

СОГЛАСОВАНО:

Директор ГБОУ СОШ(ООШ)



20 15 г.

*Иванова Л. В.*

УТВЕРЖДАЮ:

Генеральный директор

АО «Комбинат питания»

А.Н. Воронин



20 15 г.

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

Осенне-зимнее (весеннее - \*)

Согласовано:

Председатель Совета родителей

И. В. Гончарова

20 15 г.

09

" 01 "

Циклическое меню

| Наименование блюда                                           |                                   | № рецептуры   | Вес<br>блюда | Пищевая ценность (г) |         |          | Эн.<br>ценность<br>(ккал) | Витамины (мг) |         |        |       | Минеральные вещества (мг) |         |         |         |         |
|--------------------------------------------------------------|-----------------------------------|---------------|--------------|----------------------|---------|----------|---------------------------|---------------|---------|--------|-------|---------------------------|---------|---------|---------|---------|
|                                                              |                                   |               |              | Белки                | Жиры    | Углеводы |                           | В1            | С       | А      | Е     | Кальций                   | Фосфор  | Магний  | Железо  |         |
|                                                              |                                   |               |              |                      |         |          |                           |               |         |        |       |                           |         |         |         |         |
| Понедельник                                                  |                                   |               |              |                      |         |          |                           |               |         |        |       |                           |         |         |         |         |
| 1-я неделя                                                   |                                   |               |              |                      |         |          |                           |               |         |        |       |                           |         |         |         |         |
| 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   |
|                                                              | Сосиски отварные с соусом         | 423 С6 1996г  | 90           | 5,461                | 7,054   | 2,094    | 97,667                    | 0,020         | 1,160   | 0,003  | 1,306 |                           | 5,792   | 3,200   | 4,558   | 25,258  |
|                                                              |                                   | 423 С6 1996г  | 100          | 5,521                | 7,124   | 2,203    | 98,124                    | 0,025         | 1,200   | 0,003  | 2,210 |                           | 6,539   | 3,894   | 4,846   | 27,818  |
|                                                              | Макаронные изделия отварные       | 469 С6 1996г  | 150          | 5,365                | 4,265   | 37,247   | 203,790                   | 0,067         |         | 0,021  | 1,193 |                           | 10,427  | 45,359  | 8,306   | 0,622   |
|                                                              |                                   | 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                     | 628 С6 1996г  | 200          | 0,200                | 0,051   | 15,010   | 57,267                    |               | 0,001   |        |       |                           | 0,346   |         |         | 0,053   |
|                                                              |                                   | 628 С6 1996г  | 200          | 0,200                | 0,051   | 15,010   | 57,267                    |               | 0,001   |        |       |                           | 0,346   |         |         | 0,053   |
|                                                              | Хлеб пшеничный                    | ГОСТ 27844-88 | 020          | 1,520                | 0,180   | 9,940    | 45,200                    | 0,022         |         |        | 0,280 |                           | 4,000   | 13,000  | 2,800   | 0,180   |
|                                                              |                                   | ГОСТ 27844-88 | 025          | 1,900                | 0,250   | 12,425   | 56,500                    | 0,028         |         |        | 0,420 |                           | 5,000   | 16,250  | 3,500   | 0,275   |
| 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                                                         |                                   |               |              |                      |         |          |                           |               |         |        |       |                           |         |         |         |         |
| 1-я неделя                                                   |                                   |               |              |                      |         |          |                           |               |         |        |       |                           |         |         |         |         |
| Салат из моркови с чесноком/Салат<br>картофельный с сельдью* | 1-4 классы                        | 60 С6 1996г   | 060          | 0,663                | 12,036  | 3,487    | 124,366                   | 0,035         | 5,520   |        | 2,696 |                           | 14,130  | 26,268  | 12,196  | 0,490   |
|                                                              | 5-11 классы                       | 60 С6 1996г   | 100          | 1,105                | 20,060  | 5,812    | 207,260                   | 0,058         | 9,200   |        | 4,494 |                           | 23,560  | 43,780  | 20,330  | 0,816   |
|                                                              | Суп картофельный с горохом        | 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   |
|                                                              |                                   | 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   |
|                                                              | Стейж(Шницель) из курицы с соусом | 520 С6 1997г  | 090          | 11,648               | 8,595   | 2,097    | 119,962                   | 0,006         | 0,960   | 0,003  | 1,306 |                           | 2,764   | 5,192   | 2,472   | 36,838  |
|                                                              |                                   | 520 С6 1997г  | 100          | 12,895               | 9,188   | 5,094    | 207,500                   | 0,004         | 0,720   | 0,002  | 1,798 |                           | 2,073   | 3,894   | 1,854   | 27,628  |
|                                                              | Калуста тушеная                   | 482 С6 1996г  | 150          | 3,563                | 5,267   | 16,511   | 123,461                   | 0,111         | 88,320  |        | 2,241 |                           | 63,998  | 62,415  | 31,572  | 84,606  |
|                                                              |                                   | 482 С6 1996г  | 180          | 4,316                | 6,321   | 19,838   | 148,280                   | 0,133         | 105,985 |        | 2,689 |                           | 100,330 | 74,925  | 37,896  | 101,068 |
|                                                              | Компот из сухофруктов             | 283 С6 2008г  | 180          | 0,878                | 32,139  | 126,104  | 0,005                     | 0,549         |         |        |       |                           | 30,740  | 21,137  | 16,470  | 4,158   |
|                                                              |                                   | 283 С6 2008г  | 180          | 0,878                | 32,139  | 126,104  | 0,005                     | 0,549         |         |        |       |                           | 30,740  | 21,137  | 16,470  | 4,158   |
| Хлеб пшеничный                                               | ГОСТ 27844-88                     | 020           | 1,520        | 0,180                | 9,940   | 45,200   | 0,022                     |               |         | 0,280  |       | 4,000                     | 13,000  | 2,800   | 0,180   |         |
|                                                              | 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                                                  | 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                   | 030           | 1,653        | 0,300                | 9,624   | 57,000   | 0,024                     |               |         | 0,500  |       | 6,300                     | 26,100  | 5,700   | 0,600   |         |
| Завтрак                                                      |                                   |               |              |                      |         |          |                           |               |         |        |       |                           |         |         |         |         |
| ИТОГО:                                                       | 1-4 классы                        | 500           | 14,348       | 12,310               | 73,827  | 462,124  | 0,226                     | 1,161         | 0,024   | 3,069  |       | 33,966                    | 78,969  | 19,464  | 26,697  |         |
|                                                              | 5-11 классы                       | 560           | 16,486       | 13,632               | 89,349  | 634,219  | 0,298                     | 1,201         | 0,028   | 4,481  |       | 43,447                    | 96,320  | 23,063  | 29,468  |         |
| Обед                                                         |                                   |               |              |                      |         |          |                           |               |         |        |       |                           |         |         |         |         |
|                                                              | 1-4 классы                        | 720           | 24,160       | 30,560               | 89,162  | 704,693  | 0,397                     | 104,649       | 0,003   | 10,018 |       | 165,262                   | 214,912 | 87,612  | 128,228 |         |
|                                                              | 5-11 классы                       | 870           | 29,060       | 41,617               | 110,632 | 973,419  | 0,510                     | 128,079       | 0,002   | 14,000 |       | 201,268                   | 276,211 | 121,690 | 136,486 |         |

\* - действует с 01 марта

Циклическое меню

| Наименование блюда           |                              | № рецептуры           | Вес<br>блюда | Пищевая ценность (г) |        |          | Эн.<br>ценность<br>(ккал) | Витамины (мг) |        |        |       |         | Минеральные вещества (мг) |        |         |       |  |
|------------------------------|------------------------------|-----------------------|--------------|----------------------|--------|----------|---------------------------|---------------|--------|--------|-------|---------|---------------------------|--------|---------|-------|--|
|                              |                              |                       |              | Белки                | Жиры   | Углеводы |                           | В1            | С      | А      | Е     | Кальций | Фосфор                    | Магний | Железо  |       |  |
| Вторник                      |                              | Завтрак               |              |                      |        |          |                           |               |        |        |       |         |                           |        |         |       |  |
| Сыр                          | 1-4 классы                   | СТО 71063300-003-2012 | 16           | 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 | 16           | 3,580                | 3,500  |          | 47,400                    |               | 0,510  | 0,025  | 0,060 | 129,000 | 102,000                   | 6,800  | 136,000 |       |  |
|                              | 1-4 классы                   | 423 С6 1996г          | 90           | 10,843               | 10,030 | 9,974    | 133,166                   | 0,020         | 1,160  | 0,003  | 1,306 | 5,792   | 14,492                    | 4,558  | 36,970  |       |  |
|                              | 5-11 классы                  | 423 С6 1996г          | 100          | 12,665               | 13,566 | 12,404   | 175,920                   | 0,025         | 1,020  | 0,002  | 2,210 | 6,539   | 3,894                     | 4,846  | 27,818  |       |  |
|                              | 1-4 классы                   | 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 | 1,163   |       |  |
|                              | 1-4 классы                   | 629 С6 1996г          | 207          | 0,263                | 0,051  | 15,262   | 59,437                    | 0,003         | 2,801  |        |       | 3,111   | 1,540                     | 0,840  | 0,090   |       |  |
|                              | 5-11 классы                  | 629 С6 1996г          | 207          | 0,243                | 0,046  | 13,761   | 53,710                    | 0,003         | 2,801  |        |       | 3,111   | 1,540                     | 0,840  | 0,090   |       |  |
|                              | 1-4 классы                   | ГОСТ 27844-88         | 020          | 1,520                | 0,180  | 9,940    | 45,200                    | 0,022         |        |        | 0,280 | 4,000   | 13,000                    | 2,800  | 0,180   |       |  |
|                              | 5-11 классы                  | ГОСТ 27844-88         | 030          | 2,280                | 0,270  | 14,910   | 67,800                    | 0,033         |        |        | 0,500 | 6,000   | 19,500                    | 4,200  | 0,270   |       |  |
| Хлеб пшеничный               | 1-4 классы                   | ГОСТ 26983-2015       | 020          | 1,102                | 0,200  | 6,416    | 38,000                    | 0,016         |        |        | 0,280 | 4,200   | 17,400                    | 3,800  | 0,400   |       |  |
|                              | 5-11 классы                  | ГОСТ 26983-2015       | 030          | 1,653                | 0,300  | 9,624    | 57,000                    | 0,024         |        |        | 0,500 | 6,300   | 26,100                    | 5,700  | 0,600   |       |  |
|                              | Обед                         |                       |              |                      |        |          |                           |               |        |        |       |         |                           |        |         |       |  |
|                              | 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   |       |  |
|                              | 1-4 классы                   | 110 С6 1996г          | 210          | 3,833                | 5,522  | 11,708   | 96,080                    | 0,048         | 16,830 | 0,006  | 1,819 | 37,900  | 45,972                    | 27,120 | 56,044  |       |  |
|                              | 5-11 классы                  | 110 С6 1996г          | 260          | 4,217                | 6,528  | 14,562   | 117,200                   | 0,060         | 21,025 | 0,006  | 2,270 | 45,125  | 55,915                    | 33,650 | 70,063  |       |  |
|                              | 1-4 классы                   | 293 С6 2015г          | 180          | 13,826               | 12,069 | 21,343   | 249,641                   | 0,201         | 28,500 |        |       | 806,489 | 86,914                    | 35,855 | 2,530   |       |  |
|                              | 5-11 классы                  | 293 С6 2015г          | 220          | 19,346               | 16,638 | 29,823   | 346,536                   | 0,258         | 38,000 |        |       | 29,226  | 115,854                   | 47,475 | 2,962   |       |  |
|                              | 1-4 классы                   | 280 С6 2008г          | 200          | 1,924                | 1,924  | 44,343   | 176,440                   | 0,037         | 1,480  |        |       | 635,660 | 54,020                    | 38,850 | 0,060   |       |  |
| Хлеб из кураги               | 5-11 классы                  | 280 С6 2008г          | 200          | 1,924                | 1,924  | 44,343   | 176,440                   | 0,037         | 1,480  |        |       | 635,660 | 54,020                    | 38,850 | 0,060   |       |  |
|                              | 1-4 классы                   | ГОСТ 27844-88         | 020          | 1,520                | 0,180  | 9,940    | 45,200                    | 0,022         |        |        | 0,280 | 4,000   | 13,000                    | 2,800  | 0,180   |       |  |
|                              | 5-11 классы                  | ГОСТ 27844-88         | 030          | 2,280                | 0,270  | 14,910   | 67,800                    | 0,033         |        |        | 0,500 | 6,000   | 19,500                    | 4,200  | 0,270   |       |  |
|                              | 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   |       |  |
|                              | Обед                         |                       |              |                      |        |          |                           |               |        |        |       |         |                           |        |         |       |  |
|                              | 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   |       |  |
|                              | 1-4 классы                   | 110 С6 1996г          | 210          | 3,833                | 5,522  | 11,708   | 96,080                    | 0,048         | 16,830 | 0,006  | 1,819 | 37,900  | 45,972                    | 27,120 | 56,044  |       |  |
|                              | 5-11 классы                  | 110 С6 1996г          | 260          | 4,217                | 6,528  | 14,562   | 117,200                   | 0,060         | 21,025 | 0,006  | 2,270 | 45,125  | 55,915                    | 33,650 | 70,063  |       |  |
| Пельмени отварные с бульоном | 1-4 классы                   | 293 С6 2015г          | 180          | 13,826               | 12,069 | 21,343   | 249,641                   | 0,201         | 28,500 |        |       | 806,489 | 86,914                    | 35,855 | 2,530   |       |  |
|                              | 5-11 классы                  | 293 С6 2015г          | 220          | 19,346               | 16,638 | 29,823   | 346,536                   | 0,258         | 38,000 |        |       | 29,226  | 115,854                   | 47,475 | 2,962   |       |  |
|                              | 1-4 классы                   | 280 С6 2008г          | 200          | 1,924                | 1,924  | 44,343   | 176,440                   | 0,037         | 1,480  |        |       | 635,660 | 54,020                    | 38,850 | 0,060   |       |  |
|                              | 5-11 классы                  | 280 С6 2008г          | 200          | 1,924                | 1,924  | 44,343   | 176,440                   | 0,037         | 1,480  |        |       | 635,660 | 54,020                    | 38,850 | 0,060   |       |  |
|                              | 1-4 классы                   | ГОСТ 27844-88         | 020          | 1,520                | 0,180  | 9,940    | 45,200                    | 0,022         |        |        | 0,280 | 4,000   | 13,000                    | 2,800  | 0,180   |       |  |
|                              | 5-11 классы                  | ГОСТ 27844-88         | 030          | 2,280                | 0,270  | 14,910   | 67,800                    | 0,033         |        |        | 0,500 | 6,000   | 19,500                    | 4,200  | 0,270   |       |  |
|                              | 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   |       |  |
|                              | Обед                         |                       |              |                      |        |          |                           |               |        |        |       |         |                           |        |         |       |  |
|                              | 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   |       |  |
| Хлеб пшеничный               | 1-4 классы                   | ГОСТ 27844-88         | 020          | 1,520                | 0,180  | 9,940    | 45,200                    | 0,022         |        |        | 0,280 | 4,000   | 13,000                    | 2,800  | 0,180   |       |  |
|                              | 5-11 классы                  | ГОСТ 27844-88         | 030          | 2,280                | 0,270  | 14,910   | 67,800                    | 0,033         |        |        | 0,500 | 6,000   | 19,500                    | 4,200  | 0,270   |       |  |
|                              | 1-4 классы                   | ГОСТ 26983-2015       | 020          | 1,102                | 0,200  | 6,416    | 38,000                    | 0,016         |        |        | 0,280 | 4,200   | 17,400                    | 3,800  | 0,400   |       |  |
|                              | 5-11 классы                  | ГОСТ 26983-2015       | 030          | 1,653                | 0,300  | 9,624    | 57,000                    | 0,024         |        |        | 0,500 | 6,300   | 26,100                    | 5,700  | 0,600   |       |  |
|                              | Обед                         |                       |              |                      |        |          |                           |               |        |        |       |         |                           |        |         |       |  |
|                              | 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   |       |  |
|                              | 1-4 классы                   | 110 С6 1996г          | 210          | 3,833                | 5,522  | 11,708   | 96,080                    | 0,048         | 16,830 | 0,006  | 1,819 | 37,900  | 45,972                    | 27,120 | 56,044  |       |  |
|                              | 5-11 классы                  | 110 С6 1996г          | 260          | 4,217                | 6,528  | 14,562   | 117,200                   | 0,060         | 21,025 | 0,006  | 2,270 | 45,125  | 55,915                    | 33,650 | 70,063  |       |  |
|                              | Компот из кураги             | 1-4 классы            | 293 С6 2015г | 180                  | 13,826 | 12,069   | 21,343                    | 249,641       | 0,201  | 28,500 |       |         | 806,489                   | 86,914 | 35,855  | 2,530 |  |
| 5-11 классы                  |                              | 293 С6 2015г          | 220          | 19,346               | 16,638 | 29,823   | 346,536                   | 0,258         | 38,000 |        |       | 29,226  | 115,854                   | 47,475 | 2,962   |       |  |
| 1-4 классы                   |                              | 280 С6 2008г          | 200          | 1,924                | 1,924  | 44,343   | 176,440                   | 0,037         | 1,480  |        |       | 635,660 | 54,020                    | 38,850 | 0,060   |       |  |
| 5-11 классы                  |                              | 280 С6 2008г          | 200          | 1,924                | 1,924  | 44,343   | 176,440                   | 0,037         | 1,480  |        |       | 635,660 | 54,020                    | 38,850 | 0,060   |       |  |
| 1-4 классы                   |                              | ГОСТ 27844-88         | 020          | 1,520                | 0,180  | 9,940    | 45,200                    | 0,022         |        |        | 0,280 | 4,000   | 13,000                    | 2,800  | 0,180   |       |  |
| 5-11 классы                  |                              | ГОСТ 27844-88         | 030          | 2,280                | 0,270  | 14,910   | 67,800                    | 0,033         |        |        | 0,500 | 6,000   | 19,500                    | 4,200  | 0,270   |       |  |
| 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   |       |  |
| Обед                         |                              |                       |              |                      |        |          |                           |               |        |        |       |         |                           |        |         |       |  |
| 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   |       |  |
| Хлеб ржаной                  | 1-4 классы                   | ГОСТ 27844-88         | 020          | 1,520                | 0,180  | 9,940    | 45,200                    | 0,022         |        |        | 0,280 | 4,000   | 13,000                    | 2,800  | 0,180   |       |  |
|                              | 5-11 классы                  | ГОСТ 27844-88         | 030          | 2,280                | 0,270  | 14,910   | 67,800                    | 0,033         |        |        | 0,500 | 6,000   | 19,500                    | 4,200  | 0,270   |       |  |
|                              | 1-4 классы                   | ГОСТ 26983-2015       | 020          | 1,102                | 0,200  | 6,416    | 38,000                    | 0,016         |        |        | 0,280 | 4,200   | 17,400                    | 3,800  | 0,400   |       |  |
|                              | 5-11 классы                  | ГОСТ 26983-2015       | 030          | 1,653                | 0,300  | 9,624    | 57,000                    | 0,024         |        |        | 0,500 | 6,300   | 26,100                    | 5,700  | 0,600   |       |  |
|                              | Обед                         |                       |              |                      |        |          |                           |               |        |        |       |         |                           |        |         |       |  |
|                              | 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   |       |  |
|                              | 1-4 классы                   | 110 С6 1996г          | 210          | 3,833                | 5,522  | 11,708   | 96,080                    | 0,048         | 16,830 | 0,006  | 1,819 | 37,900  | 45,972                    | 27,120 | 56,044  |       |  |
|                              | 5-11 классы                  | 110 С6 1996г          | 260          | 4,217                | 6,528  | 14,562   | 117,200                   | 0,060         | 21,025 | 0,006  | 2,270 | 45,125  | 55,915                    | 33,650 | 70,063  |       |  |
|                              | Пельмени отварные с бульоном | 1-4 классы            | 293 С6 2015г | 180                  | 13,826 | 12,069   | 21,343                    | 249,641       | 0,201  | 28,500 |       |         | 806,489                   | 86,914 | 35,855  | 2,530 |  |
| 5-11 классы                  |                              | 293 С6 2015г          | 220          | 19,346               | 16,638 | 29,823   | 346,536                   | 0,258         | 38,000 |        |       | 29,226  | 115,854                   | 47,475 | 2,962   |       |  |
| 1-4 классы                   |                              | 280 С6 2008г          | 200          | 1,924                | 1,924  | 44,343   | 176,440                   | 0,037         | 1,480  |        |       | 635,660 | 54,020                    | 38,850 | 0,060   |       |  |
| 5-11 классы                  |                              | 280 С6 2008г          | 200          | 1,924                | 1,924  | 44,343   | 176,440                   | 0,037         | 1,480  |        |       | 635,660 | 54,020                    | 38,850 | 0,060   |       |  |
| 1-4 классы                   |                              | ГОСТ 27844-88         | 020          | 1,520                | 0,180  | 9,940    | 45,200                    | 0,022         |        |        | 0,280 | 4,000   | 13,000                    | 2,800  | 0,180   |       |  |
| 5-11 классы                  |                              | ГОСТ 27844-88         | 030          | 2,280                | 0,270  | 14,910   | 67,800                    | 0,033         |        |        | 0,500 | 6,000   | 19,500                    | 4,200  | 0,270   |       |  |
| 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   |       |  |
| Обед                         |                              |                       |              |                      |        |          |                           |               |        |        |       |         |                           |        |         |       |  |
| 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   |       |  |
| Хлеб ржаной                  | 1-4 классы                   | ГОСТ 27844-88         | 020          | 1,520                | 0,180  | 9,940    | 45,200                    | 0,022         |        |        | 0,280 | 4,000   | 13,000                    | 2,800  | 0,180</ |       |  |

Циклическое меню

| Наименование блюда       |             | № рецептуры     | Вес<br>блюда | Пищевая ценность (г) |         |          | Эн.<br>ценность<br>(ккал) | Витамины (мг) |        |       |         | Минеральные вещества (мг) |         |        |        |       |  |
|--------------------------|-------------|-----------------|--------------|----------------------|---------|----------|---------------------------|---------------|--------|-------|---------|---------------------------|---------|--------|--------|-------|--|
|                          |             |                 |              | Белки                | Жиры    | Углеводы |                           | В1            | С      | А     | Е       | Кальций                   | Фосфор  | Магний | Железо |       |  |
|                          |             |                 |              |                      |         |          |                           |               |        |       |         |                           |         |        |        |       |  |
| Среды                    |             | Запеканка       |              |                      |         |          |                           |               |        |       |         |                           |         |        |        |       |  |
| Овощи соевые             | 1-4 классы  | 24 С6 1996г     | 020          | 0,560                |         | 0,260    | 3,220                     |               |        |       |         | 5,000                     | 4,000   |        |        | 0,240 |  |
|                          | 5-11 классы | 24 С6 1996г     | 030          | 0,840                |         | 0,390    | 4,830                     |               |        |       |         | 7,500                     | 6,000   |        |        | 0,360 |  |
|                          | 1-4 классы  |                 | 90           | 8,944                | 10,030  | 9,974    | 133,166                   | 0,056         | 3,700  |       | 1,276   | 14,540                    | 19,460  | 39,142 | 92,485 |       |  |
|                          | 5-11 классы |                 | 100          | 11,340               | 13,566  | 12,404   | 175,920                   | 0,066         | 3,700  |       | 2,255   | 14,540                    | 19,460  | 46,062 | 92,582 |       |  |
|                          | 1-4 классы  | 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  |       |  |
|                          | 1-4 классы  | 702 С6 1997г    | 200          | 0,080                |         | 33,552   | 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                |         | 33,552   | 127,760                   | 0,004         | 0,720  |       | 0,480   | 2,400                     | 4,000   | 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  |       |  |
| Среды                    |             | 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          | 15,849               | 10,407  | 34,868   | 295,808                   | 0,106         | 2,697  |       | 2,849   | 33,235                    | 68,123  | 21,137 | 3,101  |       |  |
|                          | 5-11 классы | 193 С6 2008г    | 200          | 14,671               | 16,213  | 40,528   | 362,073                   | 0,126         | 3,595  |       | 3,650   | 41,941                    | 90,771  | 27,628 | 3,449  |       |  |
|                          | 1-4 классы  | 628 С6 1996г    | 200          | 0,200                | 0,051   | 15,010   | 57,267                    | 0,001         |        |       | 0,346   |                           |         |        | 0,053  |       |  |
|                          | 5-11 классы | 628 С6 1996г    | 200          | 0,200                | 0,051   | 15,010   | 57,267                    | 0,001         |        |       | 0,346   |                           |         |        | 0,053  |       |  |
|                          | 1-4 классы  | ГОСТ 27844-88   | 020          | 1,520                | 0,180   | 9,940    | 45,200                    | 0,022         |        |       | 0,280   | 4,000                     | 13,000  | 2,800  | 0,180  |       |  |
|                          | 5-11 классы | ГОСТ 27844-88   | 030          | 2,280                | 0,270   | 14,910   | 67,800                    | 0,033         |        |       | 0,500   | 6,000                     | 19,500  | 4,200  | 0,270  |       |  |
| Хлеб пшеничный           | 1-4 классы  | ГОСТ 26983-2015 | 020          | 1,102                | 0,200   | 6,416    | 38,000                    | 0,016         |        |       | 0,280   | 4,200                     | 17,400  | 3,800  | 0,400  |       |  |
|                          | 5-11 классы | ГОСТ 26983-2015 | 030          | 1,653                | 0,300   | 9,624    | 57,000                    | 0,024         |        |       | 0,500   | 6,300                     | 26,100  | 5,700  | 0,600  |       |  |
| Запеканка                |             | Завтрак         |              |                      |         |          |                           |               |        |       |         |                           |         |        |        |       |  |
| ИТОГО:                   | 1-4 классы  | 600             | 16,469       | 14,907               | 86,612  | 601,646  | 0,269                     | 30,296        | 0,026  | 1,980 | 69,630  | 162,170                   | 82,647  | 94,847 |        |       |  |
|                          | 5-11 классы | 660             | 19,464       | 19,462               | 98,436  | 697,660  | 0,311                     | 36,470        | 0,031  | 3,267 | 82,342  | 180,362                   | 97,678  | 96,487 |        |       |  |
|                          | 1-4 классы  | 700             | 22,480       | 20,608               | 96,336  | 671,130  | 0,273                     | 24,898        | 0,000  | 6,092 | 80,371  | 186,633                   | 76,297  | 6,419  |        |       |  |
| Обед                     |             | 810             | 23,269       | 28,602               | 114,277 | 816,216  | 0,320                     | 29,696        | 0,000  | 8,226 | 107,237 | 240,721                   | 102,428 | 6,689  |        |       |  |

\* - действует с 01 марта

## Циклическое меню

| Наименование блюда                                                                                                                                                                                |             | № рецептуры   | Вес<br>блюда    | Пищевая ценность (г) |         |          | Эн.<br>ценность<br>(ккал) | Витамины (мг) |         |        |         | Минеральные вещества (мг) |        |        |        |  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|---------------|-----------------|----------------------|---------|----------|---------------------------|---------------|---------|--------|---------|---------------------------|--------|--------|--------|--|
|                                                                                                                                                                                                   |             |               |                 | Белки                | Жиры    | Углеводы |                           | В1            | С       | А      | Е       | Кальций                   | Фосфор | Магний | Железо |  |
| Четверг                                                                                                                                                                                           |             | 1-я неделя    |                 |                      |         |          |                           |               | Завтрак |        |         |                           |        |        |        |  |
| Горошек зеленый консервированный<br><br>Голубцы ленивые с соусом<br><br>Макаронные изделия отварные<br><br>Сок фруктовый<br><br>Хлеб пшеничный<br><br>Хлеб ржаной                                 | 1-4 классы  | 31 С6 1997г   | 020             | 0,620                | 0,400   | 1,420    | 8,200                     | 0,022         | 2,000   | 0,240  | 3,200   | 10,600                    | 4,200  | 0,140  |        |  |
|                                                                                                                                                                                                   | 5-11 классы | 31 С6 1997г   | 030             | 0,930                | 0,600   | 2,130    | 12,300                    | 0,033         | 3,000   | 0,360  | 4,800   | 15,900                    | 6,300  | 0,210  |        |  |
|                                                                                                                                                                                                   | 1-4 классы  | 428 С6 1996г  | 90              | 7,630                | 10,170  | 9,450    | 158,000                   | 0,022         | 1,150   | 1,306  | 5,957   | 15,412                    | 4,748  | 36,981 |        |  |
|                                                                                                                                                                                                   | 5-11 классы | 428 С6 1996г  | 100             | 11,355               | 13,966  | 12,415   | 176,020                   | 0,025         | 0,970   | 1,798  | 6,379   | 17,384                    | 4,856  | 27,818 |        |  |
|                                                                                                                                                                                                   | 1-4 классы  | 469 С6 1996г  | 150             | 5,365                | 4,265   | 37,247   | 203,790                   | 0,087         | 0,021   | 1,193  | 10,427  | 45,359                    | 8,306  | 0,622  |        |  |
|                                                                                                                                                                                                   | 5-11 классы | 469 С6 1996г  | 180             | 6,437                | 5,117   | 46,011   | 244,528                   | 0,105         | 0,025   | 1,431  | 12,512  | 54,426                    | 9,967  | 0,746  |        |  |
|                                                                                                                                                                                                   | 1-4 классы  | 293 С6 2008г  | 200             | 1,000                | 23,400  | 94,000   | 0,020                     | 4,000         |         |        | 16,000  | 18,000                    | 10,000 | 0,400  |        |  |
|                                                                                                                                                                                                   | 5-11 классы | 293 С6 2008г  | 200             | 1,000                | 23,400  | 94,000   | 0,020                     | 4,000         |         |        | 16,000  | 18,000                    | 10,000 | 0,400  |        |  |
|                                                                                                                                                                                                   | 1-4 классы  | ГОСТ 27844-88 | 020             | 1,520                | 0,180   | 9,940    | 45,200                    | 0,022         |         | 0,280  | 4,000   | 13,000                    | 2,800  | 0,190  |        |  |
|                                                                                                                                                                                                   | 5-11 классы | ГОСТ 27844-88 | 025             | 1,900                | 0,250   | 12,425   | 56,500                    | 0,028         |         | 0,420  | 5,000   | 16,250                    | 3,800  | 0,225  |        |  |
|                                                                                                                                                                                                   |             | 1-4 классы    | ГОСТ 26983-2015 | 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 | 1,378                | 0,260   | 8,020    | 47,500                    | 0,020         |         | 0,420  | 5,260   | 21,750                    | 4,750  | 0,500  |        |  |
| Четверг                                                                                                                                                                                           |             | 1-я неделя    |                 |                      |         |          |                           |               | Обед    |        |         |                           |        |        |        |  |
| Винегрет овощной<br><br>Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной<br><br>ЕЖИКИ в соусе<br><br>Каши гречневая рассыпчатая<br><br>Напиток из шиповника<br><br>Хлеб пшеничный<br><br>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                   | 0,058         | 9,200   | 4,494  | 23,550  | 43,780                    | 20,330 | 0,816  |        |  |
|                                                                                                                                                                                                   | 1-4 классы  | 120 С6 1996г  | 220             | 1,804                | 5,530   | 8,801    | 85,780                    | 0,066         | 26,510  | 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  | 2,214  | 44,875  | 52,455                    | 22,550 | 23,875 |        |  |
|                                                                                                                                                                                                   | 1-4 классы  | 202 С6 2008г  | 090             | 10,802               | 10,114  | 13,843   | 163,904                   | 0,022         | 2,460   | 1,306  | 8,822   | 20,641                    | 5,957  | 37,071 |        |  |
|                                                                                                                                                                                                   | 5-11 классы | 202 С6 2008г  | 100             | 13,301               | 12,414  | 15,784   | 200,764                   | 0,027         | 2,820   | 1,798  | 10,677  | 25,617                    | 6,746  | 27,956 |        |  |
|                                                                                                                                                                                                   | 1-4 классы  | 463 С6 1996г  | 150             | 7,716                | 5,384   | 26,323   | 232,585                   | 0,255         | 0,021   | 4,160  | 30,396  | 154,621                   | 0,158  | 2,985  |        |  |
|                                                                                                                                                                                                   | 5-11 классы | 463 С6 1996г  | 180             | 8,715                | 6,460   | 32,561   | 278,971                   | 0,306         | 0,025   | 4,989  | 36,456  | 185,444                   | 0,189  | 3,580  |        |  |
|                                                                                                                                                                                                   | 1-4 классы  | 289 С6 2008г  | 180             | 0,720                | 24,273  | 96,705   | 0,027                     | 216,000       |         | 0,308  | 12,150  | 3,600                     | 3,600  | 5,081  |        |  |
|                                                                                                                                                                                                   | 5-11 классы | 289 С6 2008г  | 180             | 0,720                | 24,273  | 96,705   | 0,027                     | 216,000       |         | 0,308  | 12,150  | 3,600                     | 3,600  | 5,081  |        |  |
|                                                                                                                                                                                                   |             | 1-4 классы    | ГОСТ 27844-88   | 1,520                | 0,180   | 9,940    | 45,200                    | 0,022         |         | 0,280  | 4,000   | 13,000                    | 2,800  | 0,190  |        |  |
|                                                                                                                                                                                                   |             | 5-11 классы   | ГОСТ 27844-88   | 030                  | 2,280   | 0,270    | 14,910                    | 0,033         |         | 0,500  | 6,000   | 19,500                    | 4,200  | 0,270  |        |  |
|                                                                                                                                                                                                   |             | 1-4 классы    | ГОСТ 26983-2015 | 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 | 1,653                | 0,300   | 9,624    | 57,000                    | 0,024         |         | 0,500  | 6,300   | 26,100                    | 5,700  | 0,600  |        |  |
| Завтрак                                                                                                                                                                                           | 1-4 классы  | 600           | 17,237          | 16,216               | 87,873  | 647,190  | 0,189                     | 7,160         | 0,024   | 3,299  | 43,784  | 119,771                   | 33,864 | 38,723 |        |  |
|                                                                                                                                                                                                   | 6-11 классы | 660           | 23,000          | 19,783               | 104,401 | 630,848  | 0,231                     | 7,970         | 0,027   | 4,429  | 49,941  | 143,710                   | 39,373 | 29,899 |        |  |
|                                                                                                                                                                                                   | 1-4 классы  | 740           | 24,831          | 27,601               | 96,081  | 747,881  | 0,243                     | 260,490       | 0,030   | 14,803 | 111,238 | 47,763                    | 66,309 | 66,309 |        |  |
| Обед                                                                                                                                                                                              | 5-11 классы | 880           | 30,796          | 34,303               | 117,223 | 838,410  | 0,667                     | 261,146       | 0,033   | 14,803 | 133,156 | 366,496                   | 63,316 | 62,178 |        |  |
|                                                                                                                                                                                                   | ИТОГО:      |               |                 |                      |         |          |                           |               |         |        |         |                           |        |        |        |  |

\* - действует с 01 марта

Циклическое меню

| Наименование блюда                                 |             | № рецептуры     | Вес<br>блюда | Пищевая ценность (г) |        |         | Эн.<br>ценность<br>(ккал) | Витамины (мг) |         |       |        |         | Минеральные вещества (мг) |         |        |  |  |  |
|----------------------------------------------------|-------------|-----------------|--------------|----------------------|--------|---------|---------------------------|---------------|---------|-------|--------|---------|---------------------------|---------|--------|--|--|--|
|                                                    |             |                 |              | БелкиЖирыУглеводы    |        |         |                           | В1            | С       | А     | Е      | Кальций | Фосфор                    | Магний  | Железо |  |  |  |
|                                                    |             |                 |              |                      |        |         |                           |               |         |       |        |         |                           |         |        |  |  |  |
| 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                    |               |         |       |        |         |                           |         |        |  |  |  |
|                                                    | 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   | 0,452  |  |  |  |
|                                                    | 5-11 классы | 114 сб 2008г    | 210          | 12,760               | 17,584 | 37,963  | 314,077                   | 0,025         |         | 0,020 | 0,352  | 8,792   | 30,786                    | 6,618   | 0,594  |  |  |  |
|                                                    | 1-4 классы  | 629 сб 1996г    | 187          | 0,243                | 0,046  | 13,761  | 53,710                    | 0,003         | 2,801   |       |        | 3,111   | 1,540                     | 0,840   | 0,090  |  |  |  |
| Чай с лимоном                                      | 1-4 классы  | 629 сб 1996г    | 187          | 0,243                | 0,046  | 13,761  | 53,710                    | 0,003         | 2,801   |       |        | 3,111   | 1,540                     | 0,840   | 0,090  |  |  |  |
|                                                    | 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  |  |  |  |
| Батон                                              | 5-11 классы | ГОСТ 31805-2018 | 050          | 3,950                | 0,500  | 25,950  | 118,000                   | 0,075         |         |       | 1,250  | 12,500  | 41,000                    | 16,500  | 0,750  |  |  |  |
| Пятница                                            |             | 1-я неделя      |              | Обед                 |        |         |                           |               |         |       |        |         |                           |         |        |  |  |  |
| Салат из белокочанной<br>капусты/Салат из огурцов* | 1-4 классы  | 62 сб 1997г     | 060          | 0,929                | 3,003  | 5,968   | 53,564                    | 0,032         | 23,950  |       | 1,298  | 24,878  | 17,963                    | 9,848   | 0,489  |  |  |  |
|                                                    | 5-11 классы | 62 сб 1997г     | 100          | 1,550                | 5,005  | 9,951   | 89,292                    | 0,053         | 39,950  |       | 2,163  | 41,494  | 29,959                    | 16,424  | 0,816  |  |  |  |
|                                                    | 1-4 классы  | 42 сб 2008г     | 210          | 2,788                | 5,588  | 16,298  | 116,572                   | 0,085         | 12,850  | 0,006 | 1,771  | 24,280  | 54,000                    | 19,240  | 0,808  |  |  |  |
|                                                    | 5-11 классы | 42 сб 2008г     | 260          | 2,785                | 6,610  | 20,300  | 142,815                   | 0,106         | 16,050  | 0,006 | 2,211  | 28,100  | 65,950                    | 23,800  | 1,007  |  |  |  |
|                                                    | 1-4 классы  | 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   | 37,071 |  |  |  |
| Котлеты Куриные с соусом                           | 5-11 классы | 202 сб 2008г    | 100          | 13,301               | 12,414 | 15,784  | 200,784                   | 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                | 11,419 | 35,220  | 250,013                   | 0,215         | 35,625  |       | 4,787  | 23,400  | 108,525                   | 43,575  | 1,622  |  |  |  |
|                                                    | 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  | 1,946  |  |  |  |
|                                                    | 1-4 классы  | 283 сб 2008г    | 180          | 0,878                |        | 32,139  | 126,104                   | 0,005         | 0,549   |       |        | 30,740  | 21,137                    | 16,470  | 4,158  |  |  |  |
|                                                    | 5-11 классы | 283 сб 2008г    | 180          | 0,878                |        | 32,139  | 126,104                   | 0,005         | 0,549   |       |        | 30,740  | 21,137                    | 16,470  | 4,158  |  |  |  |
| 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  |  |  |  |
| Хлеб пшеничный                                     | 1-4 классы  | ГОСТ 26983-2015 | 020          | 1,102                | 0,200  | 6,416   | 38,000                    | 0,016         |         |       | 0,280  | 4,200   | 17,400                    | 3,800   | 0,400  |  |  |  |
|                                                    | 5-11 классы | ГОСТ 26983-2015 | 030          | 1,653                | 0,300  | 9,624   | 57,000                    | 0,024         |         |       | 0,500  | 6,300   | 26,100                    | 5,700   | 0,600  |  |  |  |
| Завтрак                                            | 1-4 классы  | 1-4 классы      | 637          | 16,689               | 15,290 | 78,961  | 470,110                   | 0,082         | 2,801   | 0,020 | 1,293  | 20,030  | 67,747                    | 19,041  | 1,142  |  |  |  |
|                                                    | 5-11 классы | 6-11 классы     | 697          | 17,663               | 18,130 | 92,374  | 642,787                   | 0,103         | 2,801   | 0,020 | 1,602  | 24,403  | 73,326                    | 23,968  | 1,434  |  |  |  |
|                                                    | 1-4 классы  | 1-4 классы      | 730          | 21,194               | 30,604 | 119,824 | 793,367                   | 0,397         | 76,434  | 0,009 | 9,722  | 120,320 | 262,666                   | 101,690 | 44,728 |  |  |  |
|                                                    | 5-11 классы | 6-11 классы     | 880          | 26,867               | 38,302 | 144,972 | 983,790                   | 0,606         | 102,119 | 0,008 | 12,917 | 161,391 | 318,493                   | 126,630 | 36,763 |  |  |  |
|                                                    | Обед        | Обед            |              |                      |        |         |                           |               |         |       |        |         |                           |         |        |  |  |  |
| ИТОГО:                                             |             |                 |              |                      |        |         |                           |               |         |       |        |         |                           |         |        |  |  |  |

\* - действует с 01 марта

[illegible]

| Суббота                    |             | 1-я неделя      |     | Завтрак |        |        |         |       |         |       |         |         |        |         |
|----------------------------|-------------|-----------------|-----|---------|--------|--------|---------|-------|---------|-------|---------|---------|--------|---------|
| Икра кабачковая(порционно) | 1-4 классы  | 31 С6 1997г.    | 020 | 0 400   | 1 800  | 1 720  | 24 400  | 0 064 | 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   |
|                            | 1-4 классы  | 423 С6 1996г.   | 060 | 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 | 0 037 | 2 820   | 2 554 | 10 677  | 25 617  | 6 746  | 27 956  |
|                            | 1-4 классы  | 482 С6 1996г.   | 150 | 3 593   | 5 267  | 20 611 | 148 561 | 0 111 | 88 320  | 2 241 | 83 598  | 62 415  | 31 572 | 84 606  |
|                            | 5-11 классы | 482 С6 1996г.   | 180 | 4 316   | 6 321  | 23 938 | 168 280 | 0 133 | 105 985 | 2 689 | 100 330 | 74 925  | 37 886 | 101 063 |
|                            | 1-4 классы  | 628 С6 1996г.   | 200 | 0 200   | 0 051  | 15 010 | 57 267  |       | 0 001   | 0 346 |         |         |        | 0 053   |
|                            | 5-11 классы | 628 С6 1996г.   | 200 | 0 200   | 0 051  | 15 010 | 57 267  |       | 0 001   | 0 346 |         |         |        | 0 053   |
|                            | 1-4 классы  | ГОСТ 27844-88   | 020 | 1 520   | 0 180  | 9 940  | 45 200  | 0 022 |         | 0 280 | 4 000   | 13 000  | 2 800  | 0 180   |
|                            | 5-11 классы | ГОСТ 27844-88   | 025 | 1 900   | 0 250  | 12 425 | 56 500  | 0 028 |         | 0 420 | 5 000   | 16 250  | 3 500  | 0 225   |
| Хлеб пшеничный             | 1-4 классы  | ГОСТ 26963-2015 | 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 26963-2015 | 025 | 1 378   | 0 250  | 8 020  | 47 500  | 0 020 |         | 0 420 | 5 250   | 21 750  | 4 750  | 0 500   |
|                            |             |                 |     |         |        |        |         |       |         |       |         |         |        |         |
| Хлеб ржаной                | 1-4 классы  | 31 С6 1997г.    | 020 | 0 620   | 0 400  | 1 420  | 8 200   | 0 022 | 2 000   | 0 240 | 3 200   | 10 600  | 4 200  | 0 140   |
|                            | 5-11 классы | 31 С6 1997г.    | 030 | 0 930   | 0 600  | 2 130  | 12 300  | 0 033 | 3 000   | 0 360 | 4 800   | 15 900  | 6 300  | 0 210   |
|                            | 1-4 классы  | 132 С6 1996г.   | 200 | 3 514   | 3 525  | 10 480 | 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   | 4 030  | 13 113 | 95 533  | 0 081 | 22 250  | 1 937 | 23 600  | 50 475  | 21 475 | 0 706   |
|                            | 1-4 классы  | 423 С6 1996г.   | 90  | 10 843  | 10 300 | 9 974  | 133 166 | 0 020 | 1 160   | 0 003 | 5 792   | 14 492  | 4 958  | 36 970  |
|                            | 5-11 классы | 423 С6 1996г.   | 100 | 12 665  | 13 566 | 12 404 | 175 920 | 0 025 | 1 020   | 0 002 | 2 210   | 6 539   | 3 894  | 27 818  |
|                            | 1-4 классы  | 463 С6 1996г.   | 150 | 7 716   | 5 384  | 26 323 | 232 585 | 0 295 | 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 |         | 4 989 | 36 456  | 185 444 | 0 189  | 3 580   |
|                            | 1-4 классы  | 293 С6 2008г.   | 180 | 0 900   | 0 000  | 21 060 | 84 600  | 0 018 | 3 600   |       | 14 400  | 16 200  | 9 000  | 0 360   |
|                            | 5-11 классы | 293 С6 2008г.   | 180 | 0 900   | 0 000  | 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   |
|                            | 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 27844-88   | 020 | 1 102   | 0 200  | 6 416  | 38 000  | 0 016 |         | 0 280 | 4 200   | 17 400  | 3 800  | 0 400   |
|                            | 5-11 классы | ГОСТ 26963-2015 | 020 | 1 102   | 0 200  | 6 416  | 38 000  | 0 016 |         | 0 280 | 4 200   | 17 400  | 3 800  | 0 400   |
|                            | 1-4 классы  | ГОСТ 26963-2015 | 030 | 1 653   | 0 300  | 9 624  | 57 000  | 0 024 |         | 0 500 | 6 300   | 26 100  | 5 700  | 0 600   |
| Хлеб ржаной                | 1-4 классы  | 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  | 10 480 | 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   | 4 030  | 13 113 | 95 533  | 0 081 | 22 250  | 1 937 | 23 600  | 50 475  | 21 475 | 0 706   |
|                            | 1-4 классы  | 423 С6 1996г.   | 90  | 10 843  | 10 300 | 9 974  | 133 166 | 0 020 | 1 160   | 0 003 | 5 792   | 14 492  | 4 958  | 36 970  |
|                            | 5-11 классы | 423 С6 1996г.   | 100 | 12 665  | 13 566 | 12 404 | 175 920 | 0 025 | 1 020   | 0 002 | 2 210   | 6 539   | 3 894  | 27 818  |
|                            | 1-4 классы  | 463 С6 1996г.   | 150 | 7 716   | 5 384  | 26 323 | 232 585 | 0 295 | 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 |         | 4 989 | 36 456  | 185 444 | 0 189  | 3 580   |
|                            | 1-4 классы  | 293 С6 2008г.   | 180 | 0 900   | 0 000  | 21 060 | 84 600  | 0 018 | 3 600   |       | 14 400  | 16 200  | 9 000  | 0 360   |
|                            | 5-11 классы | 293 С6 2008г.   | 180 | 0 900   | 0 000  | 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   |
|                            | 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 27844-88   | 020 | 1 102   | 0 200  | 6 416  | 38 000  | 0 016 |         | 0 280 | 4 200   | 17 400  | 3 800  | 0 400   |
|                            | 5-11 классы | ГОСТ 26963-2015 | 020 | 1 102   | 0 200  | 6 416  | 38 000  | 0 016 |         | 0 280 | 4 200   | 17 400  | 3 800  | 0 400   |
|                            | 1-4 классы  | ГОСТ 26963-2015 | 030 | 1 653   | 0 300  | 9 624  | 57 000  | 0 024 |         | 0 500 | 6 300   | 26 100  | 5 700  | 0 600   |

|  |             |     |        |        |         |          |       |        |       |        |        |         |        |        |
|--|-------------|-----|--------|--------|---------|----------|-------|--------|-------|--------|--------|---------|--------|--------|
|  | 1-4 классы  | 600 | 13,62  | 14,61  | 63,32   | 436,332  | 0,18  | 92,18  | 0,00  | 4,96   | 109,17 | 126,86  | 61,13  | 123,71 |
|  | Затрак      |     |        |        |         |          |       |        |       |        |        |         |        |        |
|  | 6-11 классы | 660 | 16,60  | 18,99  | 73,76   | 624,911  | 0,21  | 110,91 | 0,00  | 6,08   | 169,64 | 63,38   | 131,90 | 131,90 |
|  | ИТОГО:      | 680 | 26,216 | 33,60  | 147,12  | 1059,243 | 0,39  | 203,82 | 0,00  | 12,04  | 279,81 | 129,24  | 193,81 | 265,61 |
|  | 1-4 классы  | 680 | 26,216 | 17,19  | 86,623  | 618,177  | 0,426 | 24,660 | 0,024 | 7,816  | 80,868 | 266,693 | 41,696 | 41,671 |
|  | Обед        |     |        |        |         |          |       |        |       |        |        |         |        |        |
|  | 6-11 классы | 800 | 31,036 | 25,602 | 106,802 | 772,124  | 0,630 | 29,870 | 0,027 | 10,496 | 98,995 | 317,613 | 61,710 | 33,633 |

ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ

| Наименование блюда                              |  | № рецептуры     | Вес<br>блюда | Пищевая ценность (г) |        |         | Эн.<br>ценность<br>(ккал) | Витамины (мг) |        |       |        |         |         | Минеральные вещества (мг) |        |  |  |
|-------------------------------------------------|--|-----------------|--------------|----------------------|--------|---------|---------------------------|---------------|--------|-------|--------|---------|---------|---------------------------|--------|--|--|
|                                                 |  |                 |              | БелкиЖирыУглеводы    |        |         |                           | В1            | С      | А     | Е      | Кальций | Фосфор  | Магний                    | Железо |  |  |
|                                                 |  |                 |              |                      |        |         |                           |               |        |       |        |         |         |                           |        |  |  |
| Понедельник                                     |  | 2-я неделя      |              | Завтрак              |        |         |                           |               |        |       |        |         |         |                           |        |  |  |
| Горячий бутерброд Пикантный                     |  | 384 С6 2008г    | 065          | 5,774                | 4,804  | 22,341  | 155,696                   | 0,022         |        | 0,021 | 0,280  | 4,000   | 13,000  | 2,800                     | 0,180  |  |  |
| 5-11 классы                                     |  | 384 С6 2008г    | 065          | 6,352                | 5,016  | 26,230  | 175,440                   | 0,033         |        | 0,025 | 0,500  | 6,000   | 19,500  | 4,200                     | 0,270  |  |  |
| Каша молочная жидкая -Дружба- с маслом, сахаром |  | 102 С6 2008г    | 220          | 8,291                | 6,584  | 24,037  | 185,300                   | 0,081         |        | 0,040 | 0,680  | 9,270   | 42,180  | 14,560                    | 1,105  |  |  |
| 5-11 классы                                     |  | 102 С6 2008г    | 260          | 10,598               | 7,324  | 31,238  | 210,936                   | 0,097         |        | 0,040 | 0,769  | 10,603  | 50,216  | 17,412                    | 1,316  |  |  |
| Какао растворимый                               |  | 762С6 1997г     | 200          | 3,580                | 2,728  | 17,070  | 138,000                   | 0,027         | 0,900  | 0,018 | 0,081  | 109,170 | 81,900  | 12,600                    | 0,941  |  |  |
| 5-11 классы                                     |  | 762С6 1997г     | 200          | 3,580                | 2,728  | 17,070  | 138,000                   | 0,027         | 0,900  | 0,018 | 0,081  | 109,170 | 81,900  | 12,600                    | 0,941  |  |  |
| 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                   |               |        |       |        |         |         |                           |        |  |  |
| Понедельник                                     |  | 2-я неделя      |              | Обед                 |        |         |                           |               |        |       |        |         |         |                           |        |  |  |
| Салат из свеклы отварной                        |  | 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  | 36,150  | 40,850  | 40,850                    | 1,330  |  |  |
| 1-4 классы                                      |  | 46 С6 2008г     | 200          | 3,000                | 2,630  | 13,500  | 145,000                   | 0,094         | 10,450 |       | 1,074  | 33,850  | 85,650  | 32,470                    | 1,400  |  |  |
| 5-11 классы                                     |  | 46 С6 2008г     | 250          | 3,750                | 3,288  | 16,870  | 181,000                   | 0,118         | 13,000 |       | 1,343  | 42,310  | 107,060 | 40,590                    | 1,750  |  |  |
| Емеля в соусе                                   |  | 202 С6 2008г    | 060          | 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          | 15,131               | 5,924  | 40,345  | 260,286                   | 0,629         | 9,021  | 6,479 | 63,418 | 158,888 | 61,617  | 4,889                     |        |  |  |
| 5-11 классы                                     |  | 270 С6 1996г    | 180          | 17,358               | 8,908  | 48,015  | 312,349                   | 0,755         |        | 0,025 | 7,775  | 76,103  | 190,671 | 73,942                    | 5,879  |  |  |
| 1-4 классы                                      |  | 289 С6 2008г    | 180          | 0,130                |        | 22,075  | 86,328                    | 0,006         | 5,760  |       |        | 6,192   | 3,168   | 1,728                     | 0,151  |  |  |
| 5-11 классы                                     |  | 289 С6 2008г    | 180          | 0,130                |        | 22,075  | 86,328                    | 0,006         | 5,760  |       |        | 6,192   | 3,168   | 1,728                     | 0,151  |  |  |
| 1-4 классы                                      |  | ГОСТ 27844-88   | 020          | 1,520                | 0,180  | 9,940   | 45,200                    | 0,022         |        |       | 0,280  | 4,000   | 13,000  | 2,800                     | 0,180  |  |  |
| 5-11 классы                                     |  | ГОСТ 27844-88   | 030          | 2,280                | 0,270  | 14,910  | 67,800                    | 0,033         |        |       | 0,500  | 6,000   | 19,500  | 4,200                     | 0,270  |  |  |
| 1-4 классы                                      |  | ГОСТ 26983-2015 | 020          | 1,102                | 0,200  | 6,416   | 38,000                    | 0,016         |        |       | 0,280  | 4,200   | 17,400  | 3,800                     | 0,400  |  |  |
| 5-11 классы                                     |  | ГОСТ 26983-2015 | 030          | 1,653                | 0,300  | 9,624   | 57,000                    | 0,024         |        |       | 0,500  | 6,300   | 26,100  | 5,700                     | 0,600  |  |  |
| Завтрак                                         |  | 1-4 классы      | 600          | 18,46                | 21,67  | 78,62   | 610,496                   | 0,13          | 0,90   | 0,08  | 1,04   | 122,44  | 137,08  | 29,96                     | 2,23   |  |  |
| Обед                                            |  | 6-11 классы     | 660          | 21,330               | 22,618 | 89,608  | 666,876                   | 0,167         | 0,900  | 0,083 | 1,360  | 126,773 | 161,616 | 34,212                    | 2,627  |  |  |
|                                                 |  | 1-4 классы      | 720          | 32,664               | 26,046 | 112,276 | 848,048                   | 0,800         | 24,370 | 0,024 | 10,769 | 141,672 | 323,267 | 132,882                   | 44,899 |  |  |
|                                                 |  | 6-11 классы     | 870          | 40,087               | 34,176 | 137,638 | 1060,791                  | 0,982         | 31,080 | 0,027 | 14,149 | 182,732 | 412,966 | 173,766                   | 37,936 |  |  |
| ИТОГО:                                          |  | Завтрак         |              |                      |        |         |                           |               |        |       |        |         |         |                           |        |  |  |
|                                                 |  | Обед            |              |                      |        |         |                           |               |        |       |        |         |         |                           |        |  |  |

\* - действует с 01 марта

Циклическое меню

| Наименование блюда |             | № рецептуры        | Вес<br>блюда | Пищевая ценность (г) |               |                | Эн.<br>ценность<br>(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>  |              |                      |               |                |                           |               |               |              |               |                           |                |               |               |
| Омлет порционный   | 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        | 4,969         | 36,456                    | 185,444        | 0,189         | 3,580         |
|                    | 1-4 классы  | 702 С6 1997г       | 200          | 0,080                |               | 33,552         | 127,760                   | 0,004         | 0,720         |              |               | 0,480                     | 2,400          | 4,000         | 0,152         |
|                    | 5-11 классы | 702 С6 1997г       | 200          | 0,080                |               | 33,552         | 127,760                   | 0,004         | 0,720         |              |               | 0,480                     | 2,400          | 4,000         | 0,152         |
|                    | 1-4 классы  | ГОСТ 27844-88      | 020          | 1,520                | 0,180         | 9,940          | 45,200                    | 0,022         |               | 0,280        | 0,400         | 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        | 0,500         | 16,250                    | 3,500          | 0,225         |               |
| Хлеб пшеничный     | 1-4 классы  | ГОСТ 26983-2015    | 020          | 1,102                | 0,200         | 6,416          | 38,000                    | 0,016         |               | 0,280        | 0,400         | 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        | 0,500         | 21,750                    | 4,750          | 0,500         |               |
| <b>Вторник</b>     |             | <b>2-я неделя</b>  |              |                      |               |                |                           |               |               |              |               |                           |                |               |               |
| Винегрет овощной   | 1-4 классы  | 60 С6 1996г        | 060          | 1,167                | 6,193         | 5,485          | 79,707                    | 0,035         | 5,520         |              | 2,656         | 14,130                    | 26,268         | 12,198        | 0,450         |
|                    | 5-11 классы | 60 С6 1996г        | 100          | 1,945                | 8,321         | 9,142          | 132,845                   | 0,058         | 9,200         |              | 4,494         | 23,550                    | 43,780         | 20,330        | 0,816         |
|                    | 1-4 классы  | 72 С6 2008г        | 200          | 3,970                | 2,840         | 16,232         | 102,530                   | 0,066         | 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         |
| Чай с лимоном      | 1-4 классы  | ГОСТ 27844-88      | 020          | 1,520                | 0,180         | 9,940          | 45,200                    | 0,022         |               | 0,280        | 0,400         | 13,000                    | 2,800          | 0,180         |               |
|                    | 5-11 классы | ГОСТ 27844-88      | 030          | 2,280                | 0,270         | 14,910         | 67,800                    | 0,033         |               | 0,500        | 0,500         | 19,500                    | 4,200          | 0,270         |               |
| Хлеб пшеничный     | 1-4 классы  | ГОСТ 26983-2015    | 020          | 1,102                | 0,200         | 6,416          | 38,000                    | 0,016         |               | 0,280        | 0,400         | 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        | 0,500         | 26,100                    | 5,700          | 0,600         |               |
| <b>Завтрак</b>     |             | <b>1-4 классы</b>  | <b>600</b>   | <b>21,360</b>        | <b>18,878</b> | <b>90,434</b>  | <b>609,449</b>            | <b>0,323</b>  | <b>4,680</b>  | <b>0,030</b> | <b>6,046</b>  | <b>61,298</b>             | <b>216,462</b> | <b>16,716</b> | <b>40,792</b> |
| <b>Обед</b>        |             | <b>6-11 классы</b> | <b>660</b>   | <b>26,684</b>        | <b>19,374</b> | <b>102,882</b> | <b>714,496</b>            | <b>0,391</b>  | <b>6,640</b>  | <b>0,036</b> | <b>7,667</b>  | <b>62,963</b>             | <b>264,061</b> | <b>19,186</b> | <b>32,419</b> |
| <b>Итого:</b>      |             | <b>1-4 классы</b>  | <b>727</b>   | <b>20,169</b>        | <b>20,838</b> | <b>98,704</b>  | <b>644,841</b>            | <b>0,261</b>  | <b>37,291</b> | <b>0,027</b> | <b>8,369</b>  | <b>62,230</b>             | <b>167,412</b> | <b>62,141</b> | <b>67,966</b> |
|                    |             | <b>5-11 классы</b> | <b>877</b>   | <b>24,169</b>        | <b>26,831</b> | <b>126,522</b> | <b>838,872</b>            | <b>0,332</b>  | <b>47,946</b> | <b>0,031</b> | <b>11,693</b> | <b>106,826</b>            | <b>223,418</b> | <b>70,333</b> | <b>64,363</b> |

\* - действует с 01 марта

Циклическое меню

| Наименование блюда                          |             | № рецептуры     | Вес<br>блюда | Пищевая ценность (г) |        |          | Эн.<br>ценность<br>(ккал) | Витамины (мг) |        |       |       | Минеральные вещества (мг) |         |         |         |        |       |       |
|---------------------------------------------|-------------|-----------------|--------------|----------------------|--------|----------|---------------------------|---------------|--------|-------|-------|---------------------------|---------|---------|---------|--------|-------|-------|
|                                             |             |                 |              | Углеводы             |        |          |                           | В1            | С      | А     | Е     | Кальций                   | Фосфор  | Магний  | Железо  |        |       |       |
|                                             |             |                 |              | Белки                | Жиры   | Углеводы |                           |               |        |       |       |                           |         |         |         |        |       |       |
| Среда                                       |             | 2-я неделя      | Завтрак      |                      |        |          |                           |               |        |       |       |                           |         |         |         |        |       |       |
| Помидоры консервированные                   | 1-4 классы  | 24 С6 1996г     | 040          | 1,120                |        | 0,520    | 6,440                     |               |        |       |       |                           |         | 10,000  | 8,000   |        |       | 0,480 |
|                                             | 5-11 классы | 24 С6 1996г     | 050          | 1,400                |        | 0,650    | 8,050                     |               |        |       |       |                           |         | 12,500  | 10,000  |        |       | 0,600 |
|                                             | 1-4 классы  | 293 С6 2015г    | 240          | 13,846               | 12,100 | 21,451   | 323,136                   | 0,201         | 28,500 |       |       |                           |         | 806,489 | 86,914  | 35,855 | 2,530 |       |
|                                             | 5-11 классы | 293 С6 2015г    | 280          | 19,366               | 16,639 | 29,931   | 397,031                   | 0,258         | 38,000 |       |       |                           |         | 29,226  | 115,854 | 47,475 | 2,962 |       |
|                                             | 1-4 классы  | 628 С6 1996г    | 200          | 0,200                | 0,051  | 15,010   | 57,267                    |               | 0,001  |       |       |                           |         | 0,346   |         |        | 0,053 |       |
|                                             | 5-11 классы | 628 С6 1996г    | 200          | 0,200                | 0,051  | 15,010   | 57,267                    |               | 0,001  |       |       |                           |         | 0,346   |         |        | 0,053 |       |
|                                             | 1-4 классы  | ГОСТ 27844-88   | 020          | 1,520                | 0,180  | 9,940    | 45,200                    | 0,022         |        |       | 0,280 | 4,000                     | 13,000  | 2,800   |         | 0,180  |       |       |
|                                             | 5-11 классы | ГОСТ 27844-88   | 030          | 2,280                | 0,270  | 14,910   | 67,800                    | 0,033         |        |       | 0,500 | 6,000                     | 19,500  | 4,200   | 0,300   | 0,400  |       |       |
| 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   | 0,600  |       |       |
|                                             | 5-11 классы | ГОСТ 26983-2015 | 030          | 1,653                | 0,300  | 9,624    | 57,000                    | 0,024         |        |       | 0,500 | 6,300                     | 26,100  | 5,700   | 0,600   | 0,600  |       |       |
|                                             |             | Обед            |              |                      |        |          |                           |               |        |       |       |                           |         |         |         |        |       |       |
| Среда                                       |             | 2-я неделя      | Обед         |                      |        |          |                           |               |        |       |       |                           |         |         |         |        |       |       |
| Салат из моркови и яблок/Салат из помидоров | 1-4 классы  | 11 С6 2008г     | 060          | 0,512                | 6,031  | 8,678    | 89,400                    | 0,024         | 2,154  |       | 2,751 | 18,702                    | 21,210  | 15,708  |         | 0,085  |       |       |
|                                             | 5-11 классы | 11 С6 2008г     | 100          | 0,853                | 7,750  | 14,464   | 149,000                   | 0,040         | 3,590  |       | 4,584 | 31,170                    | 35,350  | 26,180  |         | 0,142  |       |       |
|                                             | 1-4 классы  | 110 С6 1996г    | 210          | 3,833                | 5,522  | 11,708   | 96,080                    | 0,048         | 16,830 | 0,006 | 1,819 | 37,900                    | 45,972  | 27,120  | 56,044  |        |       |       |
|                                             | 5-11 классы | 110 С6 1996г    | 260          | 4,217                | 6,528  | 14,562   | 117,200                   | 0,060         | 21,025 | 0,006 | 2,270 | 45,125                    | 55,915  | 33,650  | 70,063  |        |       |       |
|                                             | 1-4 классы  | 423 С6 1996г    | 90           | 10,843               | 10,030 | 9,974    | 133,166                   | 0,020         | 1,160  | 0,003 | 1,306 | 5,792                     | 14,492  | 4,558   | 36,970  |        |       |       |
|                                             | 5-11 классы | 423 С6 1996г    | 100          | 12,665               | 13,566 | 12,404   | 175,920                   | 0,025         | 1,020  | 0,002 | 2,210 | 6,539                     | 3,894   | 4,846   | 27,818  |        |       |       |
|                                             | 1-4 классы  | 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                    | 115,062 | 39,366  | 1,668   |        |       |       |
| Картофельное пюре                           | 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   |        |       |       |
| 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   |        |       |       |
| Хлеб пшеничный                              | 1-4 классы  | ГОСТ 26983-2015 | 020          | 1,102                | 0,200  | 6,416    | 38,000                    | 0,016         |        |       | 0,280 | 4,200                     | 17,400  | 3,800   | 0,400   |        |       |       |
|                                             | 5-11 классы | ГОСТ 26983-2015 | 030          | 1,653                | 0,300  | 9,624    | 57,000                    | 0,024         |        |       | 0,500 | 6,300                     | 26,100  | 5,700   | 0,600   |        |       |       |
| Хлеб ржаной                                 | 1-4 классы  | ГОСТ 26983-2015 | 020          | 1,102                | 0,200  | 6,416    | 38,000                    | 0,016         |        |       | 0,280 | 4,200                     | 17,400  | 3,800   | 0,400   |        |       |       |
|                                             | 5-11 классы | ГОСТ 26983-2015 | 030          | 1,653                | 0,300  | 9,624    | 57,000                    | 0,024         |        |       | 0,500 | 6,300                     | 26,100  | 5,700   | 0,600   |        |       |       |

|        |         |     |        |        |         |         |       |        |       |        |         |         |         |         |
|--------|---------|-----|--------|--------|---------|---------|-------|--------|-------|--------|---------|---------|---------|---------|
| Итого: | Завтрак | 620 | 17,768 | 12,631 | 63,337  | 470,043 | 0,217 | 28,600 | 0,000 | 0,280  | 820,689 | 112,314 | 39,666  | 3,410   |
|        | Обед    | 690 | 22,419 | 17,260 | 70,126  | 687,148 | 0,282 | 39,000 | 0,000 | 0,600  | 48,026  | 161,964 | 63,176  | 4,162   |
|        |         | 730 | 21,961 | 26,460 | 105,226 | 682,160 | 0,296 | 46,668 | 0,036 | 6,680  | 142,644 | 229,121 | 103,261 | 99,227  |
|        |         | 880 | 26,462 | 33,910 | 129,747 | 878,064 | 0,380 | 67,234 | 0,039 | 10,236 | 175,446 | 276,988 | 130,412 | 104,709 |

\* - действует с 01 марта

Циклическое меню

| Наименование блюда                              |                 | № рецептуры     | Вес<br>блюда | Пищевая ценность (г) |         |          | Эн.<br>ценность<br>(ккал) | Витамины (мг) |        |        |         | Минеральные вещества (мг) |         |        |        |       |
|-------------------------------------------------|-----------------|-----------------|--------------|----------------------|---------|----------|---------------------------|---------------|--------|--------|---------|---------------------------|---------|--------|--------|-------|
|                                                 |                 |                 |              | Белки                | Жиры    | Углеводы |                           | В1            | С      | А      | Е       | Кальций                   | Фосфор  | Магний | Железо |       |
|                                                 |                 |                 |              |                      |         |          |                           |               |        |        |         |                           |         |        |        |       |
| Четверг                                         |                 | 2-я неделя      |              |                      |         |          |                           |               |        |        |         |                           |         |        |        |       |
| Орцы соплные                                    | 1-4 классы      | 24 С6 1996г     | 040          | 1,120                |         | 0,520    | 6,440                     |               |        |        |         |                           | 10,000  | 8,000  |        | 0,480 |
|                                                 | 24 С6 1996г     | 040             | 1,120        |                      | 0,520   | 6,440    |                           |               |        |        |         | 10,000                    | 8,000   |        | 0,480  |       |
|                                                 | 1-4 классы      | 193 С6 2008г    | 200          | 17,671               | 16,213  | 40,528   | 362,073                   | 0,106         | 2,697  | 2,849  | 33,235  | 68,123                    | 21,137  | 3,101  |        |       |
|                                                 | 5-11 классы     | 193 С6 2008г    | 250          | 17,996               | 17,934  | 54,034   | 433,536                   | 0,126         | 3,595  | 3,650  | 41,941  | 90,771                    | 27,628  | 3,449  |        |       |
|                                                 | 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   | 030          | 2,280                | 0,270   | 14,910   | 67,800                    | 0,033         |        | 0,500  | 6,000   | 19,500                    | 4,200   | 0,270  |        |       |
|                                                 | 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  |        |       |
| 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   |        |        |       |
| Четверг                                         |                 | 2-я неделя      |              |                      |         |          |                           |               |        |        |         |                           |         |        |        |       |
| Салат из белокочанной капусты/Салат из огурцов* | 1-4 классы      | 62 С6 1997г     | 060          | 0,929                | 3,003   | 5,968    | 53,564                    | 0,032         | 23,960 |        | 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   | 41,454                    | 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  |       |
|                                                 | 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           | 9,080                | 5,499   | 9,271    | 95,702                    | 0,057         | 1,845  | 0,022  | 1,717   | 14,986                    | 29,764  | 31,461 | 28,195 |       |
|                                                 | 5-11 классы     | 162 С6 2008г    | 100          | 10,384               | 7,516   | 12,206   | 129,088                   | 0,078         | 2,295  | 0,03   | 2,39    | 20,153                    | 43,305  | 28,422 |        |       |
|                                                 | 1-4 классы      | 251 С6 1997г    | 150          | 3,676                | 11,419  | 35,220   | 250,013                   | 0,215         | 35,625 |        | 4,787   | 23,400                    | 108,525 | 43,575 | 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  |       |
|                                                 | 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  |       |
|                                                 | 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  |       |
| 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  |        |       |
|                                                 | 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   |        |        |       |
| Четверг                                         |                 | 2-я неделя      |              |                      |         |          |                           |               |        |        |         |                           |         |        |        |       |
| Салат из белокочанной капусты/Салат из огурцов* | 1-4 классы      | 62 С6 1997г     | 060          | 0,929                | 3,003   | 5,968    | 53,564                    | 0,032         | 23,960 |        | 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   | 41,454                    | 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  |       |
|                                                 | 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 из минтая с соусом                      | 1-4 классы      | 162 С6 2008г    | 90           | 9,080                | 5,499   | 9,271    | 95,702                    | 0,057         | 1,845  | 0,022  | 1,717   | 14,986                    | 29,764  | 31,461 | 28,195 |       |
|                                                 | 5-11 классы     | 162 С6 2008г    | 100          | 10,384               | 7,516   | 12,206   | 129,088                   | 0,078         | 2,295  | 0,03   | 2,39    | 20,153                    | 43,305  | 28,422 |        |       |
|                                                 | 1-4 классы      | 251 С6 1997г    | 150          | 3,676                | 11,419  | 35,220   | 250,013                   | 0,215         | 35,625 |        | 4,787   | 23,400                    | 108,525 | 43,575 | 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  |       |
|                                                 | 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  |       |
| Хлеб пшеничный                                  | 1-4 классы      | ГОСТ 27844-88   | 020          | 1,520                | 0,180   | 9,940    | 45,200                    | 0,022         |        | 0,280  | 4,000   | 13,000                    | 2,800   | 0,180  |        |       |
|                                                 | 5-11 классы     | ГОСТ 27844-88   | 030          | 2,280                | 0,270   | 14,910   | 67,800                    | 0,033         |        | 0,500  | 6,000   | 19,500                    | 4,200   | 0,270  |        |       |
|                                                 | 1-4 классы      | ГОСТ 26983-2015 | 020          | 1,102                | 0,200   | 6,416    | 38,000                    | 0,016         |        | 0,280  | 4,200   | 17,400                    | 3,800   | 0,400  |        |       |
| 5-11 классы                                     | ГОСТ 26983-2015 | 030             | 1,653        | 0,300                | 9,624   | 57,000   | 0,024                     |               | 0,500  | 6,300  | 26,100  | 5,700                     | 0,600   |        |        |       |
| Четверг                                         |                 | 2-я неделя      |              |                      |         |          |                           |               |        |        |         |                           |         |        |        |       |
| Завтрак                                         | 1-4 классы      | 600             | 22,924       | 16,834               | 80,692  | 660,680  | 0,163                     | 2,598         | 0,000  | 3,849  | 66,881  | 121,723                   | 31,037  | 4,604  |        |       |
|                                                 | 5-11 классы     | 660             | 23,249       | 18,666               | 94,098  | 622,043  | 0,183                     | 3,596         | 0,000  | 4,660  | 64,687  | 144,371                   | 37,628  | 4,862  |        |       |
|                                                 | 1-4 классы      | 720             | 21,963       | 24,603               | 106,447 | 694,669  | 0,662                     | 74,320        | 0,022  | 11,677 | 111,684 | 272,362                   | 128,684 | 32,802 |        |       |
|                                                 | 5-11 классы     | 870             | 27,110       | 32,172               | 133,230 | 887,280  | 0,717                     | 100,220       | 0,030  | 16,317 | 148,702 | 348,981                   | 166,169 | 34,369 |        |       |
| ИТОГО:                                          |                 |                 |              |                      |         |          |                           |               |        |        |         |                           |         |        |        |       |
| Обед                                            |                 |                 |              |                      |         |          |                           |               |        |        |         |                           |         |        |        |       |

действует с 01 марта 4

Циклическое меню

| Наименование блюда         |                 | № рецептуры     | Вес<br>блюда | Пищевая ценность (г) |        |          | Эн.<br>ценность<br>(ккал) | Витамины (мг) |        |       |        | Минеральные вещества (мг) |         |        |        |  |  |
|----------------------------|-----------------|-----------------|--------------|----------------------|--------|----------|---------------------------|---------------|--------|-------|--------|---------------------------|---------|--------|--------|--|--|
| Пятница                    |                 |                 |              | Белки                | Жиры   | Углеводы |                           | B1            | C      | A     | E      | Кальций                   | Фосфор  | Магний | Железо |  |  |
| Пятница                    |                 | 2-я неделя      |              |                      |        |          |                           |               |        |       |        |                           |         |        |        |  |  |
| 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  |  |  |
|                            | 1-4 классы      | 520 С6 1997г.   | 090          | 11,648               | 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    | 207,500                   | 0,004         | 0,720  | 0,002 | 1,798  | 2,073                     | 3,894   | 1,854  | 27,628 |  |  |
|                            | 1-4 классы      | 469 С6 1996г.   | 150          | 5,365                | 4,265  | 37,247   | 203,790                   | 0,087         |        | 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      | 280 С6 2008г.   | 200          | 1,924                |        | 44,343   | 176,440                   | 0,037         | 1,480  |       |        | 635,690                   | 54,020  | 38,850 | 0,060  |  |  |
|                            | 5-11 классы     | 280 С6 2008г.   | 200          | 1,924                |        | 44,343   | 176,440                   | 0,037         | 1,480  |       |        | 635,690                   | 54,020  | 38,850 | 0,060  |  |  |
|                            | 1-4 классы      | ГОСТ 27844-88   | 020          | 1,520                | 0,180  | 9,940    | 45,200                    | 0,022         |        | 0,280 | 4,000  | 13,000                    | 2,800   | 0,180  |        |  |  |
|                            | 5-11 классы     | ГОСТ 27844-88   | 025          | 1,500                | 0,225  | 12,425   | 56,500                    | 0,028         |        | 0,420 | 5,000  | 16,250                    | 3,500   | 0,225  |        |  |  |
|                            | 1-4 классы      | ГОСТ 26983-2015 | 020          | 1,102                | 0,200  | 6,416    | 38,000                    | 0,016         |        | 0,280 | 4,200  | 17,400                    | 3,800   | 0,400  |        |  |  |
| 5-11 классы                | ГОСТ 26983-2015 | 025             | 1,378        | 0,250                | 8,020  | 47,500   | 0,020                     |               | 0,420  | 5,250 | 21,750 | 4,750                     | 0,500   |        |        |  |  |
| Пятница                    |                 | 2-я неделя      |              |                      |        |          |                           |               |        |       |        |                           |         |        |        |  |  |
| Салат Степной              | 1-4 классы      | 111 С6 2008г.   | 060          | 1,076                | 9,148  | 4,969    | 104,362                   | 0,059         | 8,160  | 0,021 | 2,794  | 9,948                     | 39,036  | 13,884 | 0,576  |  |  |
|                            | 5-11 классы     | 111 С6 2008г.   | 100          | 1,793                | 15,246 | 8,281    | 173,937                   | 0,098         | 13,600 | 0,035 |        | 16,580                    | 65,060  | 23,140 | 0,960  |  |  |
|                            | 1-4 классы      | 132 С6 1996г.   | 200          | 3,514                | 3,525  | 10,490   | 76,426                    | 0,073         | 17,800 |       | 1,550  | 18,890                    | 40,380  | 17,180 | 0,636  |  |  |
|                            | 5-11 классы     | 132 С6 1996г.   | 250          | 3,893                | 4,408  | 13,113   | 95,533                    | 0,091         | 22,250 |       | 1,937  | 23,600                    | 50,475  | 21,475 | 0,795  |  |  |
|                            | 1-4 классы      | 423 С6 1996г.   | 090          | 6,802                | 7,114  | 9,623    | 121,904                   | 0,022         | 2,460  |       | 2,146  | 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      | 465 С6 1996г.   | 150          | 3,868                | 5,218  | 41,803   | 219,038                   | 0,044         |        | 0,027 | 0,402  | 14,580                    | 53,730  | 11,543 | 0,996  |  |  |
|                            | 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  |  |  |
|                            | 1-4 классы      | 629 с6 1996г.   | 187          | 0,243                | 0,046  | 13,761   | 53,710                    | 0,003         | 2,801  |       | 3,111  | 1,540                     | 0,840   | 0,090  |        |  |  |
|                            | 5-11 классы     | 629 с6 1996г.   | 187          | 0,243                | 0,046  | 13,761   | 53,710                    | 0,003         | 2,801  |       | 3,111  | 1,540                     | 0,840   | 0,090  |        |  |  |
|                            | 1-4 классы      | ГОСТ 27844-88   | 020          | 1,520                | 0,180  | 9,940    | 45,200                    | 0,022         |        | 0,280 | 4,000  | 13,000                    | 2,800   | 0,180  |        |  |  |
| 5-11 классы                | ГОСТ 27844-88   | 030             | 2,280        | 0,270                | 14,910 | 67,800   | 0,033                     |               | 0,500  | 6,000 | 19,500 | 4,200                     | 0,270   |        |        |  |  |
| 1-4 классы                 | ГОСТ 26983-2015 | 020             | 1,102        | 0,200                | 6,416  | 38,000   | 0,016                     |               | 0,280  | 4,200 | 17,400 | 3,800                     | 0,400   |        |        |  |  |
| 5-11 классы                | ГОСТ 26983-2015 | 030             | 1,653        | 0,300                | 9,624  | 57,000   | 0,024                     |               | 0,500  | 6,300 | 26,100 | 5,700                     | 0,600   |        |        |  |  |
| ИТОГО:                     | Запеканка       | 1-4 классы      | 600          | 21,959               | 16,010 | 101,763  | 607,822                   | 0,172         | 3,840  | 0,024 | 3,059  | 666,281                   | 148,371 | 63,228 | 39,500 |  |  |
|                            |                 | 5-11 классы     | 660          | 26,134               | 17,480 | 118,473  | 789,068                   | 0,200         | 4,300  | 0,027 | 4,069  | 672,826                   | 170,440 | 69,421 | 31,269 |  |  |
|                            |                 | 1-4 классы      | 727          | 18,126               | 26,431 | 97,002   | 668,640                   | 0,239         | 31,221 | 0,048 | 7,462  | 63,641                    | 186,727 | 56,004 | 39,939 |  |  |
|                            |                 | 5-11 классы     | 877          | 21,704               | 36,943 | 121,636  | 869,589                   | 0,329         | 41,471 | 0,067 | 6,973  | 83,762                    | 262,768 | 75,962 | 31,854 |  |  |

Циклическое меню

| Наименование блюда |             | № рецептуры     | Вес<br>блюда | Пищевая ценность (г) |        |          | Эн.<br>ценность<br>(ккал) | Витамины (мг) |        |       |       | Минеральные вещества (мг) |         |         |         |  |
|--------------------|-------------|-----------------|--------------|----------------------|--------|----------|---------------------------|---------------|--------|-------|-------|---------------------------|---------|---------|---------|--|
|                    |             |                 |              | Белки                | Жиры   | Углеводы |                           | В1            | С      | А     | Е     | Кальций                   | Фосфор  | Магний  | Железо  |  |
| Суббота            |             | Завтрак         |              |                      |        |          |                           |               |        |       |       |                           |         |         |         |  |
| Сельдь с гарниром  | 1-4 классы  | 83 С6 1996г.    | 060          | 4,240                | 8,098  | 4,468    | 86,115                    | 0,026         | 4,290  | 0,012 | 2,902 | 24,787                    | 69,462  | 18,845  | 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 |  |
|                    | 1-4 классы  | 284 С6 1996г.   | 200          | 20,835               | 25,910 | 3,362    | 329,800                   | 0,125         | 0,571  | 0,583 | 3,323 | 155,233                   | 335,804 | 90,570  | 4,705   |  |
|                    | 5-11 классы | 284 С6 1996г.   | 230          | 23,819               | 31,052 | 3,769    | 369,634                   | 0,143         | 0,657  | 0,670 | 3,621 | 178,519                   | 386,180 | 104,158 | 5,410   |  |
|                    | 1-4 классы  | 628 С6 1996г.   | 200          | 0,200                | 0,051  | 15,010   | 57,267                    | 0,001         | 0,001  |       | 0,346 |                           |         | 0,053   |         |  |
|                    | 5-11 классы | 628 С6 1996г.   | 200          | 0,200                | 0,051  | 15,010   | 57,267                    | 0,001         | 0,001  |       | 0,346 |                           |         | 0,053   |         |  |
|                    | 1-4 классы  | ГОСТ 27844-88   | 020          | 1,520                | 0,180  | 9,940    | 45,200                    | 0,022         |        | 0,280 | 4,000 | 13,000                    | 2,800   | 0,180   |         |  |
|                    | 5-11 классы | ГОСТ 27844-88   | 030          | 2,280                | 0,270  | 14,910   | 67,800                    | 0,033         |        | 0,500 | 6,000 | 19,500                    | 4,200   | 0,270   |         |  |
|                    | 1-4 классы  | ГОСТ 26983-2015 | 020          | 1,102                | 0,200  | 6,416    | 38,000                    | 0,016         |        | 0,280 | 4,200 | 17,400                    | 3,800   | 0,400   |         |  |
|                    | 5-11 классы | ГОСТ 26983-2015 | 030          | 1,653                | 0,300  | 9,624    | 57,000                    | 0,024         |        | 0,500 | 6,300 | 26,100                    | 5,700   | 0,600   |         |  |
| Суббота            |             | Обед            |              |                      |        |          |                           |               |        |       |       |                           |         |         |         |  |
| 2-я неделя         |             | 24 С6 1996г.    | 020          | 0,560                |        | 0,260    | 3,220                     |               |        |       |       | 5,000                     | 4,000   |         | 0,240   |  |
| 1-4 классы         |             | 24 С6 1996г.    | 030          | 0,840                |        | 0,360    | 4,830                     |               |        |       |       | 7,500                     | 6,000   |         | 0,360   |  |
| 5-11 классы        |             | 139 С6 1996г.   | 200          | 2,272                | 2,138  | 19,156   | 100,420                   | 0,094         | 13,200 |       | 1,343 | 14,000                    | 50,800  | 19,240  | 0,710   |  |
| 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        |             | 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  |  |
| 1-4 классы         |             | 202 С6 2008г.   | 100          | 13,301               | 12,414 | 15,784   | 200,784                   | 0,027         | 2,820  | 0,002 | 1,798 | 10,677                    | 25,617  | 6,746   | 27,956  |  |
| 5-11 классы        |             | 239 С6 2008г.   | 150          | 3,094                | 0,155  | 30,474   | 128,393                   | 0,186         | 30,938 |       |       | 15,469                    | 89,720  | 35,579  | 1,392   |  |
| 1-4 классы         |             | 239 С6 2008г.   | 180          | 3,713                | 0,186  | 36,569   | 154,073                   | 0,223         | 37,126 |       |       | 18,563                    | 107,666 | 42,666  | 1,671   |  |
| 5-11 классы        |             | 293 С6 2008г.   | 200          | 1,000                |        | 23,400   | 94,000                    | 0,020         | 4,000  |       |       | 16,000                    | 18,000  | 10,000  | 0,400   |  |
| 1-4 классы         |             | 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        |             | ГОСТ 27844-88   | 020          | 1,520                | 0,180  | 9,940    | 45,200                    | 0,022         |        |       | 0,280 | 4,000                     | 13,000  | 2,800   | 0,180   |  |
| 1-4 классы         |             | ГОСТ 27844-88   | 030          | 2,280                | 0,270  | 14,910   | 67,800                    | 0,033         |        |       | 0,500 | 6,000                     | 19,500  | 4,200   | 0,270   |  |
| 5-11 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   |  |
| 1-4 классы         |             | ГОСТ 26983-2015 | 020          | 1,102                | 0,200  | 6,416    | 38,000                    | 0,016         |        |       | 0,280 | 4,200                     | 17,400  | 3,800   | 0,400   |  |
| 5-11 классы        |             | ГОСТ 26983-2015 | 030          | 1,653                | 0,300  | 9,624    | 57,000                    | 0,024         |        |       | 0,500 | 6,300                     | 26,100  | 5,700   | 0,600   |  |
| Завтрак            |             | 1-4 классы      | 600          | 27,897               | 34,439 | 39,196   | 666,382                   | 0,189         | 4,862  | 0,696 | 6,786 | 188,666                   | 436,666 | 116,016 | 413,719 |  |
| Обед               |             | 6-11 классы     | 660          | 32,192               | 39,771 | 47,781   | 667,816                   | 0,226         | 4,948  | 0,682 | 7,723 | 216,962                   | 601,242 | 132,903 | 414,714 |  |
| ИТОГО:             |             | 1-4 классы      | 700          | 20,360               | 12,787 | 103,489  | 673,137                   | 0,360         | 60,698 | 0,003 | 3,209 | 67,491                    | 213,661 | 77,376  | 40,393  |  |
|                    |             | 5-11 классы     | 820          | 26,627               | 16,843 | 124,622  | 703,992                   | 0,446         | 60,446 | 0,002 | 4,141 | 82,640                    | 266,382 | 93,391  | 32,144  |  |