

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 Сб.1996г.	020	0,700	0,560	3,120	20,200	0,080				9,200		
	5-11 классы	24 Сб.1996г.	030	1,050	0,840	4,680	30,300	0,120				13,800		
Биточки с соусом	1-4 классы	423 Сб.1996г.	90	10,843	10,030	9,974	133,166	0,020	1,160	0,003	1,306	5,792	14,492	4,558
	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
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 сахаром	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001			0,346		
	5-11 классы	628 Сб.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										
Салат из моркови с чесноком/Салат из огурцов консервир-х с зеленым горошком*	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
	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
Суп картофельный с горохом	1-4 классы	138 Сб.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 Сб.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 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
Капуста тушеная	1-4 классы	482 Сб.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 Сб.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 Сб.2008г.	180	0,878		32,139	126,104	0,005	0,549			30,740	21,137	16,470
	5-11 классы	283 Сб.2008г.	180	0,878		32,139	126,104	0,005	0,549			30,740	21,137	16,470
Хлеб пшеничный	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	21,443	25,259	97,052	658,011	0,411	104,849	0,003	10,018	168,280	224,212	99,598
		5-11 классы	870	27,500	34,635	117,945	842,071	0,531	128,379	0,002	14,412	205,734	276,211	124,682

* - 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
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 Янтарная	1-4 классы	109 Сб.2008г.	220	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 Сб.2008г.	260	10,199	10,806	36,465	283,900	0,201	1,760	0,075	3,135	234,760	270,460	59,740
Пастила Ассорти фруктовая 1шт	1-4 классы		25	0,000	0,210	16,355	16,355	0,020	4,000			14,000	14,000	8,000
	5-11 классы		25	0,000	0,210	16,355	16,355	0,020	4,000			14,000	14,000	8,000
Какао растворимый	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
	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
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										
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.	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 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
Пельмени отварные с бульоном	1-4 классы	293 Сб.2015г.	180	13,826	12,099	21,343	249,641	0,201	28,500			806,489	86,914	35,855
	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
Компот из кураги	1-4 классы	280 Сб.2008г.	200	1,924		44,343	176,440	0,037	1,480			635,690	54,020	38,850
	5-11 классы	280 Сб.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	501	15,308	15,773	79,447	486,509	0,258	6,730	0,109	3,397	438,865	434,045	85,480
		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
	Обед	1-4 классы	700	21,343	24,202	96,328	674,768	0,377	62,010	0,006	5,030	1502,049	240,806	111,743
		5-11 классы	840	29,329	32,067	118,771	884,946	0,492	81,805	0,006	7,708	745,441	311,709	139,105

* - 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		1-я неделя		Завтрак										
Огурцы солёные	1-4 классы	24 Сб.1996г.	020	0,560		0,260	3,220					5,000	4,000	
	5-11 классы	24 Сб.1996г.	030	0,840		0,390	4,830					7,500	6,000	
Биточки из минтая с овощами с соусом	1-4 классы		90	8,944	10,030	9,974	133,166	0,056	3,700		1,276	14,540	19,460	39,142
	5-11 классы		100	11,340	13,566	12,404	175,920	0,066	3,700		2,255	14,540	19,460	46,062
Картофельное пюре	1-4 классы	472 Сб.1996г.	150	3,263	4,497	26,370	154,200	0,161	25,875	0,026	0,144	41,310	95,910	32,805
	5-11 классы	472 Сб.1996г.	180	3,916	5,396	31,644	185,040	0,193	31,050	0,031	0,172	49,572	115,092	39,366
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
Среда		1-я неделя		Обед										
Салат из свеклы отварной	1-4 классы	23 Сб.2008г.	060	0,969	6,997	6,156	109,330	0,011	5,700		1,340	21,090	24,510	24,510
	5-11 классы	23 Сб.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 Сб.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 Сб.1996г.	250	2,840	2,673	23,945	125,525	0,118	16,500		1,343	17,500	63,500	24,050
Плов из Говядины	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
	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
Чай с сахаром	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001			0,346		
	5-11 классы	628 Сб.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	15,469	14,907	86,512	501,546	0,259	30,295	0,026	1,980	69,530	152,170	82,547
		5-11 классы	560	19,454	19,462	98,435	597,550	0,311	35,470	0,031	3,267	82,342	180,952	97,678
	Обед	1-4 классы	700	17,480	20,508	96,335	641,130	0,273	24,898	0,000	6,092	80,371	186,533	76,297
		5-11 классы	810	23,259	28,502	114,277	815,215	0,320	29,596	0,000	8,226	107,237	240,721	102,428

* - 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
Четверг		1-я неделя		Завтрак										
Горошек зеленый консервированный	1-4 классы	31 Сб.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 Сб.1997г.	030	0,930	0,600	2,130	12,300	0,033	3,000		0,360	4,800	15,900	6,300
Голубцы ленивые с соусом	1-4 классы	428 Сб.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 Сб.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 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
Сок фруктовый	1-4 классы	293 Сб.2008г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000			16,000	18,000	10,000
	5-11 классы	293 Сб.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 из свежих помидоров, яблок и консервированных огурцов	1-4 классы	37 Сб.2015г.	060	0,498	3,596	3,137	46,375	0,044	7,078		0,813	12,707	28,457	10,584
	5-11 классы	37 Сб.2015г.	100	0,830	5,994	5,228	77,291	0,073	11,796		1,354	21,177	47,427	17,639
Борщ с капустой и картофелем,со сметаной	1-4 классы	110 Сб.1996г.	210	3,833	5,522	11,708	96,080	0,048	16,830	0,006	1,819	37,900	45,972	27,120
	5-11 классы	110 Сб.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 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
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
Напиток из шиповника	1-4 классы	289 Сб.2008г.	180	0,720		24,273	96,705	0,027	216,000		0,308	12,150	3,600	3,600
	5-11 классы	289 Сб.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	26,191	24,996	95,640	718,849	0,434	242,368	0,030	8,966	110,175	283,691	54,019
		5-11 классы	880	31,716	31,966	116,942	895,731	0,550	251,641	0,033	11,719	137,885	363,603	71,724

* - 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
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 Сб.2008г.	160	11,586	14,844	29,730	265,000	0,019		0,020	0,293	6,919	23,407	5,001
	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
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 Сб.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 Сб.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 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
	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
Стейк(Шницель) из курицы с соусом	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
	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
Картофель и овощи тушеные	1-4 классы	251 Сб.1997г.	150	3,675	11,419	35,220	250,013	0,215	35,625		4,787	23,400	108,525	43,575
	5-11 классы	251 Сб.1997г.	180	4,410	13,703	42,264	300,015	0,258	42,750		5,745	28,080	130,230	52,290
Компот из сухофруктов	1-4 классы	283 Сб.2008г.	180	0,878		32,139	126,104	0,005	0,549			30,740	21,137	16,470
	5-11 классы	283 Сб.2008г.	180	0,878		32,139	126,104	0,005	0,549			30,740	21,137	16,470
Хлеб пшеничный	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	470,110	0,08	2,80	0,02	1,29	20,03	57,75	19,04
		5-11 классы	597	17,55	18,13	92,37	542,787	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

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
Суббота		1-я неделя		Завтрак										
Икра кабачковая(порционно)	1-4 классы	31 Сб.1997г.	020	0,400	1,800	1,720	24,400	0,004	1,400			8,200	13,400	7,000
	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
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
Капуста тушеная	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
	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
Чай с сахаром	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001			0,346		
	5-11 классы	628 Сб.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 Сб.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 Сб.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 Сб.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 Сб.1996г.	250	3,893	4,406	13,113	95,533	0,091	22,250		1,937	23,600	50,475	21,475
Бифштекс с соусом	1-4 классы	423 Сб.1996г.	90	10,843	10,030	9,974	133,166	0,020	1,160	0,003	1,306	5,792	14,492	4,558
	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
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
Сок фруктовый	1-4 классы	293 Сб.2008г.	180	0,900		21,060	84,600	0,018	3,600			14,400	16,200	9,000
	5-11 классы	293 Сб.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
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
		5-11 классы	565	20,780	19,722	93,996	588,154	0,246	27,256	0,038	4,007	138,221	190,098	58,199
		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
		5-11 классы	847	28,215	31,308	118,003	866,769	0,484	103,552	0,013	10,913	239,530	301,088	101,731

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
Понедельник		2-я неделя	Завтрак											
Горячий бутерброд Пикантный	1-4 классы	384 Сб.2008г.	055	3,317	1,980	17,822	93,577	0,022		0,021	0,280	4,000	13,000	2,800
	5-11 классы	384 Сб.2008г.	065	3,900	2,340	21,063	110,591	0,033		0,025	0,500	6,000	19,500	4,200
Каша молочная жидкая -Дружба- с маслом, сахаром	1-4 классы	102 Сб.2008г.	220	8,291	6,584	24,037	185,300	0,081		0,040	0,680	9,270	42,180	14,560
	5-11 классы	102 Сб.2008г.	260	10,598	7,324	31,238	210,936	0,097		0,040	0,769	10,603	50,216	17,412
Какао растворимый	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
	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
Кондитерские изделия	1-4 классы	29 Сб.1997г.	025	0,800	7,550	15,070	131,500							
	5-11 классы	29 Сб.1997г.	025	0,800	7,550	15,070	131,500							
Понедельник		2-я неделя	Обед											
Салат из свеклы отварной	1-4 классы	23 Сб.2008г.	060	0,969	6,997	6,156	109,330	0,011	5,700		1,340	21,090	24,510	24,510
	5-11 классы	23 Сб.2008г.	100	1,615	8,995	10,260	145,550	0,019	9,500		2,233	35,150	40,850	40,850
Суп Харчо	1-4 классы	133 Сб.1996г.	200	1,560	3,338	13,576	55,532	0,094	13,200		1,074	14,000	50,800	19,240
	5-11 классы	133 Сб.1996г.	250	1,947	4,105	16,951	69,329	0,118	16,500		1,343	17,500	63,500	24,050
Палочки с крупой с соусом	1-4 классы	423 Сб.1996г.	090	6,802	7,114	9,623	121,904	0,022	2,460		2,146	8,822	20,641	5,957
	5-11 классы	423 Сб.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 Сб.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 Сб.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 Сб.2008г.	180	0,130		22,075	86,328	0,006	5,760			6,192	3,168	1,728
	5-11 классы	289 Сб.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	500	15,99	18,84	74,00	548,377	0,13	0,90	0,08	1,04	122,44	137,08	29,96
		5-11 классы	550	18,878	19,942	84,441	591,027	0,157	0,900	0,083	1,350	125,773	151,616	34,212
	Обед	1-4 классы	720	27,214	23,753	108,131	716,580	0,800	27,120	0,021	11,599	121,722	288,407	119,652
		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

* - 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
Уха	1-4 классы	72 Сб.2008г.	200	3,970	2,840	16,232	102,530	0,066	26,510	0,006	1,774	37,540	43,204	18,240
	5-11 классы	72 Сб.2008г.	250	4,400	3,363	20,290	124,225	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	727	24,169	23,838	102,924	686,841	0,251	37,291	0,030	7,529	82,230	167,412	52,141
		5-11 классы	877	30,259	29,831	129,522	880,872	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										
Помидоры консервированные	1-4 классы	24 Сб.1996г.	040	1,120		0,520	6,440					10,000	8,000	
	5-11 классы	24 Сб.1996г.	050	1,400		0,650	8,050					12,500	10,000	
Пельмени отварные с бульоном	1-4 классы	293 Сб.2015г.	240	13,846	12,100	21,451	300,136	0,201	28,500			806,489	86,914	35,855
	5-11 классы	293 Сб.2015г.	280	19,366	16,639	29,931	457,031	0,258	38,000			29,226	115,854	47,475
Чай с сахаром	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001			0,346		
	5-11 классы	628 Сб.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
Среда		2-я неделя		Обед										
Салат из моркови и яблок/Салат из помидоров*	1-4 классы	11 Сб.2008г.	060	0,512	6,031	8,678	89,400	0,024	2,154		2,751	18,702	21,210	15,708
	5-11 классы	11 Сб.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 Сб.1996г.	210	3,833	5,522	11,708	96,080	0,048	16,830	0,006	1,819	37,900	45,972	27,120
	5-11 классы	110 Сб.1996г.	260	4,217	6,528	14,562	117,200	0,060	21,025	0,006	2,270	45,125	55,915	33,650
Бифштекс с соусом	1-4 классы	423 Сб.1996г.	90	10,843	10,030	9,974	133,166	0,020	1,160	0,003	1,306	5,792	14,492	4,558
	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
Картофельное пюре	1-4 классы	472 Сб.1996г.	150	3,263	4,497	26,370	154,200	0,161	25,875	0,026	0,144	41,310	95,910	32,805
	5-11 классы	472 Сб.1996г.	180	3,916	5,396	31,644	185,040	0,193	31,050	0,031	0,172	49,572	115,092	39,366
Компот из сухофруктов	1-4 классы	283 Сб.2008г.	180	0,878		32,139	126,104	0,005	0,549			30,740	21,137	16,470
	5-11 классы	283 Сб.2008г.	180	0,878		32,139	126,104	0,005	0,549			30,740	21,137	16,470
Хлеб пшеничный	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	520	17,788	12,531	53,337	447,043	0,217	28,500	0,000	0,280	820,689	112,314	39,655
		5-11 классы	590	22,419	17,260	70,125	522,081	0,282	38,000	0,000	0,500	48,026	151,954	53,175
	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

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
Четверг		2-я неделя		Завтрак										
Огурцы солёные	1-4 классы	24 Сб.1996г.	040	1,120		0,520	6,440					10,000	8,000	
	5-11 классы	24 Сб.1996г.	040	1,120		0,520	6,440					10,000	8,000	
Плов из Говядины	1-4 классы	193 Сб.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 Сб.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 Сб.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001			0,346		
	5-11 классы	628 Сб.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 Сб.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 Сб.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 Сб.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 Сб.1996г.	250	5,933	5,378	23,215	159,475	0,253	11,625		4,019	32,275	86,875	35,250
Котлеты из минтая с соусом	1-4 классы	162 Сб.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 Сб.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 Сб.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 Сб.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 Сб.2008г.	180	0,900		21,060	84,600	0,018	3,600			14,400	16,200	9,000
	5-11 классы	293 Сб.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

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
Пятница		2-я неделя		Завтрак										
Икра кабачковая(порционно)	1-4 классы	31 Сб.1997г.	020	0,400	1,800	1,720	24,400	0,004	1,400			8,200	13,400	7,000
	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
Стейк(Шницель) из курицы с соусом	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
	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
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
Компот из кураги	1-4 классы	280 Сб.2008г.	200	1,924		44,343	176,440	0,037	1,480			635,690	54,020	38,850
	5-11 классы	280 Сб.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 Степной	1-4 классы	111 Сб.2008г.	060	1,076	9,148	4,969	104,362	0,059	8,160	0,021	2,794	9,948	39,036	13,884
	5-11 классы	111 Сб.2008г.	100	1,793	15,246	8,281	173,937	0,098	13,600	0,035		16,580	65,060	23,140
Суп из овощей	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
	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
Тефтели с соусом	1-4 классы	423 Сб.1996г.	090	6,802	7,114	9,623	121,904	0,022	2,460		2,146	8,822	20,641	5,957
	5-11 классы	423 Сб.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 Сб.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 Сб.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 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	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	18,125	25,431	97,002	658,640	0,239	31,221	0,048	7,452	63,541	185,727	56,004
		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

* - 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
Суббота		2-я неделя		Завтрак										
Сельдь с гарниром	1-4 классы	83 Сб.1996г.	060	4,240	8,098	4,468	86,115	0,026	4,290	0,012	2,902	24,787	69,462	18,845
	5-11 классы	83 Сб.1996г.	060	4,240	8,098	4,468	86,115	0,026	4,290	0,012	2,902	24,787	69,462	18,845
Омлет натуральный	1-4 классы	284 Сб.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 Сб.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 Сб.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001			0,346		
	5-11 классы	628 Сб.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 Сб.1996г.	020	0,560		0,260	3,220					5,000	4,000	
	5-11 классы	24 Сб.1996г.	030	0,840		0,390	4,830					7,500	6,000	
Суп картофельный с макаронными изделиями	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
	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
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
Картофель отварной	1-4 классы	239 Сб.2008г.	150	3,094	0,155	30,474	128,393	0,186	30,938			15,469	89,720	35,579
	5-11 классы	239 Сб.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 Сб.2008г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000			16,000	18,000	10,000
	5-11 классы	293 Сб.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
Средний % пищевой ценности за неделю		1-4 классы	503	20,510	18,908	72,575	556,486	0,199	7,347	0,121	3,510	316,854	194,245	49,202
		5-11 классы	560	24,249	22,256	85,737	641,948	0,240	9,264	0,138	4,394	197,665	226,994	57,421
		1-4 классы	729	22,388	22,901	104,668	672,852	0,422	45,070	0,027	7,991	98,802	228,213	90,321
		5-11 классы	866	27,224	29,932	128,729	852,820	0,531	56,983	0,033	10,252	125,867	289,657	115,579

лг)
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

лг)
Железо
136,000
136,000
1,366
1,810
0,600
0,600
0,941
0,941
0,600
0,750
0,490
0,816
19,102
23,875
2,530
2,962
0,060
0,060
0,180
0,270
0,400
0,600
139,507
140,101
22,762
28,583

лг)
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
3,101
3,449
0,053
0,053
0,180
0,270
0,400
0,600
94,847
95,487
5,419
6,589

лг)
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

лг)
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

лг)
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
72,690
71,359
57,500
58,389

лг)
Железо
0,180
0,270
1,105
1,316
0,941
0,941
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
2,23
2,527
44,209
37,073

лг)
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

лг)
Железо
0,480
0,600
2,530
2,962
0,053
0,053
0,180
0,270
0,400
0,600
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
3,410
4,162
99,227
104,709

лг)
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

лг)
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

лг)
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
1,392
1,671
0,400
0,400
0,180
0,270
0,400
0,600
413,719
414,714
40,570
32,144
84,008
81,633
52,450
49,082