

СОГЛАСОВАНО:
Директор ГБОУ СОШ(ООШ)

с. Усеева

Михайлов И.А.



« 30 » 20 25 г.

УТВЕРЖДАЮ:
Генеральный директор
АО «Комбинат питания»

А.Н. Воронин



« 30 » 12

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

Осенне-зимнее (весеннее - *)

*Согласовано
с совещанием родителей
30.12.2025г.*

Циклическое меню

Наименование блюда		№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Понедельник		Завтрак														
1-я неделя		1-4 классы	423 С6 1996г	90	6,461	11,054	2,094	97,667	0,020	1,160	0,003	1,306	5,792	3,200	4,558	25,258
		5-11 классы	423 С6 1996г	100	5,521	11,124	2,203	98,124	0,025	1,200	0,003	2,210	6,539	3,894	4,846	27,818
Макаронные изделия отварные		1-4 классы	469 С6 1996г	180	6,437	5,117	46,011	244,528	0,105		0,025	1,431	12,512	54,426	9,967	0,746
		5-11 классы	469 С6 1996г	200	7,150	5,685	51,123	271,697	0,116		0,027	1,590	13,900	60,473	11,074	0,083
		1-4 классы	628 С6 1996г	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001		0,346				0,053
		5-11 классы	628 С6 1996г	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001		0,346				0,053
Хлеб пшеничный		1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180
		5-11 классы	ГОСТ 27844-88	025	1,900	0,250	12,425	56,500	0,028			0,420	5,000	16,250	3,500	0,225
		1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400
		5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	025	1,378	0,250	8,020	47,500	0,020			0,420	5,250	21,750	4,750	0,500
Понедельник		Обед														
1-я неделя		1-4 классы	60 С6 1996г	060	0,663	9,036	3,487	124,356	0,035	5,520		2,696	14,130	26,268	12,198	0,490
		5-11 классы	60 С6 1996г	100	1,105	11,060	5,812	207,260	0,058	9,200		4,494	23,550	43,780	20,330	0,816
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	1,556
		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	1,945
		1-4 классы	520 С6 1997г	090	11,548	8,565	2,097	119,962	0,006	0,960	0,003	1,306	2,764	5,192	2,472	36,838
		5-11 классы	520 С6 1997г	100	12,895	9,188	5,094	152,500	0,004	0,720	0,002	1,798	2,073	3,894	1,854	27,628
Капуста тушеная		1-4 классы	482 С6 1996г	150	3,593	5,267	28,511	125,461	0,111	88,320		2,241	83,598	62,415	31,572	84,606
		5-11 классы	482 С6 1996г	180	4,316	6,321	31,838	148,280	0,133	105,985		2,689	100,330	74,925	37,866	101,068
		1-4 классы	263 С6 2008г	180	0,878		32,139	126,104	0,005	0,549			30,740	21,137	16,470	4,158
		5-11 классы	263 С6 2008г	180	0,878		32,139	126,104	0,005	0,549			30,740	21,137	16,470	4,158
Компот из сухофруктов		1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180
		5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270
		1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400
		5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600
Понедельник		Полдник														
1-я неделя		1-4 классы	293 С6 2008г	075	4,950	3,375	47,100	245,250								
		5-11 классы	293 С6 2008г	100	6,600	4,500	62,800	327,000								
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	0,600
		5-11 классы	293 С6 2008г	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000			14,000	14,000	8,000	0,600
Завтрак		1-4 классы	611 классы	510	16,720	16,602	79,471	482,662	0,163	1,161	0,028	3,297	28,860	88,026	21,125	26,637
		5-11 классы	611 классы	550	16,149	17,360	88,781	531,088	0,189	1,201	0,030	4,640	31,035	102,367	24,170	28,679
Обед		1-4 классы	720 классы	720	24,160	27,660	101,162	706,693	0,397	104,649	0,003	10,018	165,262	214,912	97,512	128,228
		5-11 классы	720 классы	870	29,060	32,517	122,632	918,419	0,510	128,079	0,002	14,000	201,268	276,211	121,690	136,486
Полдник		1-4 классы	300 классы	276	5,950	3,375	70,500	335,250	0,020	4,000	0,000	0,000	14,000	14,000	8,000	0,600
		5-11 классы	300 классы	300	7,600	4,600	86,200	421,000	0,020	4,000	0,000	0,000	14,000	14,000	8,000	0,600

* - 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	Кальции	Фосфор	Магний	Железо	
Вторник		Завтрак														
	Орешки консервированные	24 Сб 1996г.	020	0,560		0,260	3,220					5,000	4,000		0,240	
	Биточки с соусом	24 Сб 1996г.	030	0,840		0,390	4,830					7,500	6,000		0,360	
		423 Сб 1996г.	90	10,843	10,030	9,974	133,166	0,020	1,160	0,003	1,306	5,792	14,492	4,558	36,970	
		423 Сб 1996г.	100	12,665	13,566	12,404	175,920	0,025	1,020	0,002	2,210	6,539	3,894	4,846	27,818	
	Рис отварной	465 Сб 1996г.	150	3,668	5,218	41,803	219,038	0,044		0,027	0,402	14,580	53,730	11,543	0,986	
		485 Сб 1996г.	180	4,641	6,261	50,163	262,845	0,053		0,032	0,482	17,496	64,476	13,851	1,183	
	Чай фруктовый	629 Сб 1996г.	200	0,243	0,200	14,970	56,850	0,003	2,801			3,111	1,540	0,840	0,090	
		629 Сб 1996г.	200	0,243	0,200	14,970	56,850	0,003	2,801			3,111	1,540	0,840	0,090	
	Хлеб пшеничный	ГОСТ 27844-88	020	1,900	0,250	12,425	56,500	0,028			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180	
		ГОСТ 27844-88	025	1,900	0,250	12,425	56,500	0,028			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180	
	Хлеб ржаной	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400	
		ГОСТ 26983-2015	025	1,378	0,250	8,020	47,500	0,020			0,420	5,250	21,750	4,750	0,500	
	Обед															
Вторник		1-я неделя														
	Салат Витаминный/Салат из свежих помидоров, яблок и консервированных огурцов	37 Сб 2015г.	060	1,276	2,836	7,317	49,219	0,044	7,078		0,813	12,707	28,457	10,584	0,533	
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	37 Сб 2015г.	100	2,126	3,060	12,196	82,032	0,073	11,796		1,354	21,177	47,427	17,639	0,888	
		110 Сб 1996г.	210	3,833	5,522	11,708	96,080	0,048	16,830	0,006	1,819	37,900	45,972	27,120	56,044	
	Голубцы куриные с соусом	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	70,053	
		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	36,981	
		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	27,818	
	Каша гречневая рассыпчатая	463 Сб 1996г.	150	7,716	5,384	26,323	232,585	0,255	0,021	4,160	30,366	154,621	0,158	2,985		
		463 Сб 1996г.	180	8,715	6,460	32,561	278,971	0,306	0,025	4,989	36,456	185,444	0,189	3,580		
	Компот из кураги	280 Сб 2008г.	180	1,732	39,909	158,796	0,037	1,480			635,690	54,020	38,850	0,060		
		280 Сб 2008г.	180	1,732	39,909	158,796	0,037	1,480			635,690	54,020	38,850	0,060		
	Хлеб пшеничный	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,160	
		ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270	
	Хлеб пшеничный	ГОСТ 27844-88	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400	
		ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600	
Вторник		1-я неделя														
	Сок фруктовый, (1 шт)	293 Сб 2008г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000			14,000	14,000	8,000	0,600	
		293 Сб 2008г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000			14,000	14,000	8,000	0,600	
	Сыр	СТО 71063300-003	016	3,580	3,500		47,400			0,025	0,060	129,000	102,000	6,800	136,000	
		СТО 71063300-003	025	5,590	5,470		74,060			0,069	0,094	201,560	159,375	10,625	212,500	
	Батон	ГОСТ 31805-2018	040	3,160	0,400	20,760	94,400	0,060		1,000	10,000	32,800	13,200	0,600	0,600	
		ГОСТ 31805-2018	050	3,950	0,500	25,950	118,000	0,075		1,250	12,500	41,000	16,500	0,750	0,750	
	Завтрак	1-4 классы	600	18,136	15,828	83,363	495,474	0,106	3,961	0,030	2,268	36,693	104,162	23,541	38,866	
		6-11 классы	660	21,710	23,424	93,992	601,848	0,228	36,271	0,008	5,922	714,371	194,246	59,156	99,089	
	Обед	1-4 классы	730	24,809	24,292	111,063	777,860	0,189	26,538	0,009	4,498	700,464	174,261	87,902	94,198	
		6-11 классы	880	23,363	23,724	103,616	668,848	0,252	36,271	0,008	6,422	720,671	220,346	104,896	99,689	
	Полдник	1-4 классы	266	7,740	3,900	44,160	235,800	0,080	4,610	0,025	1,060	163,000	148,800	28,000	137,200	
		6-11 классы	276	10,540	5,970	49,350	286,060	0,056	4,797	0,069	1,344	228,060	214,376	36,126	213,860	
ИТОГО:																

* - действует с 01 марта

Циклическое меню

Наименование блюда		№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)		Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)						
				Белки	Жиры		Углеводы	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо			
Среда		Завтрак																
Горячий бутерброд Пикантный	1-4 классы	384 С6 2008г	040	2,482	3,440	13,257	68,709	0,022		0,021	0,280	4,000	13,000	2,800	0,180			
	5-11 классы	384 С6 2008г	040	2,482	3,440	13,257	68,709	0,022		0,021	0,280	4,000	13,000	2,800	0,180			
	Каша геркулесовая молочная	109 С6 2008г	230	10,893	11,674	26,546	244,294	0,056	3,700	1,276	14,540	19,460	39,142	92,485				
	Жидкая, с маслом, сахаром	109 С6 2008г	270	12,133	12,591	31,362	275,773	0,066	3,700	2,255	14,540	19,460	46,062	92,582				
	Компот из свежих яблок	702 С6 1997г	200	0,080		28,052	127,760	0,004	0,720	0,480	2,400	4,000	4,000	0,152				
	5-11 классы	702 С6 1997г	200	0,080		28,052	127,760	0,004	0,720	0,480	2,400	4,000	4,000	0,152				
Батон	1-4 классы	ГОСТ 31805-2018	030	2,370	0,300	15,570	70,800	0,060		1,000	10,000	32,800	13,200	0,600				
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2018	040	3,160	0,400	20,760	94,400	0,060		1,000	10,000	32,800	13,200	0,600				
Среда		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	0,798			
	5-11 классы	23 С6 2008г	100	1,615	8,995	10,260	145,560	0,019	9,500		2,233	35,150	40,850	40,850	1,330			
	1-4 классы	139 С6 1996г	250	2,840	2,673	23,945	125,525	0,118	16,500		1,343	17,500	63,500	24,050	0,887			
	5-11 классы	139 С6 1996г	250	2,840	2,673	23,945	125,525	0,118	16,500		1,343	17,500	63,500	24,050	0,887			
	1-4 классы	193 С6 2008г	150	16,849	14,407	40,868	330,808	0,106	2,697		2,849	33,235	68,123	21,137	3,101			
	5-11 классы	193 С6 2008г	200	18,671	19,213	44,528	362,073	0,126	3,595		3,650	41,941	90,771	27,628	3,449			
	1-4 классы	628 С6 1996г	200	0,200	0,051	15,010	57,267	0,001	0,001		0,346	0,346	0,053	0,053				
	5-11 классы	628 С6 1996г	200	0,200	0,051	15,010	57,267	0,001	0,001		0,346	0,346	0,053	0,053				
	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022		0,280	4,000	13,000	2,800	0,180				
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,260	0,270	14,910	67,800	0,033		0,500	6,000	19,500	4,200	0,270				
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 26883-2015	020	1,102	0,200	6,416	36,000	0,016		0,280	4,000	17,400	3,800	0,400				
	5-11 классы	ГОСТ 26883-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024		0,500	6,000	26,100	5,700	0,600				
Среда		Полдник																
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	0,600			
	5-11 классы	293 С6 2008г	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000			14,000	14,000	8,000	0,600			
	1-4 классы	29 С6 1997г	050	1,600	15,100	30,140	263,000											
	5-11 классы	29 С6 1997г	050	1,600	15,100	30,140	263,000											
ИТОГО:	Завтрак	1-4 классы	500	16,826	16,414	83,426	511,663	0,142	4,420	0,021	2,556	29,020	67,660	66,142	93,417			
	Обед	5-11 классы	550	17,856	16,431	93,431	566,642	0,162	4,420	0,021	3,536	29,020	67,660	66,062	93,614			
		5-11 классы	700	23,480	24,508	102,336	706,130	0,273	24,698	0,000	6,092	80,371	186,533	76,297	6,419			
Полдник	ИТОГО:	5-11 классы	810	27,269	31,602	118,277	816,216	0,320	29,696	0,000	8,226	107,237	102,428	6,689				
		1-4 классы	250	2,600	16,100	63,640	367,000	0,020	4,000	0,000	0,000	14,000	14,000	8,000	0,600			
		5-11 классы	250	2,600	16,100	63,640	367,000	0,020	4,000	0,000	0,000	14,000	14,000	8,000	0,600			

* - действует с 01 марта

Циклическое меню

Наименование блюда		№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо		
Четверг		Завтрак															
Икра кабачковая(порционно) Макароны(вермишель), запеченные с сыром Сок фруктовый Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	1-4 классы	31 Сб 1997г.	020	0,400	1,800	1,720	24,400	0,004	1,400				8,200	13,400	7,000	1,400	
	5-11 классы	31 Сб 1997г.	030	0,600	2,700	2,580	36,600	0,006	2,100				12,300	20,100	10,500	2,100	
	1-4 классы	469 Сб 1996г.	940	11,774	13,570	49,941	339,179	0,022	1,150	0,003	1,306		5,957	15,412	4,748	36,981	
	5-11 классы	469 Сб 1996г.	270	13,245	15,013	56,184	381,543	0,025	0,970	0,002	1,798		6,379	17,384	4,856	27,818	
	1-4 классы	293 Сб 2008г.	200	1,000	1,000	23,400	94,000	0,020	4,000				16,000	18,000	10,000	0,400	
	5-11 классы	293 Сб 2008г.	200	1,000	1,000	23,400	94,000	0,020	4,000				16,000	18,000	10,000	0,400	
Четверг	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022			0,280		4,000	13,000	2,800	0,180	
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	025	1,900	0,250	12,425	56,500	0,028			0,420		5,000	16,250	3,500	0,225	
	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280		4,200	17,400	3,800	0,400	
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	025	1,378	0,250	8,020	47,500	0,020			0,500		5,250	21,750	4,700	0,500	
	Обед																
	1-4 классы	60 Сб 1996г.	060	1,167	6,193	5,485	79,707	0,035	5,520		2,696		14,130	26,268	12,198	0,490	
Четверг	5-11 классы	60 Сб 1996г.	100	1,945	7,321	9,142	132,845	0,058	9,200		4,494		23,550	43,780	20,330	0,816	
	1-4 классы	120 Сб 1996г.	210	1,804	5,530	8,801	85,780	0,066	26,510	0,006	1,774		37,540	43,204	18,240	19,102	
	5-11 классы	120 Сб 1996г.	260	2,181	6,538	10,929	104,325	0,082	33,125	0,006	2,214		44,675	52,455	22,550	23,875	
	1-4 классы	202 Сб 2008г.	060	13,802	8,114	13,843	163,904	0,022	2,460	0,003	1,306		8,822	20,641	5,957	37,071	
	5-11 классы	202 Сб 2008г.	100	16,301	9,214	15,784	200,764	0,027	2,820	0,002	1,798		10,677	25,617	6,746	27,956	
	1-4 классы	251 Сб 1997г.	150	3,675	7,419	35,220	250,013	0,215	35,625	0,002	4,787		23,400	108,525	43,575	1,622	
Четверг	5-11 классы	251 Сб 1997г.	180	4,410	8,530	42,264	285,015	0,258	42,750	0,002	5,745		28,080	130,230	52,290	1,946	
	1-4 классы	289 Сб 2008г.	180	0,720	0,180	24,273	96,705	0,027	216,000		0,308		12,150	3,600	3,600	5,081	
	5-11 классы	289 Сб 2008г.	180	0,720	0,180	24,273	96,705	0,027	216,000		0,308		12,150	3,600	3,600	5,081	
	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,270	9,940	45,200	0,022			0,280		4,000	13,000	2,800	0,180	
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033			0,500		6,000	19,500	4,200	0,270	
	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280		4,200	17,400	3,800	0,400	
Четверг	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500		6,300	26,100	5,700	0,600	
	Полдник																
	1-4 классы	293 Сб 2008г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000				14,000	14,000	8,000	0,600	
	5-11 классы	293 Сб 2008г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000				14,000	14,000	8,000	0,600	
	5-11 классы		075	5,558	4,612	26,220	195,375										
	5-11 классы		090	6,669	5,535	31,460	234,450										
Четверг	Завтрак	1-4 классы	600	16,796	16,750	91,417	640,775	0,084	6,550	0,003	1,866		38,357	77,212	28,348	39,361	
	Обед	6-11 классы	550	18,123	18,213	102,609	616,143	0,039	7,070	0,002	2,638		44,929	93,484	33,606	31,043	
		1-4 классы	730	23,750	27,536	103,978	759,509	0,403	286,116	0,009	11,431		104,242	232,638	90,170	63,946	
		5-11 классы	880	29,450	32,173	126,926	844,454	0,509	303,896	0,008	16,559		131,432	301,282	116,416	60,544	
	Полдник	1-4 классы	275	6,568	4,612	49,620	289,376	0,020	4,000	0,000	0,000		14,000	14,000	8,000	0,600	
		5-11 классы	290	7,669	5,535	54,860	328,460	0,020	4,000	0,000	0,000		14,000	14,000	8,000	0,600	
ИТОГО:																	

* - действует с 01 марта

Циклическое меню

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)		Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)					
			Белки	Жиры		Углеводы	В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо		
Завтрак																
Пятница																
Десерт фруктовый (яблоко свежее)	1-4 классы	70	0,280		6,860	26,600										
	24 сб.1996г.				6,860	26,600										
	5-11 классы	70	0,280		6,860											
	1-4 классы	210	12,760	17,584	37,963	287,077	0,019	0,020	0,293	6,919	23,407	5,001	0,452			
	114 сб.2008г.				39,963	344,335	0,025	0,020	0,352	8,792	30,786	6,618	0,594			
	114 сб.2008г.	260	13,800	18,400	39,963	344,335	0,003	2,801	0,840	3,111	15,40	0,840	0,090			
	5-11 классы	187	0,243	0,046	13,761	53,710	0,003	2,801	0,840	3,111	15,40	0,840	0,090			
	629 сб.1996г.				13,761	53,710	0,003									
	Чай с лимоном	187	0,243	0,046	13,761	53,710	0,003									
	629 сб.1996г.				13,761	53,710	0,003									
Батон	ГОСТ 31805-2018	040	3,160	0,400	20,760	94,400	0,060		1,000	10,000	32,800	13,200	0,600			
	ГОСТ 31805-2018	050	3,950	0,500	25,950	118,000	0,075		1,250	12,500	41,000	16,500	0,750			
Обед																
Пятница																
Салат из белокочанной капусты/Салат из огурцов* Рассольник ленинградский со сметаной Котлеты Курдюные с соусом 1-4 классы 5-11 классы 42 Сб.2008г. 42 Сб.2008г. 202 Сб.2008г. 202 Сб.2008г. 1-4 классы 5-11 классы 463 Сб.1996г. 1-4 классы 463 Сб.1996г. 1-4 классы 283 Сб.2008г. 180 0,878 283 Сб.2008г. ГОСТ 27844-88 1-4 классы ГОСТ 27844-88 5-11 классы 1-4 классы ГОСТ 26883-2015 1-4 классы ГОСТ 26883-2015	62 Сб.1997г.	060	0,929	3,003	5,968	53,564	0,032	23,950		1,298	24,878	17,963	9,848	0,489		
	66 Сб.1997г.	100	1,550	5,005	9,951	89,292	0,053	39,950		2,163	41,494	29,959	16,424	0,816		
	1-4 классы	210	2,288	5,588	16,298	116,572	0,085	12,850	0,006	1,771	24,280	54,000	19,240	0,808		
	5-11 классы	260	2,785	6,510	20,300	142,815	0,106	16,050	0,006	2,211	28,100	65,950	23,800	1,007		
	1-4 классы	090	10,802	10,114	13,843	163,904	0,022	2,460	0,003	1,306	8,822	20,641	5,957	37,071		
	5-11 классы	100	13,301	12,414	15,784	200,764	0,027	2,820	0,002	1,798	10,677	25,617	6,746	27,956		
	1-4 классы	150	7,716	5,384	26,323	232,585	0,255	0,021	4,160	30,396	154,621	0,158	2,985			
	5-11 классы	180	8,715	6,460	32,561	278,971	0,306	0,025	4,989	36,456	185,444	0,189	3,580			
	1-4 классы	180	0,878	32,139	126,104	0,005	0,549			30,740	21,137	16,470	4,158			
	5-11 классы	180	0,878	32,139	126,104	0,005	0,549			30,740	21,137	16,470	4,158			
	1-4 классы	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022	0,002	0,280	4,000	13,000	2,800	0,180			
	5-11 классы	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033	0,003	0,500	6,000	19,500	4,200	0,270			
	1-4 классы	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016	0,006	0,280	4,200	17,400	3,800	0,400			
	5-11 классы	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024	0,002	0,500	6,300	26,100	5,700	0,600			
	Полдник															
	Пятница															
Кондитерские изделия (печенье) Йогурт Завтрак Обед Полдник	1-4 классы	050	1,600	15,100	30,140	263,000										
	29 Сб.1997г.				30,140	263,000										
	5-11 классы	050	1,600	15,100	30,140	263,000	0,030	0,000	0,010	124,000	95,000	15,000	0,100			
	1-4 классы	100	5,000	1,500	3,500	51,000	0,030	0,000	0,010	124,000	95,000	15,000	0,100			
	5-11 классы	100	5,000	1,500	3,500	51,000	0,030	0,000	0,010	124,000	95,000	15,000	0,100			
	1-4 классы	607	16,443	18,030	79,344	461,787	0,082	2,801	0,020	1,293	20,030	67,747	19,041	1,142		
	5-11 классы	667	18,273	18,846	86,634	642,646	0,103	2,801	0,020	1,602	24,403	73,326	23,968	1,434		
	1-4 классы	730	26,236	24,468	110,927	776,929	0,437	39,809	0,030	127,316	298,762	68,273	46,091			
	5-11 классы	880	31,162	31,069	136,269	962,746	0,864	59,369	0,033	12,161	169,767	373,707	73,529	38,387		
	1-4 классы	160	6,600	16,600	33,640	314,000	0,030	0,600	0,010	124,000	95,000	15,000	0,100			
5-11 классы	160	6,600	16,600	33,640	314,000	0,030	0,600	0,010	124,000	95,000	15,000	0,100				
ИТОГО:																

* - действует с 01 марта

Циклическое меню

Наименование блюда		№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо		
Суббота																	
1-я неделя																	
Печенье	1-4 классы	31 С6 1997г.	050	3,750	5,900	27,200	208,500	0,004	1,400					8,200	13,400	7,000	1,400
	5-11 классы	31 С6 1997г.	050	3,750	5,900	27,200	208,500	0,004	1,400					8,200	13,400	7,000	1,400
	Суп молочный с вермишелью	53 С6 2008г.	210	8,534	10,426	20,275	146,730	0,018	2,160			1,860		6,522	18,641	4,957	27,071
	5-11 классы	53 С6 2008г.	250	10,159	12,413	24,137	174,680	0,022	2,460			2,146		8,822	20,641	5,957	37,071
	Чай с сахаром	628 С6 1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267	0,001	0,001					0,346			0,053
	5-11 классы	628 С6 1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267	0,001	0,001					0,346			0,053
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	0,600
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2018	050	3,950	0,500	25,950	118,000	0,075				1,250		12,500	41,000	16,500	0,750
Суббота																	
1-я неделя																	
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	0,140
	5-11 классы	31 С6 1997г.	030	0,930	0,600	2,130	12,300	0,033	3,000			0,360		4,800	15,900	6,300	0,210
	1-4 классы	132 С6 1996г.	200	3,514	3,525	10,490	76,426	0,073	17,800			1,550		18,880	40,380	17,180	0,636
	5-11 классы	132 С6 1996г.	250	3,893	4,406	13,113	95,533	0,081	22,250			1,937		23,600	50,475	21,475	0,795
	1-4 классы	423 С6 1996г.	90	10,843	10,030	9,974	193,166	0,020	1,160		0,003	1,306		5,792	14,492	4,558	36,970
	5-11 классы	423 С6 1996г.	100	12,665	13,566	12,404	205,920	0,025	1,020		0,002	2,210		6,539	3,894	4,846	27,818
	1-4 классы	465 С6 1996г.	150	4,868	10,218	41,803	250,038	0,044			0,027	0,402		14,580	53,730	11,543	0,986
	5-11 классы	465 С6 1996г.	180	4,641	11,261	50,163	262,845	0,053			0,032	0,462		17,496	64,476	13,851	1,183
	1-4 классы	293 С6 2008г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000					16,000	18,000	10,000	0,400
	5-11 классы	293 С6 2008г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000					16,000	18,000	10,000	0,400
	Сок фруктовый	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022				0,280		4,000	13,000	2,800	0,180
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033				0,500		6,000	19,500	4,200	0,270
	Хлеб пшеничный	ГОСТ 26883-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016				0,280		4,200	17,400	3,800	0,400
	5-11 классы	ГОСТ 26883-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024				0,500		6,300	26,100	5,700	0,600
Суббота																	
1-я неделя																	
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	0,600
	5-11 классы	293 С6 2008г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000					14,000	14,000	8,000	0,600
	1-4 классы	29 С6 1997г.	050	1,600	15,100	30,140	263,000										
	5-11 классы	29 С6 1997г.	050	1,600	15,100	30,140	263,000										
Кондитерские изделия (вафля)	1-4 классы	1-4 классы	500	15,644	16,777	83,245	506,897	0,082	3,561		0,000	2,860		25,068	64,841	25,157	29,124
	5-11 классы	5-11 классы	550	18,059	18,864	92,297	568,447	0,101	3,861		0,000	3,386		29,868	75,041	29,457	39,274
	1-4 классы	1-4 классы	700	23,467	24,563	103,443	705,030	0,217	24,960		0,030	4,068		66,662	167,602	64,081	39,712
ИТОГО:	5-11 классы	5-11 классы	820	27,062	30,403	126,744	795,398	0,279	30,270		0,034	6,989		80,735	198,346	66,372	31,276
	1-4 классы	1-4 классы	260	2,600	15,100	53,640	357,000	0,020	4,000		0,000	0,000		14,000	14,000	8,000	0,600
Полдник	5-11 классы	5-11 классы	250	2,600	15,100	53,640	357,000	0,020	4,000		0,000	0,000		14,000	14,000	8,000	0,600
	1-4 классы	1-4 классы	250	2,600	15,100	53,640	357,000	0,020	4,000		0,000	0,000		14,000	14,000	8,000	0,600

ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо		
Завтрак																
Понедельник																
Бутерброд с маслом Каша молочная жидкая "Дружба-с маслом сахаром Какао растворимый	1-4 классы	2 С6 1996г.	050	3,170	7,610	19,970	156,500	0,022		0,021	0,280	4,000	13,000	2,800	0,180	
	5-11 классы	2 С6 1996г.	060	3,930	7,700	24,940	179,100	0,033		0,025	0,500	6,000	19,500	4,200	0,270	
	1-4 классы	102 С6 2008г.	250	8,822	7,298	37,823	232,420	0,081		0,040	0,690	9,270	42,180	14,560	1,105	
	5-11 классы	102 С6 2008г.	290	10,672	7,910	42,457	259,331	0,097		0,040	0,769	10,603	50,216	17,412	1,316	
	1-4 классы	762С6 1997г.	200	3,580	2,728	17,070	138,000	0,027		0,900	0,018	109,170	81,900	12,600	0,941	
	5-11 классы	762С6 1997г.	200	3,580	2,728	17,070	138,000	0,027		0,900	0,018	109,170	81,900	12,600	0,941	
Обед																
Понедельник																
Салат из свежкй отварной Суп картофельный с клецками Ежики в соусе Пюре из гороха Напиток лимонный Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	1-4 классы	23 С6 2008г.	060	0,969	6,997	6,156	109,330	0,011		5,700	1,340	21,090	24,510	24,510	0,798	
	5-11 классы	23 С6 2008г.	100	1,615	8,995	10,260	145,550	0,019		9,500	2,233	35,150	40,850	40,850	1,330	
	1-4 классы	46 С6 2008г.	200	3,000	2,630	13,500	140,000	0,084		10,450	1,074	33,850	85,650	32,470	1,400	
	5-11 классы	46 С6 2008г.	260	3,750	3,288	16,870	151,000	0,118		13,000	1,343	42,310	107,060	40,590	1,750	
	1-4 классы	202 С6 2008г.	090	10,802	10,114	13,843	163,904	0,022		2,460	0,003	1,306	8,822	20,641	5,957	37,071
	5-11 классы	202 С6 2008г.	100	13,301	12,414	15,784	200,764	0,027		2,820	0,002	1,798	10,677	25,617	6,746	27,956
	1-4 классы	270 С6 1996г.	150	9,131	5,924	40,345	230,286	0,629		0,021	6,479	63,418	158,888	61,617	4,899	
	5-11 классы	270 С6 1996г.	180	10,020	6,908	44,015	240,349	0,755		0,025	7,775	76,103	190,671	73,942	5,879	
	1-4 классы	289 С6 2008г.	180	0,130	22,075	86,328	0,006		5,760	1,728	0,151	6,192	3,168	1,728	0,151	
	5-11 классы	289 С6 2008г.	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022		5,760	0,280	4,000	13,000	2,800	0,180	
Полдник																
2-я неделя																
Сок фруктовый, (1 шт) Сыр Батон Завтрак Обед Полдник	1-4 классы	293 С6 2008г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020		4,000		14,000	14,000	8,000	0,600	
	5-11 классы	293 С6 2008г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020		4,000		14,000	14,000	8,000	0,600	
	1-4 классы	СТО 71063300-003-	016	3,580	3,500		47,400		0,025	0,060	0,060	129,000	102,000	6,800	136,000	
	5-11 классы	СТО 71063300-003-	025	5,590	5,470		74,060		0,069	0,069	0,069	201,560	159,375	10,625	212,500	
	1-4 классы	ГОСТ 31805-2018	040	3,160	0,400	20,760	94,400	0,060		1,000	1,000	32,800	13,200	0,600		
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2018	050	3,950	0,500	25,950	118,000	0,075		1,250	1,250	41,000	16,500	0,750		
	1-4 классы	6-11 классы	600	16,672	17,636	74,863	526,920	0,130		0,900	0,079	122,440	137,080	29,960	2,226	
	5-11 классы	6-11 классы	660	18,182	18,338	84,467	576,431	0,167		0,900	0,083	126,773	161,616	34,212	2,527	
	1-4 классы	6-11 классы	720	26,664	26,046	112,276	813,048	0,800		10,769	141,672	323,267	132,882	44,899		
	5-11 классы	6-11 классы	870	32,749	32,176	133,638	948,791	0,982		14,149	182,732	412,966	173,766	37,936		
Итого:																
Полдник	1-4 классы	6-11 классы	266	7,740	3,900	44,160	236,800	0,080		4,510	1,060	163,000	148,800	28,000	137,200	
	5-11 классы	6-11 классы	275	10,540	5,970	49,360	286,060	0,095		4,797	1,344	228,060	214,375	35,125	213,850	

* - действует с 01 марта

Циклическое меню

Наименование блюда		№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Вторник		Завтрак														
Опунцы консервированные Котлеты Куриные с соусом Каша гречневая рассыпчатая Компот из свежих яблок Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	1-4 классы	522 С6 1996г	020	0,140		0,360	2,000	0,004	1,400	0,006	0,020	3,400	8,400		0,004	
	5-11 классы	522 С6 1996г	030	0,210		0,540	3,000	0,006	2,100	0,009	0,030	5,100	12,600		0,006	
	1-4 классы	202 С6 2008г	090	10,802	10,114	13,843	163,904	0,022	2,460	0,003	1,306	8,822	20,641	5,957	37,071	
	5-11 классы	202 С6 2008г	100	13,301	12,414	15,784	200,764	0,027	2,820	0,002	1,798	10,677	25,617	6,746	27,956	
	1-4 классы	463 С6 1996г	150	7,716	5,384	26,323	232,585	0,255		0,021	4,160	30,396	154,621	0,158	2,985	
	5-11 классы	463 С6 1996г	180	8,715	6,460	32,561	278,971	0,306		0,025	4,989	36,456	185,444	0,189	3,590	
	1-4 классы	702 С6 1997г	200	0,080		33,552	127,760	0,004	0,720		0,025	0,480	2,400	4,000	0,152	
	5-11 классы	702 С6 1997г	200	0,080		33,552	127,760	0,004	0,720		0,025	0,480	2,400	4,000	0,152	
	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180	
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	025	1,900	0,250	12,425	56,500	0,028			0,420	5,000	16,250	3,500	0,225	
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016		0,280	4,200	17,400	3,800	0,400		
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	025	1,378	0,250	8,020	47,500	0,020		0,420	5,250	21,750	4,750	0,500		
Вторник		Обед														
Винегрет овощной Уха Палочки с крупой с соусом Макаронные изделия отварные Чай с лимоном Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	1-4 классы	60 С6 1996г	060	1,167	6,193	5,485	79,707	0,035	5,520		2,696	14,130	26,268	12,198	0,450	
	5-11 классы	60 С6 1996г	100	1,945	8,321	9,142	132,845	0,068	9,200		4,494	23,550	43,780	20,330	0,816	
	1-4 классы	72 С6 2008г	200	3,970	2,840	16,232	102,530	0,066	26,510	0,006	1,774	37,540	43,204	18,240	19,102	
	5-11 классы	72 С6 2008г	250	4,400	3,363	20,290	124,225	0,082	33,125	0,006	2,214	44,675	52,455	22,550	23,875	
	1-4 классы	423 С6 1996г	090	6,802	7,114	9,623	121,904	0,022	2,460		2,146	8,822	20,641	5,957	37,071	
	5-11 классы	423 С6 1996г	100	7,201	9,414	11,784	158,764	0,027	2,820		2,554	10,677	25,617	6,746	27,956	
	1-4 классы	469 С6 1996г	150	5,365	4,265	37,247	203,790	0,087		0,021	1,193	10,427	45,359	8,306	0,622	
	5-11 классы	469 С6 1996г	180	6,437	5,117	46,011	244,528	0,105		0,025	1,431	12,512	54,426	9,967	0,746	
	1-4 классы	629 С6 1996г	187	0,243	0,046	13,761	53,710	0,003	2,801			3,111	1,540	0,840	0,090	
	5-11 классы	629 С6 1996г	187	0,243	0,046	13,761	53,710	0,003	2,801			3,111	1,540	0,840	0,090	
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022		0,280	4,000	13,000	2,800	0,180		
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033		0,500	6,000	19,500	4,200	0,270		
	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016		0,280	4,200	17,400	3,800	0,400		
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024		0,500	6,300	26,100	5,700	0,600		
Вторник		Полдник														
Булочка "Загадка" Сок фруктовый, (1 шт) Завтрак Обед ИТОГО: Полдник	1-4 классы		075	4,950	3,375	47,100	245,250									
	5-11 классы		200	6,600	4,500	62,800	327,000									
	1-4 классы	293 С6 2008г	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000			14,000	14,000	8,000	0,600	
	5-11 классы	293 С6 2008г	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000			14,000	14,000	8,000	0,600	
	1-4 классы	1-4 классы	600	21,360	16,878	90,434	609,449	0,323	4,680	0,030	6,046	61,298	216,462	16,716	40,752	
	5-11 классы	6-11 классы	560	25,684	19,374	102,882	714,456	0,391	5,640	0,036	7,667	62,963	264,061	19,186	32,419	
	1-4 классы	1-4 классы	727	20,169	20,838	98,704	644,841	0,261	37,291	0,027	8,369	82,230	167,412	62,141	67,956	
	5-11 классы	5-11 классы	877	24,169	26,831	126,522	838,872	0,332	47,946	0,031	11,693	106,825	223,418	70,333	64,363	
	1-4 классы	1-4 классы	276	6,960	3,376	70,500	339,260	0,020	4,000	0,000	0,000	14,000	14,000	8,000	0,600	
	5-11 классы	5-11 классы	300	7,600	4,500	86,200	421,000	0,020	4,000	0,000	0,000	14,000	14,000	8,000	0,600	

* - действует с 01 марта

Циклическое меню

Наименование блюда		№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)										
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо								
Среда		Завтрак																					
Помидоры консервированные (Плов из птицы (филе куриное) Чай с шиповником Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	1-4 классы	24 С6 1996г.	050	1,400		0,650	8,050											12,500	10,000				0,600
	5-11 классы	24 С6 1996г.	050	1,400		0,650	8,050											12,500	10,000				0,600
	1-4 классы	193 С6 2008г.	200	13,742	16,244	45,518	326,844	0,106	2,697		2,849	33,235	68,123	21,137				33,235	68,123				3,101
	5-11 классы	193 С6 2008г.	250	15,192	20,157	60,692	415,766	0,126	3,595		3,650	41,941	90,771	27,628				41,941	90,771				3,449
	1-4 классы	628 С6 1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001			0,346						0,346					0,053
	5-11 классы	628 С6 1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001			0,346						0,346					0,053
	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	025	1,900	0,250	12,425	56,500	0,028			0,420	5,000	16,250	3,500				5,000	16,250				0,225
	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				5,000	16,250				0,225
	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	025	1,378	0,250	8,020	47,500	0,020			0,420	5,250	21,750	4,750				5,250	21,750				0,500
	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				5,250	21,750				0,500
Среда		Обед																					
Салат из моркови и яблок/Салат из помидоров* Борщ с капустой и картофелем со сметаной Биточки с соусом Картофельное пюре 1-4 классы Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	1-4 классы	11 С6 2008г.	060	1,661	6,031	8,678	113,000	0,024	2,154		2,751	18,702	21,210				18,702	21,210				0,085	
	5-11 классы	11 С6 2008г.	100	1,700	7,750	14,464	149,000	0,040	3,590		4,584	31,170	35,350	26,180				31,170	35,350				0,142
	1-4 классы	110 С6 1996г.	210	3,833	5,522	11,708	96,080	0,048	16,830	0,006	1,819	37,900	45,972	27,120				37,900	45,972				56,044
	5-11 классы	110 С6 1996г.	260	4,217	6,528	14,562	117,200	0,060	21,025	0,006	2,270	45,125	55,915	33,650				45,125	55,915				70,053
	1-4 классы	423 С6 1996г.	90	10,843	10,030	9,974	133,166	0,020	1,160	0,003	1,306	5,792	14,492	4,568				5,792	14,492				36,970
	5-11 классы	423 С6 1996г.	100	12,665	13,566	12,404	175,920	0,025	1,210	0,002	2,210	6,539	3,894	4,846				6,539	3,894				27,818
	1-4 классы	472 С6 1996г.	150	3,263	4,497	26,370	154,200	0,161	25,875	0,026	0,144	41,310	95,910	32,805				41,310	95,910				1,390
	5-11 классы	472 С6 1996г.	180	3,916	5,396	31,644	185,040	0,193	31,050	0,031	0,172	49,572	115,092	39,366				49,572	115,092				1,668
	1-4 классы	283 С6 2008г.	180	0,878		32,139	126,104	0,005	0,549			30,740	21,137	16,470				30,740	21,137				4,158
	5-11 классы	283 С6 2008г.	180	0,878		32,139	126,104	0,005	0,549			30,740	21,137	16,470				30,740	21,137				4,158
1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800				4,000	13,000				0,180	
5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033			0,500	6,000	19,500	4,200				6,000	19,500				0,270	
1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800				4,200	17,400				0,400	
5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700				6,300	26,100				0,600	
Среда		Полдник																					
Сок фруктовый, (1 шт) Кондитерские изделия (вафля) Завтрак Обед ИТОГО: Полдник	1-4 классы	293 С6 2008г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000			14,000	14,000				14,000	14,000				0,600	
	5-11 классы	293 С6 2008г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000			14,000	14,000				14,000	14,000				0,600	
	1-4 классы	29 С6 1997г.	050	1,600	15,100	30,140	263,000																
	5-11 классы	29 С6 1997г.	050	1,600	15,100	30,140	263,000																
	1-4 классы	1-4 классы	600	18,620	16,796	81,623	496,161	0,164	2,698	0,000	3,689	56,331	116,123				56,331	116,123				4,479	
	5-11 классы	6-11 классы	650	20,070	20,708	96,797	686,083	0,174	3,596	0,000	4,490	66,037	138,771				66,037	138,771				4,827	
	1-4 классы	1-4 классы	730	23,100	26,460	106,226	706,750	0,296	46,668	0,035	6,690	142,644	229,121				142,644	229,121				99,227	
	5-11 классы	6-11 классы	880	27,309	33,810	129,747	878,964	0,380	67,234	0,039	10,236	175,446	276,988				175,446	276,988				104,709	
	1-4 классы	1-4 классы	250	2,600	15,100	53,640	367,000	0,020	4,000	0,000	0,000	14,000	14,000				14,000	14,000				0,600	
	5-11 классы	5-11 классы	250	2,600	15,100	53,640	367,000	0,020	4,000	0,000	0,000	14,000	14,000				14,000	14,000				0,600	

* - действует с 01 марта

Циклическое меню

Наименование блюда		№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)					
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо			
Четверг		2-я неделя						Завтрак										
Десерт: фруктовый (яблоко свежее)	1-4 классы	24 сб.1996г.	100	0,400		9,800	38,000										0,600	
	5-11 классы	24 сб.1996г.	100	0,400		9,800	38,000										0,600	
	1-4 классы	682 Сб.1996г.	200	15,276	16,498	57,745	506,462	0,216	1,238	0,044	3,922	216,692	238,287	40,677	3,101			
	5-11 классы	682 Сб.1996г.	250	16,655	17,904	65,148	564,348	0,273	1,520	0,054	5,025	256,679	290,726	49,870	3,449			
	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001			0,346				0,053		
Чай с сахаром	5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001			0,346				0,053		
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	0,489			
	5-11 классы	62 Сб.1997г.	100	1,550	5,005	9,951	89,292	0,053	39,950		2,163	41,494	29,959	16,424	0,816			
	1-4 классы	138 Сб.1996г.	200	4,746	4,302	18,572	127,580	0,202	9,300		3,215	25,820	69,500	28,200	1,556			
	5-11 классы	138 Сб.1996г.	250	5,933	5,378	23,215	159,475	0,253	11,625		4,019	32,275	86,875	35,250	1,945			
	1-4 классы	162 Сб.2008г.	90	9,080	10,899	14,271	123,702	0,057	1,845	0,022	1,717	14,986	29,764	31,461	28,195			
	5-11 классы	162 Сб.2008г.	100	10,384	11,516	15,206	129,098	0,078	2,295	0,021	2,39	20,153	40,117	43,305	28,422			
	1-4 классы	463 Сб.1996г.	150	7,716	5,384	26,323	232,585	0,255		0,021	4,160	30,396	154,621	0,158	2,985			
	5-11 классы	463 Сб.1996г.	180	8,715	6,460	32,561	278,971	0,306		0,025	4,989	36,456	185,444	0,189	3,580			
	1-4 классы	293 Сб.2008г.	180	0,900		21,060	84,600	0,018	3,600			14,400	16,200	9,000	0,360			
	5-11 классы	293 Сб.2008г.	180	0,900		21,060	84,600	0,018	3,600			14,400	16,200	9,000	0,360			
Сок фруктовый	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180			
Хлеб пшеничный	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270			
	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400			
Хлеб ржаной	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,320	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600			
Четверг		2-я неделя						Полдник										
Йогурт	1-4 классы	ТУ 10.51.56-045-18255315-2017	100	5,000	1,500	3,500	51,000	0,030	0,600	0,010		124,000	95,000	15,000	0,100			
	5-11 классы	ТУ 10.51.56-045-18255315-2017	100	5,000	1,500	3,500	51,000	0,030	0,600	0,010		124,000	95,000	15,000	0,100			
	1-4 классы	29 Сб.1997г.	050	1,600	15,100	30,140	263,000								0,600			
	5-11 классы	29 Сб.1997г.	050	1,600	15,100	30,140	263,000								0,600			
	1-4 классы	6-11 классы	600	16,876	16,549	82,656	601,729	0,216	1,239	0,044	3,922	217,038	238,287	40,677	3,764			
Завтрак	5-11 классы	6-11 классы	650	17,265	17,956	89,958	659,615	0,273	1,521	0,054	5,025	267,025	290,726	49,870	4,102			
	1-4 классы	720	26,983	23,968	102,560	705,231	0,602	38,695	0,043	10,950	118,680	318,448	86,267	34,166				
Обед	5-11 классы	870	31,415	28,929	126,527	866,236	0,765	57,470	0,055	14,561	167,078	404,196	114,068	35,993				
	1-4 классы	150	6,600	16,600	33,640	314,000	0,030	0,600	0,010	0,000	124,000	95,000	15,000	0,700				
Полдник	5-11 классы	150	6,600	16,600	33,640	314,000	0,030	0,600	0,010	0,000	124,000	95,000	15,000	0,700				
ИТОГО:																		

* - действует с 01 марта

Циклическое меню

Наименование Блюда		№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)					
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо			
Пятница		2-я неделя		Завтрак														
Пятница	Кондитерские изделия	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 вязкая пшеничная	520 С6 1997г.	235	9,541	7,879	33,418	226,950	0,006	0,960	0,003	1,306	2,472	2,472	36,838				
	1-4 классы	520 С6 1997г.	275	10,922	9,438	33,159	311,040	0,004	0,720	0,002	1,798	3,894	1,854	27,628				
	5-11 классы	280 С6 2008г.	200	1,924	14,343	126,440	0,037	1,480				635,690	54,020	38,850	0,060			
	1-4 классы	280 С6 2008г.	200	1,924	14,343	126,440	0,037	1,480				635,690	54,020	38,850	0,060			
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2018	040	3,160	0,400	20,760	94,400	0,060			1,000	10,000	32,800	13,200	0,600			
	1-4 классы	ГОСТ 31805-2018	050	3,950	0,500	25,950	118,000	0,075			1,250	12,500	41,000	16,500	0,750			
Пятница		2-я неделя		Обед														
Пятница	Салат Степной	111 С6 2008г.	060	1,076	9,148	4,969	104,362	0,059	8,160	0,021	2,794	9,948	39,036	13,884	0,576			
	5-11 классы	111 С6 2008г.	100	1,793	15,246	8,281	173,937	0,098	13,600	0,035		16,580	65,000	23,140	0,960			
	1-4 классы	132 С6 1999г.	200	3,514	3,525	10,490	76,426	0,073	17,800		1,550	18,880	40,380	17,180	0,636			
	5-11 классы	132 С6 1999г.	250	3,893	4,406	13,113	95,533	0,091	22,250		1,937	23,600	50,475	21,475	0,795			
	1-4 классы	423 С6 1999г.	090	6,802	7,114	9,623	121,904	0,022	2,460		2,146	8,822	20,641	5,967	37,071			
	5-11 классы	423 С6 1999г.	100	7,201	9,414	11,764	158,764	0,027	2,820		2,554	10,677	25,617	6,746	27,956			
	1-4 классы	465 С6 1999г.	150	3,868	5,218	41,803	219,038	0,044		0,027	0,402	14,580	53,730	11,543	0,966			
	5-11 классы	465 С6 1999г.	180	4,641	6,261	50,163	262,845	0,053		0,032	0,482	17,496	64,476	13,851	1,183			
	1-4 классы	629 С6 1996г.	187	0,243	0,046	13,761	53,710	0,003	2,801			3,111	1,540	0,840	0,090			
	5-11 классы	629 С6 1996г.	187	0,243	0,046	13,761	53,710	0,003	2,801			3,111	1,540	0,840	0,090			
	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022			0,260	4,000	13,500	2,800	0,160			
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033			0,500	5,000	19,500	4,200	0,270			
	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016	0,280		0,260	4,200	17,400	3,800	0,400			
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600			
	Пятница		2-я неделя		Полдник													
	Пятница	Сок фруктовый, (1 шт)	293 С6 2008г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000			14,000	14,000	8,000	8,000	0,600	
		5-11 классы	293 С6 2008г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000			14,000	14,000	8,000	8,000	0,600	
		1-4 классы		075	5,568	4,612	26,220	195,375										
5-11 классы			090	6,069	5,535	31,460	234,450											
Завтрак		1-4 классы	600	15,426	16,629	83,691	679,290	0,103	2,440	0,003	2,306	648,464	92,012	64,522	37,498			
ИТОГО:		5-11 классы	560	17,656	17,488	108,522	686,980	0,116	2,200	0,002	3,048	660,263	96,914	67,204	28,438			
		1-4 классы	727	18,126	26,431	97,002	668,640	0,129	31,221	0,048	7,462	63,641	186,727	66,004	39,939			
		5-11 классы	877	21,704	35,943	121,636	869,689	0,339	41,471	0,067	6,973	83,764	262,768	76,962	31,864			
Полдник		1-4 классы	276	6,668	4,612	49,620	289,376	0,020	4,000	0,000	0,000	14,000	14,000	8,000	8,000	0,600		
		5-11 классы	290	7,669	5,635	54,860	328,460	0,020	4,000	0,000	0,000	14,000	14,000	8,000	8,000	0,600		

* - действует с 01 марта

Циклическое меню

Наименование блюда		№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Суббота		2-я неделя						Завтрак							
	Каша геркулесовая молочная	109 Сб 2008г	200	6,256	7,979	32,912	225,507	0,026	4,290	0,012	2,902	24,787	69,462	18,845	408,381
	Жидкая с маслом, сахаром	109 Сб 2008г	240	7,203	9,902	37,749	252,152	0,026	4,290	0,012	2,902	24,787	69,462	18,845	408,381
	Омлет натуральный	284 Сб 1996г	60	6,216	8,103	0,986	101,681	0,125	0,571	0,583	3,323	155,233	335,804	90,570	4,705
	Какао растворимый	76206 1997г	200	3,580	2,728	17,070	138,000	0,027	0,900	0,018	0,081	109,170	81,900	12,600	0,941
	Хлеб пшеничный	ГОСТ 27844-88	040	3,040	0,360	19,880	90,400	0,022	0,900	0,018	0,081	109,170	81,900	12,600	0,941
	Хлеб пшеничный	ГОСТ 27844-88	050	3,800	0,450	24,850	113,000	0,033			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270
Суббота		2-я неделя						Обед							
	Орехи соленые	24 Сб 1996г	020	0,560		0,260	3,220					5,000	4,000		0,240
	Суп картофельный с макаронными изделиями	139 Сб 1996г	030	0,840	2,138	19,156	100,420	0,084	13,200		1,343	14,000	50,800	19,240	0,710
	Котлеты куриные с соусом	202 Сб 2008г	090	10,802	10,114	13,843	203,904	0,022	2,460	0,003	1,306	8,822	20,641	24,050	0,887
	Картофель отварной	239 Сб 2008г	150	6,094	11,155	30,474	228,393	0,186	30,938	0,002	1,798	10,677	25,617	6,746	27,956
	Сок фруктовый	293 Сб 2008г	180	3,713	11,186	36,569	254,073	0,223	37,126			15,469	89,720	38,579	1,392
	Хлеб пшеничный	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,160	23,400	94,000	0,020	4,000			16,000	18,000	10,000	0,400
	Хлеб пшеничный	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180
	Хлеб ржаной	ГОСТ 26883-2015	020	1,102	0,210	14,910	67,800	0,016			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270
	Хлеб ржаной	ГОСТ 26883-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400
	Суббота		2-я неделя						Полдник						
	Сок фруктовый, (1 шт)	293 Сб 2008г	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000			14,000	14,000	8,000	0,600
	Кондитерские изделия (вафл.)	29 Сб 1997г	050	1,600	15,100	30,140	263,000	0,020	4,000			14,000	14,000	8,000	0,600
	Завтрак	1-4 классы	500	19,092	19,170	70,848	565,688	0,200	5,761	0,613	6,586	293,190	500,166	124,816	414,207
	Обед	5-11 классы	560	20,799	21,183	80,655	604,833	0,211	5,761	0,613	6,606	296,190	506,666	126,216	414,287
	Полдник	1-4 классы	700	23,360	23,787	103,489	713,137	0,360	60,698	0,003	3,209	67,491	213,561	77,376	40,393
ИТОГО:		6-11 классы	820	26,627	26,843	124,622	825,992	0,446	60,446	0,002	4,141	82,540	266,382	93,391	32,144
		1-4 классы	250	2,600	16,100	63,640	367,000	0,020	4,000	0,000	0,000	14,000	14,000	8,000	0,600
		5-11 классы	250	2,600	16,100	63,640	367,000	0,020	4,000	0,000	0,000	14,000	14,000	8,000	0,600