.025 | 0.058 | 0.850 | 135.773 | 175.366 | 48.262 | | |
| | Обед | 1-4 классы | 720 | 27.926 | 22.553 | 113.711 | 761.468 | 0.800 | 27.120 | 0.021 | 11.599 | 121.722 | 288.407 | 119.652 | | |
| | | 5-11 классы | 870 | 33.077 | 30.560 | 140.613 | 953.316 | 0.982 | 34.580 | 0.025 | 14.905 | 157.922 | 369.406 | 157.216 | | |

* - 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 | |
| Вторник | | 2-я неделя | | | Завтрак | | | | | | | | | |
| Огурцы порционно | 1-4 классы | 522 Сб.1996г. | 020 | 0.140 | | 0.360 | 2.000 | 0.004 | 1.400 | 0.006 | 0.020 | 3.400 | 8.400 | |
| | 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 | |
| Котлеты Куриные с соусом | 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 |
| | 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 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 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 |
| | 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 |
| Компот из свежих яблок | 1-4 классы | 702 Сб.1997г. | 200 | 0.080 | | 33.552 | 127.760 | 0.004 | 0.720 | | | 0.480 | 2.400 | 4.000 |
| | 5-11 классы | 702 Сб.1997г. | 200 | 0.080 | | 33.552 | 127.760 | 0.004 | 0.720 | | | 0.480 | 2.400 | 4.000 |
| 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 |
| | 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 |
| 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 |
| | 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 |
| Вторник | | 2-я неделя | | | Обед | | | | | | | | | |
| Винегрет овощной | 1-4 классы | 60 Сб.1996г. | 060 | 1.167 | 6.193 | 5.485 | 79.707 | 0.035 | 5.520 | | 2.696 | 14.130 | 26.268 | 12.198 |
| | 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 |
| Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной | 1-4 классы | 120 Сб.1996г. | 210 | 1.804 | 5.530 | 8.801 | 85.780 | 0.066 | 26.510 | 0.006 | 1.774 | 37.540 | 43.204 | 18.240 |
| | 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 |
| ЁЖИКИ 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 |
| | 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 |
| Макаронные изделия отварные | 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 |
| | 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 |
| 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 |
| | 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 |
| 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 |
| | 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 |
| 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 |
| | 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 | 1-4 классы | 500 | 19.502 | 15.794 | 86.565 | 578.711 | 0.321 | 3.280 | 0.030 | 6.046 | 48.268 | 210.313 | 15.316 |
| | | 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 |
| | Обед | 1-4 классы | 737 | 22.003 | 26.528 | 95.493 | 670.091 | 0.251 | 37.291 | 0.030 | 7.529 | 82.230 | 167.412 | 52.141 |
| | | 5-11 классы | 887 | 28.040 | 33.006 | 120.161 | 860.972 | 0.332 | 47.946 | 0.033 | 10.937 | 106.825 | 223.418 | 70.333 |

* - 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 | | | | | |
| Среда | 2-я неделя | | | | | | Завтрак | | | | | | | | | | | |
| Йогурт | 1-4 классы | ТУ 10.51.56-045- | 100 | 5.000 | 1.500 | 3.500 | 51.000 | 0.030 | 0.600 | 0.010 | | 124.000 | 95.000 | 15.000 | | | | |
| | 5-11 классы | ТУ 10.51.56-045- | 100 | 5.000 | 1.500 | 3.500 | 51.000 | 0.030 | 0.600 | 0.010 | | 124.000 | 95.000 | 15.000 | | | | |
| Оладьи с молоком сгущенным | 1-4 классы | 682 С6.1996г. | 200 | 10.690 | 14.398 | 64.563 | 430.594 | 0.216 | 1.238 | 0.044 | 3.922 | 216.692 | 238.287 | 40.677 | | | | |
| | 5-11 классы | 682 С6.1996г. | 250 | 14.655 | 17.904 | 81.148 | 564.348 | 0.273 | 1.520 | 0.054 | 5.025 | 256.679 | 290.726 | 49.870 | | | | |
| Чай с сахаром | 1-4 классы | 628 С6.1996г. | 200 | 0.200 | 0.051 | 15.010 | 57.267 | | 0.001 | | | 0.346 | | | | | | |
| | 5-11 классы | 628 С6.1996г. | 200 | 0.200 | 0.051 | 15.010 | 57.267 | | 0.001 | | | 0.346 | | | | | | |
| Среда | 2-я неделя | | | | | | | | | | | Обед | | | | | | |
| Салат из моркови и яблок/Салат из помидоров* | 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 | | | | |
| | 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 | | | | |
| Борщ с капустой и картофелем, со сметаной | 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 | | | | |
| | 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 | | | | |
| Биточки с соусом | 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 | | | | |
| | 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 | | | | |
| Картофельное пюре | 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 | | | | |
| | 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 | 39.366 | | | | |
| Компот из сухофруктов | 1-4 классы | 283 С6.2008г. | 180 | 0.878 | | 32.139 | 126.104 | 0.005 | 0.549 | | | 30.740 | 21.137 | 16.470 | | | | |
| | 5-11 классы | 283 С6.2008г. | 180 | 0.878 | | 32.139 | 126.104 | 0.005 | 0.549 | | | 30.740 | 21.137 | 16.470 | | | | |
| 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 | | | | |
| | 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 | | | | |
| 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 | | | | |
| | 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 | 1-4 классы | 500 | 15.890 | 15.949 | 83.073 | 538.861 | 0.246 | 1.839 | 0.054 | 3.922 | 341.038 | 333.287 | 55.677 | | | | |
| | | 5-11 классы | 550 | 19.855 | 19.455 | 99.658 | 672.615 | 0.303 | 2.121 | 0.064 | 5.025 | 381.025 | 385.726 | 64.870 | | | | |
| | Обед | 1-4 классы | 730 | 21.951 | 26.460 | 105.225 | 682.150 | 0.296 | 46.568 | 0.035 | 6.580 | 142.644 | 229.121 | 103.261 | | | | |
| | | 5-11 классы | 880 | 26.462 | 33.810 | 129.747 | 878.064 | 0.380 | 57.234 | 0.039 | 10.236 | 175.446 | 276.988 | 130.412 | | | | |

* - 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 | |
| Четверг | 2-я неделя | | | | | | Завтрак | | | | | | | |
| Огурцы солёные | 1-4 классы | 24 С6.1996г. | 040 | 1.120 | | 0.520 | 6.440 | | | | | 10.000 | 8.000 | |
| | 5-11 классы | 24 С6.1996г. | 040 | 1.120 | | 0.520 | 6.440 | | | | | 10.000 | 8.000 | |
| Плов из Говядины | 1-4 классы | 193 С6.2008г. | 200 | 14.671 | 16.213 | 40.528 | 362.073 | 0.106 | 2.697 | | 2.849 | 33.235 | 68.123 | 21.137 |
| | 5-11 классы | 193 С6.2008г. | 250 | 17.996 | 17.934 | 54.034 | 433.536 | 0.126 | 3.595 | | 3.650 | 41.941 | 90.771 | 27.628 |
| Чай с сахаром | 1-4 классы | 628 С6.1996г. | 200 | 0.200 | 0.051 | 15.010 | 57.267 | | 0.001 | | | 0.346 | | |
| | 5-11 классы | 628 С6.1996г. | 200 | 0.200 | 0.051 | 15.010 | 57.267 | | 0.001 | | | 0.346 | | |
| Хлеб пшеничный | 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 |
| | 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 |
| 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 |
| | 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 |
| Четверг | 2-я неделя | | | | | | | | | | | Обед | | |
| Салат из белокочанной капусты/Салат из огурцов* | 1-4 классы | 62 С6.1997г. | 060 | 0.929 | 3.003 | 5.968 | 53.564 | 0.032 | 23.950 | | 1.298 | 24.878 | 17.963 | 9.848 |
| | 5-11 классы | 62 С6.1997г. | 100 | 1.550 | 5.005 | 9.951 | 89.292 | 0.053 | 39.950 | | 2.163 | 41.494 | 29.959 | 16.424 |
| Суп картофельный с горохом | 1-4 классы | 138 С6.1996г. | 200 | 4.746 | 4.302 | 18.572 | 127.580 | 0.202 | 9.300 | | 3.215 | 25.820 | 69.500 | 28.200 |
| | 5-11 классы | 138 С6.1996г. | 250 | 5.933 | 5.378 | 23.215 | 159.475 | 0.253 | 11.625 | | 4.019 | 32.275 | 86.875 | 35.250 |
| Котлеты рыбные любительские с соусом | 1-4 классы | 162 С6.2008г. | 90 | 9.080 | 5.499 | 9.271 | 95.702 | 0.057 | 1.845 | 0.022 | 1.717 | 14.986 | 29.764 | 31.461 |
| | 5-11 классы | 162 С6.2008г. | 100 | 10.384 | 7.516 | 12.206 | 129.098 | 0.078 | 2.295 | 0.03 | 2.39 | 20.153 | 40.117 | 43.305 |
| Картофель и овощи тушеные | 1-4 классы | 251 С6.1997г. | 150 | 3.676 | 11.419 | 35.220 | 250.013 | 0.215 | 35.625 | | 4.787 | 23.400 | 108.525 | 43.575 |
| | 5-11 классы | 251 С6.1997г. | 180 | 4.410 | 13.703 | 42.264 | 300.015 | 0.258 | 42.750 | | 5.745 | 28.080 | 130.230 | 52.290 |
| Сок фруктовый | 1-4 классы | 293 С6.2008г. | 180 | 0.900 | | 21.060 | 84.600 | 0.018 | 3.600 | | | 14.400 | 16.200 | 9.000 |
| | 5-11 классы | 293 С6.2008г. | 180 | 0.900 | | 21.060 | 84.600 | 0.018 | 3.600 | | | 14.400 | 16.200 | 9.000 |
| 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 |
| | 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 |
| 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 |
| | 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 | 1-4 классы | 500 | 19.924 | 16.834 | 80.592 | 550.580 | 0.163 | 2.698 | 0.000 | 3.849 | 55.881 | 121.723 | 31.037 |
| | | 5-11 классы | 550 | 23.249 | 18.555 | 94.098 | 622.043 | 0.183 | 3.596 | 0.000 | 4.650 | 64.587 | 144.371 | 37.528 |
| | Обед | 1-4 классы | 720 | 21.953 | 24.603 | 106.447 | 694.659 | 0.562 | 74.320 | 0.022 | 11.577 | 111.684 | 272.352 | 128.684 |
| | | 5-11 классы | 870 | 27.110 | 32.172 | 133.230 | 887.280 | 0.717 | 100.220 | 0.030 | 15.317 | 148.702 | 348.981 | 166.169 |

* - 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 | | |
| Пятница | | 2-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 |
| | 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 |
| Стейк(Шницель) из курицы с соусом | 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 | 2.472 |
| | 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 |
| Макаронные изделия отварные | 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 |
| | 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 |
| Компот из кураги | 1-4 классы | 280 С6.2008г. | 200 | 1.924 | | 44.343 | 176.440 | 0.037 | 1.480 | | | | 635.690 | 54.020 | 38.850 |
| | 5-11 классы | 280 С6.2008г. | 200 | 1.924 | | 44.343 | 176.440 | 0.037 | 1.480 | | | | 635.690 | 54.020 | 38.850 |
| 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 |
| | 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 |
| 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 |
| | 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 |
| Пятница | | 2-я неделя | | | | | Обед | | | | | | | | |
| Салат картофельный с зеленым горошком | 1-4 классы | 31 С6.2008г. | 060 | 4.901 | 6.956 | 7.733 | 97.236 | 0.059 | 8.160 | 0.021 | 2.794 | | 9.948 | 39.036 | 13.884 |
| | 5-11 классы | 31 С6.2008г. | 100 | 3.106 | 11.594 | 12.888 | 162.060 | 0.098 | 13.600 | 0.035 | | | 16.580 | 65.060 | 23.140 |
| Суп из овощей | 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. | 250 | 3.893 | 4.406 | 13.113 | 95.533 | 0.091 | 22.250 | | 1.937 | | 23.600 | 50.475 | 21.475 |
| Тефтели с соусом | 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 | | 2.554 | | 10.677 | 25.617 | 6.746 |
| Рис отварной | 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 |
| | 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 |
| Чай с лимоном | 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 |
| | 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 |
| 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 |
| | 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 |
| 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 |
| | 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 | 1-4 классы | 500 | 21.959 | 15.010 | 101.763 | 657.822 | 0.172 | 3.840 | 0.024 | 3.059 | | 665.281 | 148.371 | 63.228 |
| | | 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 |
| | Обед | 1-4 классы | 727 | 21.950 | 23.239 | 99.766 | 651.514 | 0.239 | 31.221 | 0.048 | 7.452 | | 63.541 | 185.727 | 56.004 |
| | | 5-11 классы | 877 | 23.017 | 32.291 | 126.243 | 857.712 | 0.329 | 41.471 | 0.067 | 5.973 | | 83.764 | 252.768 | 75.952 |

* - 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 | |
| Суббота | | 2-я неделя | | | Завтрак | | | | | | | | | |
| 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 |
| | 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 |
| Омлет натуральный | 1-4 классы | 284 С6.1996г. | 200 | 20.835 | 25.910 | 3.362 | 329.800 | 0.125 | 0.571 | 0.583 | 3.323 | 155.233 | 335.804 | 90.570 |
| | 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 |
| Чай с сахаром | 1-4 классы | 628 С6.1996г. | 200 | 0.200 | 0.051 | 15.010 | 57.267 | | 0.001 | | | | 0.346 | |
| | 5-11 классы | 628 С6.1996г. | 200 | 0.200 | 0.051 | 15.010 | 57.267 | | 0.001 | | | | 0.346 | |
| 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 |
| | 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 |
| 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 |
| | 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 |
| Суббота | | 2-я неделя | | | Обед | | | | | | | | | |
| Огурцы солёные | 1-4 классы | 24 С6.1996г. | 020 | 0.560 | | 0.260 | 3.220 | | | | | 5.000 | 4.000 | |
| | 5-11 классы | 24 С6.1996г. | 030 | 0.840 | | 0.390 | 4.830 | | | | | 7.500 | 6.000 | |
| Суп картофельный с макаронными изделиями | 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 |
| | 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 |
| 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 |
| | 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 |
| Картофель отварной | 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 |
| | 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 |
| 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 |
| | 5-11 классы | 293 С6.2008г. | 200 | 1.000 | | 23.400 | 94.000 | 0.020 | 4.000 | | | 16.000 | 18.000 | 10.000 |
| 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 |
| | 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 |
| 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 |
| | 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 | 1-4 классы | 500 | 27.897 | 34.439 | 39.196 | 556.382 | 0.189 | 4.862 | 0.595 | 6.785 | 188.566 | 435.666 | 116.015 |
| | | 5-11 классы | 550 | 32.192 | 39.771 | 47.781 | 657.816 | 0.226 | 4.948 | 0.682 | 7.723 | 215.952 | 501.242 | 132.903 |
| | Обед | 1-4 классы | 750 | 20.918 | 13.322 | 108.278 | 598.242 | 0.384 | 53.898 | 0.003 | 3.209 | 70.991 | 226.261 | 82.186 |
| | | 5-11 классы | 820 | 25.627 | 15.843 | 124.622 | 703.992 | 0.445 | 60.446 | 0.002 | 4.141 | 82.540 | 266.382 | 93.391 |

мг)

Железо

| |
|--------|
| 0.084 |
| 0.126 |
| 36.970 |
| 27.818 |
| 0.622 |
| 0.746 |
| 0.053 |
| 0.053 |
| 0.180 |
| 0.225 |
| 0.400 |
| 0.500 |

| |
|---------|
| 0.490 |
| 0.816 |
| 1.556 |
| 1.945 |
| 36.970 |
| 27.818 |
| 84.606 |
| 101.068 |
| 4.158 |
| 4.158 |
| 0.180 |
| 0.270 |
| 0.400 |
| 0.600 |

| |
|----------------|
| 38.309 |
| 29.468 |
| 128.360 |
| 136.675 |

| |
|----------------|
| кг) |
| Железо |
| 136.000 |
| 136.000 |
| 1.366 |
| 1.810 |
| 0.600 |
| 0.600 |
| 0.941 |
| 0.941 |
| 0.600 |
| 0.750 |
| 0.085 |
| 0.142 |
| 19.102 |
| 23.875 |
| 2.530 |
| 2.962 |
| 0.060 |
| 0.060 |
| 0.180 |
| 0.270 |
| 0.400 |
| 0.600 |
| 139.507 |
| 140.101 |
| 22.357 |
| 27.909 |

| |
|---------------|
| мг) |
| Железо |
| 0.240 |
| 0.360 |
| 92.485 |
| 92.582 |
| 1.390 |
| 1.668 |
| 0.152 |
| 0.152 |
| 0.180 |
| 0.225 |
| 0.400 |
| 0.500 |
| |
| 0.798 |
| 1.330 |
| 0.887 |
| 0.887 |
| 1.556 |
| 2.076 |
| 0.053 |
| 0.053 |
| 0.180 |
| 0.270 |
| 0.400 |
| 0.600 |
| |
| 94.847 |
| 95.487 |
| 3.874 |
| 5.216 |

кг)

Железо

| |
|--------|
| 0.140 |
| 0.210 |
| 36.981 |
| 27.818 |
| 0.622 |
| 0.746 |
| 0.400 |
| 0.400 |
| 0.180 |
| 0.225 |
| 0.400 |
| 0.500 |

| |
|--------|
| 0.533 |
| 0.888 |
| 56.044 |
| 70.053 |
| 37.071 |
| 27.956 |
| 2.985 |
| 3.580 |
| 5.081 |
| 5.081 |
| 0.180 |
| 0.270 |
| 0.400 |
| 0.600 |

| |
|----------------|
| 38.723 |
| 29.899 |
| 102.294 |
| 108.428 |

| |
|---------------|
| мг) |
| Железо |
| |
| 0.452 |
| 0.594 |
| 0.090 |
| 0.090 |
| 0.600 |
| 0.750 |
| |
| 0.489 |
| 0.816 |
| 0.808 |
| 1.007 |
| 36.838 |
| 27.628 |
| 1.622 |
| 1.946 |
| 4.158 |
| 4.158 |
| 0.180 |
| 0.270 |
| 0.400 |
| 0.600 |
| |
| 1.14 |
| 1.43 |
| 44.495 |
| 36.425 |

| |
|---------------|
| иг) |
| Железо |
| 1.400 |
| 2.100 |
| 36.970 |
| 27.818 |
| 84.606 |
| 101.068 |
| 0.053 |
| 0.053 |
| 0.180 |
| 0.225 |
| 0.400 |
| 0.500 |
| 0.140 |
| 0.210 |
| 0.636 |
| 0.795 |
| 36.970 |
| 27.818 |
| 2.985 |
| 3.580 |
| 0.360 |
| 0.360 |
| 0.180 |
| 0.270 |
| 0.400 |
| 0.600 |
| 123.61 |
| 131.76 |
| 41.671 |
| 33.633 |

| |
|---------------|
| мг) |
| Железо |
| |
| |
| 1.105 |
| 1.316 |
| 0.941 |
| 0.941 |
| 1.050 |
| 1.200 |
| |
| 0.798 |
| 1.330 |
| 0.710 |
| 0.887 |
| 37.071 |
| 27.956 |
| 4.899 |
| 5.879 |
| 0.151 |
| 0.151 |
| 0.180 |
| 0.270 |
| 0.400 |
| 0.600 |
| |
| 3.10 |
| 3.457 |
| 44.209 |
| 37.073 |

нг)

Железо

| |
|--------|
| 0.004 |
| 0.006 |
| 36.970 |
| 27.818 |
| 2.985 |
| 3.580 |
| 0.152 |
| 0.152 |
| 0.180 |
| 0.225 |
| 0.400 |
| 0.500 |

| |
|--------|
| 0.490 |
| 0.816 |
| 19.102 |
| 23.875 |
| 37.071 |
| 27.956 |
| 0.622 |
| 0.746 |
| 0.090 |
| 0.090 |
| 0.180 |
| 0.270 |
| 0.400 |
| 0.600 |

| |
|---------------|
| 40.691 |
| 32.281 |
| 57.955 |
| 54.353 |

мг)

Железо

| |
|-------|
| 0.100 |
| 0.100 |
| 2.361 |
| 3.021 |
| 0.053 |
| 0.053 |

| |
|--------|
| 0.085 |
| 0.142 |
| 56.044 |
| 70.053 |
| 36.970 |
| 27.818 |
| 1.390 |
| 1.668 |
| 4.158 |
| 4.158 |
| 0.180 |
| 0.270 |
| 0.400 |
| 0.600 |

| |
|----------------|
| 2.514 |
| 3.174 |
| 99.227 |
| 104.709 |

| |
|---------------|
| мг) |
| Железо |
| 0.480 |
| 0.480 |
| 3.101 |
| 3.449 |
| 0.053 |
| 0.053 |
| 0.270 |
| 0.270 |
| 0.600 |
| 0.600 |
| 0.489 |
| 0.816 |
| 1.556 |
| 1.945 |
| 28.195 |
| 28.422 |
| 1.622 |
| 1.946 |
| 0.360 |
| 0.360 |
| 0.180 |
| 0.270 |
| 0.400 |
| 0.600 |
| 4.504 |
| 4.852 |
| 32.802 |
| 34.359 |

кг)

Железо

| |
|--------|
| 1.400 |
| 2.100 |
| 36.838 |
| 27.628 |
| 0.622 |
| 0.746 |
| 0.060 |
| 0.060 |
| 0.180 |
| 0.225 |
| 0.400 |
| 0.500 |

| |
|--------|
| 0.576 |
| 0.960 |
| 0.636 |
| 0.795 |
| 37.071 |
| 27.956 |
| 0.986 |
| 1.183 |
| 0.090 |
| 0.090 |
| 0.180 |
| 0.270 |
| 0.400 |
| 0.600 |

| |
|---------------|
| 39.500 |
| 31.259 |
| 39.939 |
| 31.854 |

кг)

Железо

| |
|---------|
| 408.381 |
| 408.381 |
| 4.705 |
| 5.410 |
| 0.053 |
| 0.053 |
| 0.180 |
| 0.270 |
| 0.400 |
| 0.600 |

| |
|--------|
| 0.240 |
| 0.360 |
| 0.887 |
| 0.887 |
| 37.071 |
| 27.956 |
| 1.362 |
| 1.671 |
| 0.400 |
| 0.400 |
| 0.180 |
| 0.270 |
| 0.400 |
| 0.600 |

| |
|----------------|
| 413.719 |
| 414.714 |
| 40.570 |
| 32.144 |