



СОГЛАСОВАНО:

Директор ГБОУ СОШ(ООШ) № 30

*20.08.2022*

*И. В. Кошечкина*

*И. В. Кошечкина*

«22» августа 2022 г.



УТВЕРЖДАЮ:

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

«22» августа 2022 г.

# Примерное циклическое меню для организации питания в ГБОУ СОШ(ООШ) № 30 г.о. Сурьянь

## Осенне-зимнее (весеннее - \*)

Согласовано  
Советом родителей  
(Протокол № 1  
от 22.08.2022 г.)  
Председатель Совета родителей  
*И. В. Кошечкина*

**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	
<b>Понедельник</b>		<b>1-я неделя</b>		<b>Завтрак</b>											
Кукуруза консервированная	1-4 классы	24 С6.1996г.	020	0,700	0,560	3,120	20,200	0,080				9,200			0,084
	5-11 классы	24 С6.1996г.	030	1,050	0,840	4,680	30,300	0,120				13,800			0,126
Биточки с соусом	1-4 классы	423 С6.1996г.	90	8,193	10,030	9,974	133,166	0,020	1,160	0,003	1,306	5,792	14,492	4,558	36,970
	5-11 классы	423 С6.1996г.	100	11,340	13,566	12,404	175,920	0,025	1,020	0,002	2,210	6,539	3,894	4,846	27,818
Макаронные изделия отварные	1-4 классы	469 С6.1996г.	150	5,365	4,265	38,347	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
Чай с сахаром	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
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
<b>Понедельник</b>		<b>1-я неделя</b>		<b>Обед</b>											
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	0,490
	5-11 классы	60 С6.1996г.	100	1,945	10,321	9,142	132,845	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
Котлеты Куриные с соусом	1-4 классы	423 С6.1996г.	090	8,193	10,030	9,974	133,166	0,020	1,160	0,003	1,306	5,792	14,492	4,558	36,970
	5-11 классы	423 С6.1996г.	100	11,340	13,566	12,404	175,920	0,025	1,020	0,002	2,210	6,539	3,894	4,846	27,818
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	84,606
	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	101,068
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	4,158
	5-11 классы	283 С6.2008г.	180	0,878		32,139	126,104	0,005	0,549			30,740	21,137	16,470	4,158
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	1-4 классы	500	17,080	15,286	82,807	497,623	0,225	1,161	0,024	3,059	33,965	90,251	19,464	38,309
		5-11 классы	560	22,305	20,074	98,550	612,015	0,298	1,021	0,027	4,481	43,447	96,320	23,063	29,468
	<b>Обед</b>	1-4 классы	720	21,199	26,172	99,037	673,218	0,411	104,849	0,003	10,018	168,280	224,212	99,598	128,360
		5-11 классы	870	28,345	36,156	121,272	867,424	0,531	128,379	0,002	14,412	205,734	276,211	124,682	136,675

\* - действует с 01 марта

**Цикличное меню**

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
<b>Вторник</b>		<b>1-я неделя</b>			<b>Завтрак</b>										
Сыр плавленый	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	136,000
	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	136,000
Каша геркулесовая молочная жидкая с маслом, сахаром	1-4 классы	109 С6 2008г.	160	6,504	11,855	29,742	253,448	0,151	1,320	0,066	2,256	176,695	203,345	44,880	1,366
	5-11 классы	109 С6 2008г.	210	8,628	13,390	37,962	309,580	0,201	1,760	0,075	3,135	234,760	270,460	59,740	1,810
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
Кофейный напиток с молоком	1-4 классы	762С6 1997г.	180	2,250	2,376	18,504	101,385	0,027	0,900	0,018	0,081	109,170	81,900	12,600	0,941
	5-11 классы	762С6 1997г.	180	2,250	2,376	18,504	101,385	0,027	0,900	0,018	0,081	109,170	81,900	12,600	0,941
Батон	1-4 классы	ГОСТ 31805-2018	040	2,960	1,160	20,560	0,100	0,060			1,000	10,000	32,800	13,200	0,600
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2018	050	3,700	1,450	25,700	0,125	0,075			1,250	12,500	41,000	16,500	0,750
<b>Вторник</b>		<b>1-я неделя</b>			<b>Обед</b>										
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	0,085
	5-11 классы	11 С6 2008г.	100	0,853	10,051	14,464	149,000	0,040	3,590		4,584	31,170	35,350	26,180	0,142
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	19,102
	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	23,875
Рагу овощное с говядиной	1-4 классы	394 С6 1996г.	180	11,899	15,013	28,176	288,648	0,201	28,500			806,489	86,914	35,855	2,530
	5-11 классы	394 С6 1996г.	230	12,879	18,058	37,568	355,318	0,258	38,000			29,226	115,854	47,475	2,962
Компот из апельсинов с яблоками	1-4 классы	278 С6 2008г.	200	0,378		27,468	106,740	0,017	22,086		0,079	12,600	9,900	7,380	0,108
	5-11 классы	278 С6 2008г.	200	0,420		30,520	118,600	0,019	24,540		0,088	14,000	11,000	8,200	0,120
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	1-4 классы	596	16,294	18,891	92,206	496,333	0,258	6,730	0,109	3,397	438,865	434,045	85,480	139,507
		5-11 классы	656	19,158	20,716	105,566	552,490	0,323	7,170	0,118	4,526	499,430	509,360	103,640	140,101
	<b>Обед</b>	1-4 классы	700	17,215	26,954	89,479	653,768	0,346	79,250	0,006	5,164	883,531	191,628	83,783	22,405
		5-11 классы	850	20,266	35,217	118,015	852,043	0,456	99,255	0,006	7,886	131,371	260,259	114,305	27,969

\* - действует с 01 марта

**Цикличное меню**

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)						
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо			
<b>Среда</b>	<b>1-я неделя</b>		<b>Завтрак</b>														
	1-4 классы	24 С6.1996г.	020	0,560		0,260	3,220						5,000	4,000			0,240
Огурцы солёные	5-11 классы	24 С6.1996г.	030	0,840		0,390	4,830						7,500	6,000			0,360
Рыба, тушенная в томате с овощами	1-4 классы	309 С6.1996г.	90	8,330	3,029	5,112	78,054	0,056	3,700			1,276	14,540	19,460	39,142	92,485	
	5-11 классы	309 С6.1996г.	100	10,261	5,442	5,112	107,499	0,066	3,700			2,255	14,540	19,460	46,062	92,582	
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	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	1,668		
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	0,152	
	5-11 классы	702 С6.1997г.	200	0,080		33,552	127,760	0,004	0,720				0,480	2,400	4,000	0,152	
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	
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	
<b>Среда</b>	<b>1-я неделя</b>		<b>Обед</b>														
Салат из свеклы отварной	1-4 классы	23 С6.2008г.	060	0,969	2,997	6,156	54,330	0,011	5,700			1,340	21,090	24,510	24,510	0,798	
	5-11 классы	23 С6.2008г.	100	1,615	4,995	10,260	90,550	0,019	9,500			2,233	35,150	40,850	40,850	1,330	
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	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	
Плов из птицы(филе куриное)	1-4 классы	893 С6.1998г.	150	10,315	8,435	34,129	245,147	0,077	1,434	0,019	2,910	22,412	150,786	25,502	1,556		
	5-11 классы	893 С6.1998г.	200	13,742	11,244	45,518	326,844	0,103	1,940	0,025	3,880	29,964	200,972	34,006	2,076		
Чай с сахаром	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	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033				0,500	6,000	19,500	4,200	0,270	
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016				0,280	4,200	17,400	3,800	0,400	
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024				0,500	6,300	26,100	5,700	0,600	
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	1-4 классы	500	14,855	7,906	81,650	446,434	0,259	30,295	0,026	1,980	69,530	152,170	82,547	94,847		
		5-11 классы	560	18,375	11,338	91,143	629,129	0,311	35,470	0,031	3,267	82,342	180,952	97,678	95,487		
	<b>Обед</b>	1-4 классы	700	16,946	14,536	95,596	565,469	0,244	23,635	0,019	6,153	69,548	269,196	80,662	3,874		
		5-11 классы	810	22,330	19,533	119,267	724,986	0,297	27,941	0,025	8,456	95,260	350,922	108,806	5,216		

\* - действует с 01 марта

**Цикличное меню**

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
<b>Четверг</b>		<b>1-я неделя</b>		<b>Завтрак</b>											
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	
Люля-кебаб с соусом	1-4 классы 428 С6.1996г.	90	8,287	10,039	10,509	135,635	0,022	1,150	0,003	1,306	5,957	15,412	4,748	36,981	
	5-11 классы 428 С6.1996г.	100	11,355	13,566	12,415	176,020	0,025	0,970	0,002	1,798	6,379	17,384	4,856	27,818	
Макаронные изделия отварные	1-4 классы 469 С6.1996г.	150	5,365	4,265	38,347	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	
Сок фруктовый	1-4 классы 293 С6.2008г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000			16,000	18,000	10,000	0,400	
	5-11 классы 293 С6.2008г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000			16,000	18,000	10,000	0,400	
Хлеб пшеничный	1-4 классы ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180	
	5-11 классы ГОСТ 27844-88	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	
<b>Четверг</b>		<b>1-я неделя</b>		<b>Обед</b>											
Салат картофельный с огурцами	1-4 классы 37 С6.2015г.	060	1,276	1,836	7,317	49,219	0,044	7,078		0,813	12,707	28,457	10,584	0,533	
	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	0,888	
Борщ с капустой и картофелем, со сметаной	1-4 классы 110 С6.1996г.	210	1,833	5,522	11,708	96,080	0,048	16,830	0,006	1,819	37,900	45,972	27,120	56,044	
	5-11 классы 110 С6.1996г.	260	2,217	6,528	14,562	117,200	0,060	21,025	0,006	2,270	45,125	55,915	33,650	70,053	
ЕЖИКИ в соусе	1-4 классы 202 С6.2008г.	090	6,802	7,114	9,623	121,904	0,022	2,460	0,003	1,306	8,822	20,641	5,957	37,071	
	5-11 классы 202 С6.2008г.	100	9,301	9,414	11,784	158,764	0,027	2,820	0,002	1,798	10,677	25,617	6,746	27,956	
Каша гречневая рассыпчатая	1-4 классы 463 С6.1996г.	150	7,716	5,384	41,323	232,585	0,255		0,021	4,160	30,396	154,621	0,158	2,985	
	5-11 классы 463 С6.1996г.	180	9,255	6,460	49,561	278,971	0,306		0,025	4,989	36,456	185,444	0,189	3,580	
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	5,081	
	5-11 классы 289 С6.2008г.	180	0,720		24,273	96,705	0,027	216,000		0,308	12,150	3,600	3,600	5,081	
Хлеб пшеничный	1-4 классы ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180	
	5-11 классы ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270	
Хлеб ржаной	1-4 классы ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400	
	5-11 классы ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600	
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	1-4 классы	500	17,894	15,084	90,032	524,825	0,189	7,150	0,024	3,299	43,784	119,771	33,854	38,723
		5-11 классы	560	23,000	19,783	104,401	630,848	0,231	7,970	0,027	4,429	49,941	143,710	39,373	29,899
	<b>Обед</b>	1-4 классы	730	20,969	20,236	110,600	679,693	0,434	242,368	0,030	8,966	110,175	283,691	54,019	102,294
		5-11 классы	880	27,552	26,032	136,910	858,472	0,550	251,641	0,033	11,719	137,885	363,603	71,724	108,428

\* - 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	Железо			
<b>Пятница</b>		<b>1-я неделя</b>		<b>Завтрак</b>													
Фрукты	1-4 классы	24 с6.1996г	150	0,600		14,700	57,000										
	5-11 классы	24 с6.1996г	150	0,600		14,700	57,000										
Каша рисовая молочная жидкая с маслом, сахаром	1-4 классы	114 С6.2008г	160	3,586	5,844	29,730	179,546	0,019		0,020		0,293	6,919	23,407	5,001	0,452	
	5-11 классы	114 С6.2008г	210	4,760	6,584	37,963	222,077	0,025		0,020		0,352	8,792	30,786	6,618	0,594	
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	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	
Батон	1-4 классы	ГОСТ 31805-2018	040	2,960	1,160	20,560	0,100	0,060				1,000	10,000	32,800	13,200	0,600	
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2018	050	3,700	1,450	25,700	0,125	0,075				1,250	12,500	41,000	16,500	0,750	
<b>Пятница</b>		<b>1-я неделя</b>		<b>Обед</b>													
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	0,489	
	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	0,816	
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	0,808	
	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	1,007	
Стейк(Шницель) из курицы с соусом	1-4 классы	520 С6.1997г	090	7,348	8,052	5,042	269,992	0,006	0,960	0,003		1,306	2,764	5,192	2,472	36,838	
	5-11 классы	520 С6.1997г	100	9,261	7,799	5,094	341,525	0,004	0,720	0,002		1,798	2,073	3,894	1,854	27,628	
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	1,622	
	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	1,946	
Комлот 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	4,158	
	5-11 классы	283 С6.2008г	180	0,878		32,139	126,104	0,005	0,549				30,740	21,137	16,470	4,158	
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022				0,280	4,000	13,000	2,800	0,180	
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033				0,500	6,000	19,500	4,200	0,270	
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016				0,280	4,200	17,400	3,800	0,400	
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024				0,500	6,300	26,100	5,700	0,600	
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	1-4 классы	537	7,39	7,05	78,75	290,36	0,08	2,80	0,02		1,29	20,03	57,75	19,04	1,14	
		5-11 классы	597	9,30	8,08	92,12	332,91	0,10	2,80	0,02		1,60	24,40	73,33	23,96	1,43	
	<b>Обед</b>	1-4 классы	730	17,740	26,442	111,023	899,445	0,381	73,934	0,009		9,722	114,262	237,217	98,205	44,495	
		5-11 классы	880	22,817	33,687	134,282	1124,551	0,483	100,019	0,008		12,917	142,787	296,770	120,738	36,425	

\* - действует с 01 марта

Цикличное меню

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
<b>Суббота</b>		<b>1-я неделя</b>			<b>Завтрак</b>										
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	1,400
	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	2,100
Котлеты Куриные с соусом	1-4 классы	423 С6.1996г	090	8,193	10,030	9,974	133,166	0,020	1,160	0,003	1,306	5,792	14,492	4,558	36,970
	5-11 классы	423 С6.1996г	100	11,340	13,566	12,404	175,920	0,025	1,020	0,002	2,210	6,539	3,894	4,846	27,818
Калуста 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	84,606
	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	101,068
Чай с сахаром	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
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
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	1-4 классы	500	15,008	17,528	59,571	421,494	0,173	90,881	0,003	4,107	106,136	120,707	49,730	123,609
		5-11 классы	560	19,734	23,138	70,277	522,067	0,212	109,106	0,002	5,739	129,765	136,919	61,482	131,764

\* - 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			
<b>Понедельник</b>		<b>2-я неделя</b>		<b>Завтрак</b>													
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	4,928	10,311	38,225	257,508	0,081		0,040	0,680	9,270	42,180	14,560	1,105		
	5-11 классы	102 С6.2008г.	260	5,887	10,923	43,807	288,020	0,097		0,040	0,769	10,603	50,216	17,412	1,316		
Кофейный напиток с молоком	1-4 классы	762С6.1997г.	200	2,500	2,640	20,560	112,650	0,030	1,000	0,020	0,090	0,300	91,000	14,000	0,045		
	5-11 классы	762С6.1997г.	200	3,100	2,600	23,970	133,350	0,030	1,000	0,020	0,090	0,300	91,000	14,000	0,045		
Бутерброды с повидлом	1-4 классы	2 С6.1997г.	25/40	3,260	0,400	37,085	156,150	0,063	0,125								
	5-11 классы	2 С6.1997г.	25/50	4,050	0,500	42,275	179,750	0,078	0,125				16,000	43,250	18,250	1,200	
<b>Понедельник</b>		<b>2-я неделя</b>		<b>Обед</b>													
Салат из свеклы отварной	1-4 классы	23 С6.2008г.	060	0,969	2,997	6,156	54,330	0,011	5,700		1,340	21,090	24,510	24,510	0,798		
	5-11 классы	23 С6.2008г.	100	1,615	4,995	10,260	90,550	0,019	9,500		2,233	35,150	40,850	40,850	1,330		
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	0,710		
	5-11 классы	139 С6.1996г.	250	2,840	2,673	23,945	125,525	0,118	16,500		1,343	17,500	63,500	24,050	0,887		
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	37,071		
	5-11 классы	423 С6.1996г.	100	9,301	9,414	11,784	158,764	0,027	2,820		2,554	10,677	25,617	6,746	27,956		
Пюре из гороха	1-4 классы	270 С6.1996г.	150	16,131	4,924	40,345	260,286	0,629		0,021	6,479	63,418	158,888	61,617	4,899		
	5-11 классы	270 С6.1996г.	180	19,358	5,908	48,415	312,349	0,755		0,025	7,775	76,103	190,671	73,942	5,879		
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	0,151		
	5-11 классы	289 С6.2008г.	180	0,130		22,075	86,328	0,006	5,760			6,192	3,168	1,728	0,151		
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180		
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270		
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400		
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600		
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	1-4 классы	510	20,89	15,949	108,073	664,191	0,246	1,839	0,054	3,922	341,038	333,287	55,677	2,514		
		5-11 классы	560	24,855	19,455	129,658	800,481	0,303	2,121	0,064	5,025	381,025	385,726	64,87	3,174		
	<b>Обед</b>	1-4 классы	720	28,926	17,553	113,711	706,468	0,800	27,120	0,021	11,599	121,722	288,407	119,652	44,209		
		5-11 классы	870	37,177	23,560	141,013	898,316	0,982	34,580	0,025	14,905	157,922	369,406	157,216	37,073		

\* - действует с 01 марта



**Цикличное меню**

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
<b>Вторник</b>		<b>2-я неделя</b>		<b>Завтрак</b>											
Огурцы порционно	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
Котлеты Куриные с соусом	1-4 классы	423 С6.1996г.	090	8,193	10,030	9,974	133,166	0,020	1,160	0,003	1,306	5,792	14,492	4,558	36,970
	5-11 классы	423 С6.1996г.	100	11,340	13,566	12,404	175,920	0,025	1,020	0,002	2,210	6,539	3,894	4,846	27,818
Каша гречневая рассыпчатая	1-4 классы	463 С6.1996г.	150	7,716	5,384	41,323	232,585	0,255		0,021	4,160	30,396	154,621	0,158	2,985
	5-11 классы	463 С6.1996г.	180	9,255	6,460	49,561	278,971	0,306		0,025	4,989	36,456	185,444	0,189	3,580
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	0,152
	5-11 классы	702 С6.1997г.	200	0,080		33,552	127,760	0,004	0,720			0,480	2,400	4,000	0,152
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
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
<b>Вторник</b>		<b>2-я неделя</b>		<b>Обед</b>											
Винегрет овощной	1-4 классы	60 С6.1996г.	060	1,194	6,373	6,007	81,948	0,045	6,420		2,804	13,320	29,238	14,088	0,445
	5-11 классы	60 С6.1996г.	100	1,990	10,621	10,012	136,580	0,075	10,700		4,674	22,200	48,730	23,480	0,741
Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	1-4 классы	120 С6.1996г.	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 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	23,875
ЕЖИКИ в соусе	1-4 классы	202 С6.2008г.	090	6,802	7,114	9,623	121,904	0,022	2,460	0,003	1,306	8,822	20,641	5,957	37,071
	5-11 классы	202 С6.2008г.	100	9,301	9,414	11,784	158,764	0,027	2,820	0,002	1,798	10,677	25,617	6,746	27,956
Макаронные изделия отварные	1-4 классы	469 С6.1996г.	150	5,365	4,265	38,347	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
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	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
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	1-4 классы	<b>500</b>	<b>18,751</b>	<b>15,794</b>	<b>101,565</b>	<b>578,711</b>	<b>0,321</b>	<b>3,280</b>	<b>0,030</b>	<b>6,046</b>	<b>48,268</b>	<b>210,313</b>	<b>15,316</b>	<b>40,691</b>
		5-11 классы	<b>560</b>	<b>24,163</b>	<b>20,526</b>	<b>116,502</b>	<b>689,651</b>	<b>0,389</b>	<b>3,840</b>	<b>0,036</b>	<b>8,069</b>	<b>58,825</b>	<b>242,338</b>	<b>17,285</b>	<b>32,281</b>
	<b>Обед</b>	1-4 классы	<b>737</b>	<b>18,030</b>	<b>23,708</b>	<b>92,895</b>	<b>630,332</b>	<b>0,261</b>	<b>38,191</b>	<b>0,030</b>	<b>7,637</b>	<b>81,420</b>	<b>170,382</b>	<b>54,031</b>	<b>57,910</b>
		5-11 классы	<b>887</b>	<b>24,085</b>	<b>32,306</b>	<b>117,031</b>	<b>822,707</b>	<b>0,349</b>	<b>49,446</b>	<b>0,033</b>	<b>11,117</b>	<b>105,475</b>	<b>228,368</b>	<b>73,483</b>	<b>54,278</b>

\* - действует с 01 марта

**Цикличное меню**

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
<b>Среда</b>		<b>2-я неделя</b>		<b>Завтрак</b>											
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	0,100
	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	0,100
Оладьи с молоком сгущенным	1-4 классы	682 С6.1996г.	200	15,690	14,398	89,563	555,924	0,216	1,238	0,044	3,922	216,692	238,287	40,677	2,361
	5-11 классы	682 С6.1996г.	250	19,655	17,904	111,148	692,214	0,273	1,520	0,054	5,025	256,679	290,726	49,870	3,021
Чай с сахаром	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
<b>Среда</b>		<b>2-я неделя</b>		<b>Обед</b>											
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	0,085
	5-11 классы	11 С6.2008г.	100	0,853	10,051	14,464	149,000	0,040	3,590		4,584	31,170	35,350	26,180	0,142
Борщ с капустой и картофелем, со сметаной	1-4 классы	110 С6.1996г.	210	1,833	5,522	11,708	96,080	0,048	16,830	0,006	1,819	37,900	45,972	27,120	56,044
	5-11 классы	110 С6.1996г.	260	2,217	6,528	14,562	117,200	0,060	21,025	0,006	2,270	45,125	55,915	33,650	70,053
Биточки с соусом	1-4 классы	423 С6.1996г.	90	8,193	10,030	9,974	133,166	0,020	1,160	0,003	1,306	5,792	14,492	4,558	36,970
	5-11 классы	423 С6.1996г.	100	11,340	13,566	12,404	175,920	0,025	1,020	0,002	2,210	6,539	3,894	4,846	27,818
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	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	1,668
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	4,158
	5-11 классы	283 С6.2008г.	180	0,878		32,139	126,104	0,005	0,549			30,740	21,137	16,470	4,158
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	1-4 классы	<b>555</b>	<b>20,890</b>	<b>15,949</b>	<b>108,073</b>	<b>664,191</b>	<b>0,246</b>	<b>1,839</b>	<b>0,054</b>	<b>3,922</b>	<b>341,038</b>	<b>333,287</b>	<b>55,677</b>	<b>2,514</b>
		5-11 классы	<b>615</b>	<b>24,855</b>	<b>19,455</b>	<b>129,658</b>	<b>800,481</b>	<b>0,303</b>	<b>2,121</b>	<b>0,064</b>	<b>5,025</b>	<b>381,025</b>	<b>385,726</b>	<b>64,870</b>	<b>3,174</b>
	<b>Обед</b>	1-4 классы	<b>730</b>	<b>17,301</b>	<b>26,460</b>	<b>105,225</b>	<b>682,150</b>	<b>0,296</b>	<b>46,568</b>	<b>0,035</b>	<b>6,580</b>	<b>142,644</b>	<b>229,121</b>	<b>103,261</b>	<b>99,227</b>
		5-11 классы	<b>880</b>	<b>23,137</b>	<b>36,111</b>	<b>129,747</b>	<b>878,064</b>	<b>0,380</b>	<b>57,234</b>	<b>0,039</b>	<b>10,236</b>	<b>175,446</b>	<b>276,988</b>	<b>130,412</b>	<b>104,709</b>

\* - действует с 01 марта

**Цикличное меню**

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)					
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо		
<b>Четверг</b>		<b>2-я неделя</b>		<b>Завтрак</b>												
	1-4 классы	24 С6.1996г.	040	1,120		0,520	6,440					10,000	8,000		0,480	
Огурцы солёные	5-11 классы	24 С6.1996г.	040	1,120		0,520	6,440					10,000	8,000		0,480	
	1-4 классы	193 С6.2008г.	200	18,671	16,213	40,528	362,073	0,106	2,697		2,849	33,235	68,123	21,137	3,101	
Плов из Говядины	5-11 классы	193 С6.2008г.	250	19,996	17,934	54,034	433,536	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			0,346			0,053	
Чай с сахаром	5-11 классы	628 С6.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001			0,346			0,053	
	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270	
Хлеб пшеничный	5-11 классы	ГОСТ 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	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600	
Хлеб ржаной	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600	
<b>Четверг</b>		<b>2-я неделя</b>		<b>Обед</b>												
	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	0,489	
Салат из белокочанной капусты/Салат из огурцов*	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	0,816	
	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	
Суп картофельный с горохом	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	162 С6.2008г.	90	7,491	5,499	9,271	95,702	0,057	1,845	0,022	1,717	14,986	29,764	31,461	28,195	
Котлеты рыбные любительские с соусом	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	28,422	
	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	1,622	
Картофель и овощи тушеные	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	1,946	
	1-4 классы	293 С6.2008г.	180	0,900		21,060	84,600	0,018	3,600			14,400	16,200	9,000	0,360	
Сок фруктовый	5-11 классы	293 С6.2008г.	180	0,900		21,060	84,600	0,018	3,600			14,400	16,200	9,000	0,360	
	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180	
Хлеб пшеничный	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270	
	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400	
Хлеб ржаной	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600	
<b>ИТОГО:</b>		<b>1-4 классы</b>		<b>500</b>	<b>23,924</b>	<b>16,834</b>	<b>80,592</b>	<b>550,580</b>	<b>0,163</b>	<b>2,698</b>	<b>0,000</b>	<b>3,849</b>	<b>55,881</b>	<b>121,723</b>	<b>31,037</b>	<b>4,504</b>
	<b>5-11 классы</b>		<b>550</b>	<b>25,249</b>	<b>18,555</b>	<b>94,098</b>	<b>622,043</b>	<b>0,183</b>	<b>3,596</b>	<b>0,000</b>	<b>4,650</b>	<b>64,587</b>	<b>144,371</b>	<b>37,528</b>	<b>4,852</b>	
	<b>1-4 классы</b>		<b>720</b>	<b>20,363</b>	<b>24,603</b>	<b>106,447</b>	<b>694,659</b>	<b>0,562</b>	<b>74,320</b>	<b>0,022</b>	<b>11,577</b>	<b>111,684</b>	<b>272,352</b>	<b>128,684</b>	<b>32,802</b>	
	<b>5-11 классы</b>		<b>870</b>	<b>27,110</b>	<b>32,172</b>	<b>133,230</b>	<b>887,280</b>	<b>0,717</b>	<b>100,220</b>	<b>0,030</b>	<b>15,317</b>	<b>148,702</b>	<b>348,981</b>	<b>166,169</b>	<b>34,359</b>	

\* - действует с 01 марта

**Цикличное меню**

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
<b>Пятница</b>		<b>2-я неделя</b>		<b>Завтрак</b>											
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	1,400
	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	2,100
Стейк(Шницель) из курицы с соусом	1-4 классы	520 С6.1997г.	090	7,348	6,052	5,042	269,992	0,006	0,960	0,003	1,306	2,764	5,192	2,472	36,838
	5-11 классы	520 С6.1997г.	100	9,261	7,799	5,094	341,525	0,004	0,720	0,002	1,798	2,073	3,894	1,854	27,628
Макаронные изделия отварные	1-4 классы	469 С6.1996г.	150	5,365	4,265	38,347	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
Компот из апельсинов с яблоками	1-4 классы	278 С6.2008г.	200	0,420		30,520	118,600	0,019	24,540		0,088	14,000	11,000	8,200	0,120
	5-11 классы	278 С6.2008г.	200	0,420		30,520	118,600	0,019	24,540		0,088	14,000	11,000	8,200	0,120
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
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
<b>Пятница</b>		<b>2-я неделя</b>		<b>Обед</b>											
Салат картофельный с зеленым горошком	1-4 классы	31 С6.2008г.	060	1,864	6,956	7,733	97,236	0,059	8,160	0,021	2,794	9,948	39,036	13,884	0,576
	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	0,960
Суп из овощей	1-4 классы	132 С6.1996г.	200	1,514	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	1,893	4,406	13,113	95,533	0,091	22,250		1,937	23,600	50,475	21,475	0,795
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	37,071
	5-11 классы	423 С6.1996г.	100	9,301	9,414	11,784	158,764	0,027	2,820		2,554	10,677	25,617	6,746	27,956
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	0,986
	5-11 классы	465 С6.1996г.	180	4,641	6,261	50,163	262,845	0,053		0,032	0,482	17,496	64,476	13,851	1,183
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	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
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	1-4 классы	<b>500</b>	<b>16,155</b>	<b>12,497</b>	<b>91,985</b>	<b>699,982</b>	<b>0,154</b>	<b>26,900</b>	<b>0,024</b>	<b>3,147</b>	<b>43,591</b>	<b>105,351</b>	<b>32,578</b>	<b>39,560</b>
		5-11 классы	<b>560</b>	<b>19,996</b>	<b>16,116</b>	<b>104,650</b>	<b>845,253</b>	<b>0,182</b>	<b>27,360</b>	<b>0,027</b>	<b>4,157</b>	<b>51,135</b>	<b>127,420</b>	<b>38,771</b>	<b>31,319</b>
	<b>Обед</b>	1-4 классы	<b>727</b>	<b>16,913</b>	<b>23,239</b>	<b>99,766</b>	<b>651,514</b>	<b>0,239</b>	<b>31,221</b>	<b>0,048</b>	<b>7,452</b>	<b>63,541</b>	<b>185,727</b>	<b>56,004</b>	<b>39,939</b>
		5-11 классы	<b>877</b>	<b>23,117</b>	<b>32,291</b>	<b>126,243</b>	<b>857,712</b>	<b>0,329</b>	<b>41,471</b>	<b>0,067</b>	<b>5,973</b>	<b>83,764</b>	<b>252,768</b>	<b>75,952</b>	<b>31,854</b>

\* - действует с 01 марта

Цикличное меню

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
<b>Суббота</b>		<b>2-я неделя</b>		<b>Завтрак</b>											
Сельдь с гарниром	1-4 классы	83 С6.1996г	060	4,240	8,098	4,468	86,115	0,026	4,290	0,012	2,902	24,787	69,462	18,845	408,381
	5-11 классы	83 С6.1996г	060	4,240	8,098	4,468	86,115	0,026	4,290	0,012	2,902	24,787	69,462	18,845	408,381
Омлет натуральный	1-4 классы	284 С6.1996г	200	21,076	25,854	3,838	335,305	0,125	0,571	0,583	3,323	155,233	335,804	90,570	4,705
	5-11 классы	284 С6.1996г	230	24,238	29,734	4,414	385,618	0,143	0,657	0,670	3,821	178,519	386,180	104,158	5,410
Чай с сахаром	1-4 классы	628 С6.1996г	200	0,200	0,051	15,010	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	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	1-4 классы	<b>500</b>	<b>28,138</b>	<b>34,383</b>	<b>39,672</b>	<b>561,887</b>	<b>0,189</b>	<b>4,862</b>	<b>0,595</b>	<b>6,785</b>	<b>188,566</b>	<b>435,666</b>	<b>116,015</b>	<b>413,719</b>
		5-11 классы	<b>550</b>	<b>32,611</b>	<b>38,453</b>	<b>48,426</b>	<b>653,800</b>	<b>0,226</b>	<b>4,948</b>	<b>0,682</b>	<b>7,723</b>	<b>215,952</b>	<b>501,242</b>	<b>132,903</b>	<b>414,714</b>

\* - действует с 01 марта