

СОГЛАСОВАНО:

Директор ГБОУ СОШ(ООШ) №192 *Богданов*

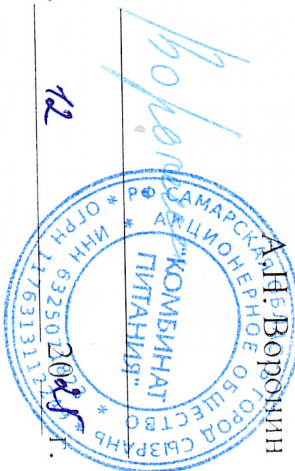


Посетительское руководство
12.12.2025 *С.И.Иванов*

2025 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Генеральный директор
АО «Комбинат питания»



«30» 12

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

Осенне-зимнее (весеннее - *)

Циклическое меню

Наименование блюда		№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)					
				Белки	Жиры	Углеводы		Е1	С	А	Е	Кальций	Селен	Магний	Железо			
Понедельник		1-я неделя																
Особи отварные с соусом	1-4 классы	423 Сб 1996г	90	6,461	11,054	2,094	97,667	0,020	1,160	0,003	1,306	5,792	3,200	4,558	25,258			
	5-11 классы	423 Сб 1996г	100	5,521	11,124	2,203	98,124	0,025	1,200	0,003	2,210	6,539	3,894	4,846	27,818			
	1-4 классы	469 Сб 1996г	180	6,437	5,117	46,011	24,528	0,105	0,025	1,431	12,512	54,426	9,967	0,746				
	5-11 классы	469 Сб 1996г	200	7,150	5,665	51,123	27,1697	0,116	0,027	1,590	13,900	60,473	11,074	0,083				
	1-4 классы	628 Сб 1996г	200	0,200	0,051	15,010	57,267	0,001	0,001	0,346				0,053				
Чай с сахаром	5-11 классы	628 Сб 1996г	200	0,200	0,051	15,010	57,267	0,001	0,001		0,346			0,053				
	1-4 классы	ГОСТ 2784-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022		0,280	4,000	13,000	2,800	2,800				0,180
Хлеб пшеничный	5-11 классы	ГОСТ 2784-88	025	1,900	0,250	12,425	56,500	0,028		0,420	5,000	16,250	3,500	0,225				
	1-4 классы	ГОСТ 26963-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016		0,280	4,200	17,400	3,800	0,400				
Хлеб ржаной	5-11 классы	ГОСТ 26963-2015	025	1,378	0,250	8,020	47,500	0,020		0,420	5,250	21,750	4,750	0,500				
Понедельник		Обед																
Салат из моркови с чесноком/Салат из кашеиной капусты с луком и маслом растительным*	1-4 классы	60 Сб 1996г	060	0,663	9,036	3,487	124,356	0,035	5,520	2,596	14,130	26,268	12,198	0,490				
	5-11 классы	60 Сб 1996г	100	1,105	11,060	5,812	207,260	0,058	9,200	4,494	23,550	43,780	20,330	0,816				
	1-4 классы	138 Сб 1996г	200	4,746	4,302	18,572	127,580	0,202	9,300	3,215	25,820	69,500	28,200	1,556				
	5-11 классы	138 Сб 1996г	250	5,933	5,378	23,215	159,475	0,253	11,625	4,019	32,275	86,875	35,250	1,945				
	1-4 классы	520 Сб 1997г	090	11,648	8,665	2,097	119,992	0,006	0,960	0,003	1,306	2,764	5,192	2,472				36,838
Стемп(Шинцель) из курицы с соусом	5-11 классы	520 Сб 1997г	100	12,865	9,188	5,094	152,500	0,004	0,720	0,002	1,798	2,073	3,894	1,854	27,628			
	1-4 классы	482 Сб 1996г	150	3,593	5,267	28,511	125,461	0,111	88,320	2,241	83,598	62,415	31,572	84,606				
Капуста тушеная	5-11 классы	482 Сб 1996г	150	4,316	6,321	31,638	148,280	0,133	105,985	2,689	100,330	74,925	37,886	101,068				
	Компот из фруктов	283 Сб 2008г	180	0,878	0,180	32,139	126,104	0,005	0,549	0,280	4,000	13,0740	4,158	0,180				
Хлеб пшеничный	5-11 классы	283 Сб 2008г	180	0,878	0,180	32,139	126,104	0,005	0,549	0,280	4,000	13,000	2,800	0,180				
	1-4 классы	ГОСТ 2784-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022		0,280	4,200	17,400	3,800	0,400				
Хлеб ржаной	5-11 классы	ГОСТ 2784-88	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 26963-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016		0,280	4,200	17,400	3,800	0,400				
Понедельник		1-я неделя																
Булочка "Запекан"	1-4 классы		075	4,950	3,375	47,100	245,250											
	5-11 классы		100	6,600	4,500	62,800	327,000											
	1-4 классы	293 Сб 2008г	200	1,000	1,000	23,400	94,000	0,020	4,000		14,000	14,000	8,000	0,600				
	5-11 классы	293 Сб 2008г	200	1,000	1,000	23,400	94,000	0,020	4,000		14,000	14,000	8,000	0,600				
Сок фруктовый, (1 шт)	1-4 классы		510	16,720	16,502	79,471	482,562	0,163	1,161	0,038	3,297	26,850	88,026	21,125	26,637			
	5-11 классы		560	16,149	17,360	88,781	531,088	0,189	1,201	0,030	4,640	31,036	102,367	24,170	28,679			
	1-4 классы		720	24,150	27,560	101,162	706,693	0,397	104,649	0,003	10,018	166,252	214,912	97,612	128,228			
	5-11 классы		870	29,060	32,617	122,632	918,419	0,510	128,079	0,002	14,000	201,268	276,211	121,690	136,486			
ИТОГО:	1-4 классы		275	5,950	3,375	70,500	339,250	0,020	4,000	0,000	14,000	14,000	8,000	0,600				
	5-11 классы		300	7,500	4,500	86,200	421,000	0,020	4,000	0,000	14,000	14,000	8,000	0,600				
Понедник		1-я неделя																

- Декрет с 01 марта

Циклическое меню

Наименование блюда	№ рецептуры	Бес. блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо		
Вторник	1-я неделя					Завтрак										
Оррры консервированные	1-4 классы	24 Сб 1996г	020	0,560	0,260	3,220					5,000	4,000	0,240			
	5-11 классы	24 Сб 1996г	030	0,840	0,360	4,830					7,500	6,000	0,360			
	1-4 классы	423 Сб 1996г	90	10,843	10,030	9,974	0,020	1,160	0,003	1,306	5,792	14,492	4,558	36,970		
	5-11 классы	423 Сб 1996г	100	12,665	13,566	12,404	0,025	1,020	0,002	2,210	6,539	3,894	4,846	27,818		
	1-4 классы	465 Сб 1996г	150	3,868	5,218	41,893	0,044	0,027	0,402	14,580	53,730	11,543	0,986			
Рис отварной	5-11 классы	465 Сб 1996г	180	4,641	6,261	50,163	0,053	0,032	0,482	17,496	64,476	13,651	1,183			
	1-4 классы	629 Сб 1996г	200	0,243	0,200	14,970	0,003	2,801			3,111	1,540	0,840	0,090		
	5-11 классы	629 Сб 1996г	200	0,243	0,200	14,970	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	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	0,028			0,420	5,000	16,250	3,500	0,225		
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 26883-2015	020	1,102	0,200	6,416	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400		
	5-11 классы	ГОСТ 26883-2015	025	1,378	0,250	8,020	0,020			0,420	5,250	21,750	4,750	0,500		
Вторник	1-я неделя					Обед										
Салат витаминный Салат из свежих помидоров, редиса и консервированных огурцов*	1-4 классы	37 Сб 2015г	060	1,276	2,836	7,317	0,044	7,078		0,813	12,707	28,457	10,584	0,533		
	5-11 классы	37 Сб 2015г	100	2,126	3,060	12,196	0,073	11,796		1,354	21,177	47,427	17,639	0,888		
	1-4 классы	110 Сб 1996г	210	3,833	5,522	11,708	0,048	16,830	0,006	1,819	37,900	45,972	27,120	56,044		
	5-11 классы	110 Сб 1996г	260	4,217	6,528	14,562	0,060	21,025	0,006	2,270	45,125	55,915	33,650	70,053		
	1-4 классы	428 Сб 1996г	90	7,630	10,170	9,450	0,022	1,150	0,003	1,306	5,957	15,412	4,748	36,981		
Голубцы с соусом	5-11 классы	428 Сб 1996г	100	11,565	13,566	12,415	0,025	0,970	0,002	1,786	6,379	17,384	4,866	27,818		
	1-4 классы	463 Сб 1996г	150	7,716	5,384	26,323	0,256			4,160	30,356	164,621	0,168	2,985		
	5-11 классы	463 Сб 1996г	180	8,715	6,480	32,561	0,306	0,025		4,989	36,456	185,444	0,189	3,580		
	1-4 классы	280 Сб 2008г	180	1,732	39,909	158,796	0,037	1,480		636,690	54,020	38,850	0,060			
	5-11 классы	280 Сб 2008г	180	1,520	0,180	9,940	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180		
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,280	0,270	14,910	0,033			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270		
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	1,280	0,270	14,910	0,033			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270		
	1-4 классы	ГОСТ 26883-2015	020	1,102	0,200	6,416	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400		
	5-11 классы	ГОСТ 26883-2015	030	1,653	0,300	9,624	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600		
	1-4 классы	ГОСТ 26883-2015	030	1,653	0,300	9,624	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600		
Вторник	1-я неделя					Полдник										
Сок фруктовый (1 шт)	1-4 классы	293 Сб 2008г	200	1,000	23,400	94,000	0,020	4,000			14,000	14,000	8,000	0,600		
	5-11 классы	293 Сб 2008г	200	1,000	23,400	94,000	0,020	4,000			14,000	14,000	8,000	0,600		
	1-4 классы	СТО 71063300-003-	016	3,580	3,500	47,400	0,025	0,510	0,005	0,060	129,000	102,000	6,800	136,000		
	5-11 классы	СТО 71063300-003-	025	5,590	5,470	74,000	0,069	0,797	0,069	0,094	201,560	159,375	10,625	212,500		
	1-4 классы	ГОСТ 31805-2018	040	3,160	0,400	20,760	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	0,075			1,250	12,500	41,000	16,500	0,750		
	1-4 классы	600	560	16,136	16,828	83,363	0,106	3,561	0,030	2,268	36,683	104,162	23,641	38,866		
	5-11 классы	600	560	21,710	23,424	93,952	0,228	36,271	0,008	5,922	714,371	194,246	99,155	94,098		
	1-4 классы	730	730	24,809	24,282	111,063	0,189	26,638	0,005	4,498	700,454	174,261	87,902	94,198		
	5-11 классы	880	880	23,363	23,724	103,616	0,282	36,271	0,008	6,422	720,671	220,346	104,856	99,689		
ИТОГО:	Завтрак	1-4 классы	880	23,363	23,724	103,616	0,282	36,271	0,008	6,422	720,671	220,346	104,856	99,689		
		Полдник	1-4 классы	286	7,740	3,900	44,160	0,050	4,510	0,025	1,060	163,000	148,800	28,000	137,200	
	5-11 классы	276	276	10,640	6,570	49,380	0,056	4,757	0,069	1,344	228,060	214,375	35,125	213,860		

* - действует с 01 марта

Циклическое меню

Циклическое меню														Минеральные вещества (мг)					
Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)					Кальций	Фосфор	Магний	Железо				
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е									
Завтрак																			
Среды	1-я неделя		2,482	3,440	13,257	68,709	0,022		0,021	0,280	4,000	13,000	2,800	0,180					
Торт: бундторт, лимонный	1-4 классы	384 Сб 2008г	0,40							0,021	0,280	4,000	13,000	2,800	0,180				
	5-11 классы	384 Сб 2008г	0,40	2,482	3,440	13,257	68,709	0,022											
Каши геркулесовая молочная	1-4 классы	109 Сб 2008г	2,30	10,893	11,674	26,546	244,294	0,056	3,700	1,276	14,540	19,460	39,142	92,485					
Жидкая с маслом, сахаром	5-11 классы	109 Сб 2008г	2,70	12,133	12,591	31,382	275,773	0,066	3,700	2,255	14,540	19,460	46,062	92,582					
Компот из свежих яблок	1-4 классы	702 Сб 1997г	2,00	0,080	28,052	121,760	0,004	0,720	0,000	0,480	2,400	4,000	4,000	0,152					
	1-4 классы	702 Сб 1997г	2,00	0,080	28,052	121,760	0,004	0,720	0,000	0,480	2,400	4,000	4,000	0,152					
	1-4 классы	ГОСТ 31805-2018	0,30	2,370	0,300	15,570	70,800	0,060	0,000	1,000	10,000	32,800	13,200	0,600					
Батон	5-11 классы	ГОСТ 31805-2018	0,40	3,160	0,400	20,760	94,400	0,060		1,000	10,000	32,800	13,200	0,600					
Обед																			
Среды	1-я неделя		0,969	6,997	6,156	109,330	0,011	5,700	1,340	21,090	24,510	24,510	0,798						
Салат из свежих овощей	1-4 классы	23 Сб 2008г	0,60							2,233	35,150	40,850	1,330						
	5-11 классы	23 Сб 2008г	1,00	1,615	8,996	10,260	145,550	0,019	9,500	0,887	17,500	63,500	24,050	0,887					
Суп картофельный с макаронными изделиями	1-4 классы	139 Сб 1996г	2,50	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 Сб 1996г	2,50	2,840	2,673	23,945	125,525	0,118	16,500	1,343	17,500	63,500	24,050	0,887					
Плов из говядины	1-4 классы	193 Сб 2008г	1,50	16,849	14,407	40,858	330,808	0,106	2,697	2,848	33,235	68,123	21,137	3,101					
	1-4 классы	193 Сб 2008г	1,50	16,849	14,407	40,858	330,808	0,106	2,697	2,848	33,235	68,123	21,137	3,101					
Чай с сахаром	5-11 классы	628 Сб 1996г	2,00	0,200	0,051	15,010	57,267	0,001	0,001	0,346	0,346	13,000	2,800	0,053					
	1-4 классы	628 Сб 1996г	2,00	0,200	0,051	15,010	57,267	0,001	0,001	0,346	0,346	13,000	2,800	0,053					
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	0,20	1,520	0,180	9,940	45,200	0,033	0,000	0,280	4,000	13,000	4,200	0,270					
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	0,20	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033	0,000	0,280	4,200	13,000	4,200	0,270					
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26883-2015	0,20	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016	0,000	0,500	6,300	26,100	5,700	0,600					
	5-11 классы	ГОСТ 26883-2015	0,30	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024	0,000	0,500	6,300	26,100	5,700	0,600					
Полдник																			
Среды	1-я неделя		1,000	23,400	94,000	0,020	4,000	14,000	14,000	8,000	0,600								
См. фруктов. (1 шт)	1-4 классы	293 Сб 2008г	2,00																
	5-11 классы	293 Сб 2008г	2,00	1,000	15,100	30,140	263,000	0,020	4,000		14,000	14,000	8,000	0,600					
Комп. черника, изделия (вафли)	1-4 классы	29 Сб 1997г	0,50	1,600	15,100	30,140	263,000	0,142	4,420	0,021	2,656	29,020	67,660	59,142	93,417				
	5-11 классы	29 Сб 1997г	0,50	1,600	15,100	30,140	263,000	0,142	4,420	0,021	2,656	29,020	67,660	59,142	93,417				
Завтрак	1-4 классы	600	16,826	16,431	83,426	611,563	0,152	4,420	0,021	3,856	29,020	67,660	59,142	93,417					
	5-11 классы	600	16,826	16,431	83,426	611,563	0,152	4,420	0,021	3,856	29,020	67,660	59,142	93,417					
	1-4 классы	600	17,856	16,431	83,426	611,563	0,152	4,420	0,021	3,856	29,020	67,660	59,142	93,417					
	5-11 классы	600	17,856	16,431	83,426	611,563	0,152	4,420	0,021	3,856	29,020	67,660	59,142	93,417					
	1-4 классы	750	23,480	24,608	102,335	706,130	0,273	24,898	0,000	6,092	80,371	186,533	76,287	6,419					
	5-11 классы	750	23,480	24,608	102,335	706,130	0,273	24,898	0,000	6,092	80,371	186,533	76,287	6,419					
	1-4 классы	810	27,269	31,602	118,277	816,216	0,330	29,696	0,000	8,226	107,237	240,721	102,428	6,689					
	5-11 классы	810	27,269	31,602	118,277	816,216	0,330	29,696	0,000	8,226	107,237	240,721	102,428	6,689					
Обед	1-4 классы	250	2,600	15,100	63,540	357,000	0,020	4,000	0,000	0,000	14,000	14,000	8,000	0,600					
	5-11 классы	250	2,600	15,100	63,540	357,000	0,020	4,000	0,000	0,000	14,000	14,000	8,000	0,600					
Полдник	5-11 классы	250	2,600	15,100	63,540	357,000	0,020	4,000	0,000	0,000	14,000	14,000	8,000	0,600					

действует с 01 марта

Циклическое меню

Наименование блюда	№ рецептуры	Еес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)					
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо			
1-я неделя													Завтрак				
Икра кабачковая(порционно)	1-4 классы 31 С6 1997г	020	0,400	1,800	1,720	24,400	0,004	1,400				8,200	13,400	7,000	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		
Макаронь(вермишель), запеченные с мясом	1-4 классы 469 С6 1996г	240	11,774	13,570	49,941	339,179	0,022	1,150	0,003	1,306	5,957	15,412	4,748	36,981			
	5-11 классы 469 С6 1996г	270	13,245	15,013	56,184	381,543	0,025	0,970	0,002	1,798	6,379	17,384	4,856	27,818			
Сок фруктовый	1-4 классы 293 С6 2008г	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000				16,000	18,000	10,000	0,400		
	5-11 классы 293 С6 2008г	200	1,000	0,180	23,400	94,000	0,020	4,000		0,280	4,000	13,000	2,800	0,180			
Хлеб пшеничный	1-4 классы ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180			
	5-11 классы ГОСТ 27844-88	025	1,900	0,250	12,425	56,500	0,028			0,420	5,000	16,250	3,500	0,225			
Хлеб ржаной	1-4 классы ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280	4,200	17,000	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			
2-я неделя													Обед				
Винегрет овощной	1-4 классы 60 С6 1996г	060	1,167	6,193	5,485	75,707	0,035	5,520		2,665	14,130	26,288	12,198	0,490			
	5-11 классы 60 С6 1996г	100	1,945	7,321	9,142	132,845	0,058	9,200		4,494	23,550	43,780	20,330	0,816			
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	1-4 классы 120 С6 1996г	210	1,804	5,530	8,801	85,780	0,056	25,510	0,005	1,774	37,540	43,204	18,240	19,102			
	5-11 классы 120 С6 1996г	260	2,181	6,538	10,929	104,325	0,082	33,125	0,005	2,214	44,575	52,455	22,550	23,875			
Ежики в соусе	1-4 классы 202 С6 2008г	090	13,802	8,114	13,843	163,504	0,022	2,450	0,003	1,306	8,822	20,641	5,957	37,071			
	5-11 классы 202 С6 2008г	100	16,301	9,214	15,784	200,764	0,027	2,820	0,002	1,798	10,677	25,617	6,746	27,966			
Картофель и овощи тушеные	1-4 классы 251 С6 1997г	150	3,675	7,419	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	8,530	42,264	285,015	0,258	42,750		5,745	28,080	130,230	52,290	1,946			
Напиток из шиповника	1-4 классы 289 С6 2008г	180	0,720		24,273	96,705	0,027	216,000		0,308	12,150	3,600	3,600	5,081			
	5-11 классы 289 С6 2008г	180	0,720		24,273	96,705	0,027	216,000		0,308	12,150	3,600	3,600	5,081			
Хлеб пшеничный	1-4 классы ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180			
	5-11 классы ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270			
Хлеб ржаной	1-4 классы ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280	4,200	17,000	3,800	0,400			
	5-11 классы ГОСТ 26983-2015	030	1,553	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	25,100	5,700	0,600			
3-я неделя													Полдник				
Сок фруктовый (1 шт)	1-4 классы 293 С6 2008г	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000				14,000	14,000	8,000	0,600		
	5-11 классы 293 С6 2008г	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000				14,000	14,000	8,000	0,600		
Пирожок с яблоком	1-4 классы 5-11 классы	075	5,558	4,612	25,220	195,375											
	5-11 классы	090	6,669	5,535	31,460	234,450											
Завтрак	1-4 классы 5-11 классы	600	16,756	16,756	91,417	540,775	0,084	6,560	0,003	1,866	36,367	77,212	26,346	36,367			
	5-11 классы	650	18,123	18,213	102,608	616,143	0,099	7,070	0,002	2,638	44,929	93,484	33,606	31,043			
Обед	1-4 классы 5-11 классы	730	23,790	27,636	103,978	765,306	0,103	286,116	0,009	11,431	104,242	232,638	90,170	63,946			
	5-11 классы	880	29,490	32,173	126,526	944,454	0,109	303,856	0,008	15,659	131,432	301,282	115,416	60,544			
Полдник	1-4 классы 5-11 классы	275	6,568	4,612	49,620	289,376	0,020	4,000	0,000	0,000	14,000	14,000	8,000	0,600			
	5-11 классы	290	7,659	6,535	64,860	328,450	0,020	4,000	0,000	0,000	14,000	14,000	8,000	0,600			

- действует с 01 марта

Циклическое меню

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо		
Пятница		Завтрак														
Десерт (фруктовый (белого свежего))	1-4 классы	24 сб. 1996г.	70	0,280	6,860	26,600										
	5-11 классы	24 сб. 1996г.	70	0,280	6,860	26,600										
	1-4 классы	114 сб. 2008г.	210	12,780	17,584	37,963	287,077	0,019		0,020	0,293	6,919	23,407	5,001	0,452	
	5-11 классы	114 сб. 2008г.	250	13,800	18,400	39,963	344,336	0,025		0,020	0,362	8,792	30,786	6,618	0,594	
	1-4 классы	629 сб. 1996г.	167	0,243	0,046	13,761	53,710	0,003		2,801		3,111	1,540	0,840	0,090	
Чай с лимоном	5-11 классы	629 сб. 1996г.	167	0,243	0,046	13,761	53,710	0,003		2,801		3,111	1,540	0,840	0,090	
	1-4 классы	ГОСТ 31805-2018	040	3,150	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		Обед														
Салат из белокочанной капусты/Салат из огурцов*	1-4 классы	62 сб. 1997г.	060	0,929	3,003	5,968	53,564	0,032		23,950		1,298	24,878	17,963	9,848	0,489
	5-11 классы	62 сб. 1997г.	100	1,550	5,005	9,951	89,292	0,053		39,950		2,163	41,494	29,959	16,424	0,816
	1-4 классы	42 сб. 2008г.	210	2,288	5,588	16,298	116,572	0,085		12,850	0,006	1,771	24,280	54,000	19,240	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	10,902	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	200,764	0,027		2,820	0,002	1,798	10,677	25,617	6,746	27,956
	1-4 классы	463 сб. 1996г.	150	7,716	5,384	26,323	232,585	0,255			0,021	4,160	30,386	154,621	0,158	2,985
Каша гречневая рассыпчатая	5-11 классы	463 сб. 1996г.	180	8,715	6,480	32,961	278,971	0,306			0,025	4,989	36,495	186,444	0,189	3,580
	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	
Компот из сухофруктов	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	
	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180	
Хлеб пшеничный	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033				0,280	6,000	15,000	4,200	0,270
	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,260	6,416	38,000	0,016				0,280	4,200	11,400	3,800	0,400
Хлеб ржаной	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,524	57,000	0,024				0,500	6,300	26,100	5,700	0,600
	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,524	57,000	0,024				0,500	6,300	26,100	5,700	0,600
Пятница		Полдник														
Кондитерские изделия (печенье)	1-4 классы	29 сб. 1997г.	050	1,600	15,100	30,140	263,000									
	5-11 классы	29 сб. 1997г.	050	1,600	15,100	30,140	263,000									
	1-4 классы	TV 10 51 56-045-	100	5,000	1,500	3,500	51,000	0,030		0,600	0,010	124,000	95,000	15,000	0,100	
	5-11 классы	TV 10 51 56-045-	100	5,000	1,500	3,500	51,000	0,030		0,600	0,010	124,000	95,000	15,000	0,100	
	1-4 классы	6-11 классы	607	16,443	18,030	75,344	461,787	0,082		2,801	0,020	1,293	20,030	67,747	19,041	1,142
ИТОГО:	Завтрак	6-11 классы	667	18,273	18,546	86,634	642,646	0,103		2,801	0,020	1,602	24,403	73,326	23,958	1,434
	Обед	1-4 классы	730	25,235	24,459	110,927	716,529	0,437		39,809	0,030	9,085	127,316	298,762	58,273	46,091
Полдник	6-11 классы	880	31,162	31,059	136,266	962,746	0,654		59,369	0,033	12,161	169,767	373,707	73,529	38,387	
	1-4 классы	150	6,600	16,600	33,640	314,000	0,030		0,600	0,010	0,000	124,000	95,000	16,000	0,100	
	5-11 классы	150	6,600	16,600	33,640	314,000	0,030		0,600	0,010	0,000	124,000	95,000	16,000	0,100	

* - Действует с 01 марта

Циклическое меню

Наименование Блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	соединен	Магний	Железо		
Суббота		1-я неделя		Завтрак												
Печенье	1-4 классы	31 Сб 1997г	050	3,750	5,900	27,200	208,500	0,004	1,400			8,200	13,400	7,000	1,400	
	5-11 классы	31 Сб 1997г	050	3,750	5,900	27,200	208,500	0,004	1,400			8,200	13,400	7,000	1,400	
Суп молочный с вермишелью	1-4 классы	53 Сб 2008г	210	8,534	10,426	20,225	146,730	0,018	2,160	1,860	6,522	18,641	4,957	21,071		
	5-11 классы	53 Сб 2008г	210	8,534	10,426	20,225	146,730	0,018	2,160	1,860	6,522	18,641	4,957	21,071		
Чай с сахаром	1-4 классы	628 Сб 1996г	200	0,200	0,051	15,010	57,267	0,001	0,001		0,346			0,053		
	5-11 классы	628 Сб 1996г	200	0,200	0,051	15,010	57,267	0,001	0,001		0,346			0,053		
Батон	1-4 классы	ГОСТ 31805-2018	040	3,160	0,400	20,760	94,400	0,060		1,000	10,000	32,800	13,200	0,600		
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2018	050	3,950	0,500	25,950	118,000	0,075				12,500	41,000	16,500	0,750	
Суббота		1-я неделя		Обед												
Горошек зеленый консервированный	1-4 классы	31 Сб 1997г	020	0,620	0,400	1,420	8,200	0,022	2,000	0,240	3,200	10,600	4,200	0,140		
	5-11 классы	31 Сб 1997г	030	0,930	0,600	2,130	12,300	0,033	3,000	0,360	4,800	15,900	6,300	0,210		
Суп из овощей	1-4 классы	132 Сб 1996г	200	3,514	3,525	10,490	76,426	0,073	17,800	1,580	18,880	40,390	17,180	0,636		
	5-11 классы	132 Сб 1996г	200	3,893	4,006	13,113	95,533	0,091	22,250	1,937	23,600	50,475	21,475	0,795		
Биточки с соусом	1-4 классы	423 Сб 1996г	90	10,843	10,030	9,974	193,166	0,020	1,160	0,003	1,306	5,792	14,492	4,558	36,970	
	5-11 классы	423 Сб 1996г	100	12,665	12,566	12,404	205,920	0,025	1,020	0,002	2,210	6,539	3,894	4,846	27,818	
Рис отварной	1-4 классы	466 Сб 1996г	180	4,868	10,218	41,803	250,038	0,044		0,027	0,402	14,560	53,730	11,543	0,966	
	5-11 классы	466 Сб 1996г	180	4,641	11,261	50,163	262,845	0,053		0,032	0,482	17,466	64,476	13,851	1,163	
Сок фруктовый	1-4 классы	293 Сб 2008г	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000			16,000	18,000	10,000	0,400	
	5-11 классы	293 Сб 2008г	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000			16,000	18,000	10,000	0,400	
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,209	0,022		0,280	4,039	13,000	2,800	0,189		
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033		0,500	6,000	19,500	4,200	0,270		
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,203	6,419	38,009	0,016		0,280	4,299	17,409	3,800	0,400		
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,633	0,300	9,624	57,000	0,024				6,300	26,100	5,700	0,600	
Суббота		1-я неделя		Полдник												
Сок фруктовый (1 лит)	1-4 классы	293 Сб 2008г	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000		14,000	14,000	8,000	0,600		
	5-11 классы	293 Сб 2008г	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000		14,000	14,000	8,000	0,600		
Кондитерские изделия (вафли)	1-4 классы	29 Сб 1997г	050	1,600	15,100	30,140	263,000									
	5-11 классы	29 Сб 1997г	050	1,600	15,100	30,140	263,000									
ИТОГО:	Завтрак	5-11 классы	600	16,644	16,777	83,245	606,887	0,082	3,561	0,000	2,860	26,068	64,841	26,167	29,124	
		1-4 классы	650	18,864	18,864	92,297	656,447	0,101	3,861	0,000	3,356	29,868	76,041	29,467	39,274	
ИТОГО:	Обед	5-11 классы	700	23,467	24,563	103,443	706,030	0,217	24,960	0,030	4,068	66,662	167,602	54,081	39,712	
		1-4 классы	820	27,062	30,403	126,744	756,388	0,279	30,270	0,034	5,989	80,736	198,346	66,372	31,276	
ИТОГО:	Полдник	5-11 классы	250	2,600	16,100	53,540	367,000	0,020	4,000	0,000	0,000	14,000	14,000	8,000	0,600	
		1-4 классы	250	2,600	16,100	53,540	367,000	0,020	4,000	0,000	0,000	14,000	14,000	8,000	0,600	

Циклическое меню

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Селен	Магний	Железо		
Понедельник		2-я неделя		Завтрак												
Бутерброд с маслом	1-4 классы	2 Сб 1996г	050	3,170	7,610	19,970	166,500	0,022	0,021	0,280	4,000	13,000	2,800	0,180		
	5-11 классы	2 Сб 1996г	080	3,930	7,700	24,940	179,100	0,033	0,025	0,500	6,000	19,500	4,200	0,270		
	1-4 классы	102 Сб 2008г	250	8,822	7,298	37,823	232,420	0,081	0,040	0,660	9,270	42,180	14,560	1,105		
	5-11 классы	102 Сб 2008г	290	10,672	7,910	42,457	259,331	0,097	0,040	0,759	10,603	50,216	17,412	1,316		
	1-4 классы	762Сб 1997г	200	3,580	2,728	17,070	138,000	0,027	0,900	0,018	0,081	109,170	81,900	12,600		
Какао растопимый	5-11 классы	762Сб 1997г	200	3,580	2,728	17,070	138,000	0,027	0,900	0,018	0,081	109,170	81,900	12,600		
	5-11 классы	762Сб 1997г	200	3,580	2,728	17,070	138,000	0,027	0,900	0,018	0,081	109,170	81,900	12,600		
Понедельник		2-я неделя		Обед												
Салат из овощей отварной	1-4 классы	23 Сб 2008г	060	0,969	6,997	6,156	109,330	0,011	5,700	1,340	21,090	24,510	24,510	0,798		
	5-11 классы	23 Сб 2008г	100	1,615	8,996	10,260	145,560	0,019	9,500	2,233	35,150	40,850	40,850	1,330		
Суп картофельный с клецками	1-4 классы	46 Сб 2008г	200	3,000	2,630	13,500	140,000	0,094	10,450	1,074	33,850	85,650	32,470	1,400		
	5-11 классы	46 Сб 2008г	250	3,750	3,288	16,870	151,000	0,118	13,000	1,343	42,310	107,060	40,590	1,750		
Ежики в соусе	1-4 классы	202 Сб 2008г	090	10,802	10,114	13,843	163,904	0,022	2,460	0,003	8,822	20,641	5,957	37,071		
	5-11 классы	202 Сб 2008г	100	13,301	12,414	15,784	200,764	0,027	2,820	0,002	10,677	25,617	6,746	27,956		
Пюре из картофеля	1-4 классы	270 Сб 1996г	150	9,131	5,924	40,345	230,286	0,029	6,479	63,418	158,888	61,617	4,899			
	5-11 классы	270 Сб 1996г	180	10,920	6,908	44,015	240,349	0,756	5,760	7,775	76,103	190,671	73,942			
Напиток лимонный	1-4 классы	289 Сб 2008г	180	0,130	0,130	22,075	86,328	0,006	5,760		6,192	3,168	1,728			
	5-11 классы	289 Сб 2008г	180	0,130	0,130	22,075	86,328	0,006	5,760		6,192	3,168	1,728			
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022		0,280	4,000	13,000	2,800			
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033		0,500	6,000	19,500	4,200			
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016		0,280	4,200	17,400	3,800			
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,524	57,000	0,024		0,500	6,300	26,100	5,700			
Понедельник		2-я неделя		Полдник												
Сок фруктовый (1 шт)	1-4 классы	293 Сб 2008г	200	1,000		23,400	94,800	0,020	4,000		14,000	14,000	8,000			
	5-11 классы	293 Сб 2008г	200	1,000		23,400	94,800	0,020	4,000		14,000	14,000	8,000			
Сыр	1-4 классы	СТО 71063300-003-	016	3,560	3,500		47,400	0,025	0,025	0,060	129,000	102,000	6,800			
	5-11 классы	СТО 71063300-003-	025	5,560	5,470		74,060	0,094	0,094	0,094	201,560	159,375	10,625			
Батон	1-4 классы	ГОСТ 31805-2018	040	3,150	0,400	20,750	94,400	0,060		1,000	10,000	32,800	13,200			
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2018	050	3,960	0,500	25,950	118,000	0,075		1,260	12,500	41,000	16,500			
Завтрак	1-4 классы	1-4 классы	600	16,672	17,636	74,863	626,920	0,130	0,050	0,079	1,041	122,440	137,080			
	5-11 классы	5-11 классы	660	18,182	18,338	84,467	676,431	0,167	0,060	0,083	1,360	126,773	161,616			
Обед	1-4 классы	1-4 классы	720	26,664	26,046	112,276	813,048	0,800	24,370	10,766	141,672	323,267	132,882			
	5-11 классы	5-11 классы	870	32,749	32,176	133,638	948,751	0,982	31,060	14,146	182,732	412,866	173,766			
Полдник	1-4 классы	1-4 классы	256	7,740	3,900	44,160	236,800	0,080	4,510	0,025	1,060	153,000	28,000			
	5-11 классы	5-11 классы	276	10,630	6,970	49,360	286,060	0,096	4,797	0,069	1,344	228,060	214,376			
Итого:																
	Обед															
	Полдник															

.. действует с 01 марта

Цилиндрное меню

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)					
			Белки	Жиры	Углеводы		С	А	Е	Кальций	Серафор	Магний	Железо				
Вторник																	
2-я неделя																	
Орнцы консервированные	1-4 классы	522 Сб 1996г	020	0,140	0,360	2,000	0,004	1,400	0,006	0,020	3,400	8,400	0,004	0,006	0,006	0,006	0,006
	5-11 классы	522 Сб 1996г	030	0,210	0,540	3,000	0,006	2,100	0,009	0,030	5,100	12,600	0,006	0,006	0,006	0,006	0,006
	1-4 классы	202 Сб 2008г	080	10,802	10,114	13,843	163,904	0,022	2,460	0,003	1,306	8,822	20,641	5,967	37,071	20,330	19,102
	5-11 классы	202 Сб 2008г	100	13,301	12,414	15,784	200,764	0,027	2,820	0,002	1,798	10,677	26,617	6,746	27,956	43,204	18,240
	1-4 классы	468 Сб 1996г	150	7,716	5,384	26,323	232,585	0,255	0,021	4,160	30,396	154,621	0,158	2,985	22,550	23,875	22,550
	5-11 классы	468 Сб 1996г	180	8,715	6,460	32,562	278,971	0,306	0,025	4,989	36,456	185,444	0,189	3,580	45,359	46,675	52,455
	1-4 классы	702 Сб 1997г	200	0,080	0,080	33,552	127,760	0,004	0,720	0,020	0,480	2,400	4,000	0,152	4,000	5,957	6,746
	5-11 классы	702 Сб 1997г	200	0,080	0,080	33,552	127,760	0,004	0,720	0,020	0,480	2,400	4,000	0,152	4,000	5,957	6,746
	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022		0,280	0,420	5,000	16,250	2,800	0,180	3,500	4,200
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	025	1,900	0,250	12,425	56,500	0,028		0,280	0,420	5,000	16,250	2,800	0,180	3,500	4,200
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016		0,280	4,200	17,400	3,800	0,400	8,000	0,600	8,000
	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	8,000	0,600	8,000
Вторник																	
2-я неделя																	
Винегрет овощной	1-4 классы	60 Сб 1996г	060	1,167	6,193	5,485	79,707	0,035	5,520	2,696	14,130	26,268	12,198	0,490	12,198	0,490	12,198
	5-11 классы	60 Сб 1996г	100	1,945	8,321	9,142	132,845	0,058	9,200	4,494	23,550	43,780	20,330	0,816	20,330	0,816	20,330
Уха	1-4 классы	72 Сб 2008г	200	3,970	2,840	16,232	102,530	0,066	26,510	0,006	1,774	37,540	18,240	19,102	18,240	19,102	18,240
	5-11 классы	72 Сб 2008г	250	4,400	3,363	20,290	124,225	0,082	33,125	0,006	2,214	44,675	52,455	22,550	23,875	22,550	23,875
Пюре с крупой с соусом	1-4 классы	423 Сб 1996г	090	6,802	7,114	9,623	121,904	0,022	2,460	2,146	8,822	20,641	5,957	37,071	20,641	5,957	37,071
	5-11 классы	423 Сб 1996г	100	7,201	9,414	11,784	158,764	0,027	2,820	2,146	8,822	20,641	5,957	37,071	20,641	5,957	37,071
Макаронные изделия отварные	1-4 классы	468 Сб 1996г	150	5,365	4,265	37,247	203,790	0,087	0,021	1,193	10,427	45,359	8,306	0,622	27,956	0,622	27,956
	5-11 классы	468 Сб 1996г	180	6,437	5,117	46,011	244,528	0,105	0,025	1,431	12,512	54,426	9,967	0,746	32,956	0,746	32,956
Чай с пшеном	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	0,840	0,090	0,840
	5-11 классы	629 Сб 1996г	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022		0,280	4,000	13,000	2,800	0,180	2,800	0,180	2,800
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	19,500	0,270	19,500
	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	3,800	0,400	3,800
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,350	9,624	57,000	0,024		0,500	6,300	26,100	5,700	0,600	5,700	0,600	5,700
Вторник																	
2-я неделя																	
Булочка "Запекан"	1-4 классы		075	4,950	3,375	47,100	245,250										
	5-11 классы		100	6,600	4,500	62,800	327,000	0,020	4,000								
Сок фруктовый (1 шт)	1-4 классы	293 Сб 2008г	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000								
	5-11 классы	293 Сб 2008г	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000								
Завтрак	1-4 классы	6-11 классы	600	21,360	16,878	90,434	609,448	0,030	6,480	0,030	6,046	61,298	216,462	16,716	40,792	16,716	40,792
	5-11 классы	6-11 классы	727	26,684	20,838	98,704	714,456	0,031	6,540	0,036	7,657	82,963	264,061	19,185	32,419	19,185	32,419
Обед	1-4 классы	6-11 классы	877	26,169	20,838	98,704	644,841	0,281	37,291	0,027	8,369	82,230	167,412	62,141	67,956	62,141	67,956
	5-11 классы	6-11 классы	276	24,169	26,831	126,622	838,872	0,332	47,946	0,031	11,693	106,826	223,418	70,333	64,363	70,333	64,363
Полдник	1-4 классы	6-11 классы	360	7,600	4,500	86,200	421,000	0,020	4,000	0,000	14,000	14,000	8,000	0,600	8,000	0,600	8,000
	5-11 классы	6-11 классы	360	7,600	4,500	86,200	421,000	0,020	4,000	0,000	14,000	14,000	8,000	0,600	8,000	0,600	8,000
ИТОГО:																	
	Обед	1-4 классы	276	24,169	26,831	126,622	838,872	0,332	47,946	0,031	11,693	106,826	223,418	70,333	64,363	8,000	0,600

- действует с 01 марта

Циклическое меню

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витаминный (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо		
Среды		2-я неделя		Завтрак												
Помидоры консервированные	1-4 классы	24 Сб 1996г.	0,60	1,400	0,650	8,050					12,500	10,000			0,600	
	5-11 классы	24 Сб 1996г.	0,60	1,400	0,650	8,050					12,500	10,000			0,600	
Плов из птицы (филе куриное)	1-4 классы	193 Сб 2008г.	200	13,742	16,244	45,518	0,106	2,997		2,849	33,235	66,123	21,137	3,101		
	5-11 классы	193 Сб 2008г.	250	15,192	20,157	60,692	0,126	3,595		3,650	41,941	90,771	27,628	3,449		
Чай с шиповником	1-4 классы	628 Сб 1996г.	200	0,200	0,051	15,010	0,001	0,001			0,346			0,053		
	5-11 классы	628 Сб 1996г.	200	0,200	0,051	15,010	0,001	0,001			0,346			0,053		
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	0,25	1,900	0,250	56,500	0,028			0,420	5,000	16,250	3,500	0,225		
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	0,25	1,900	0,250	56,500	0,028			0,420	5,000	16,250	3,500	0,225		
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	0,25	1,378	0,250	47,500	0,020			0,420	5,250	21,750	4,750	0,500		
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	0,25	1,378	0,250	47,500	0,020			0,420	5,250	21,750	4,750	0,500		
Среды		2-я неделя		Обед												
Салат из моркови и яблок/Салат из помидоров	1-4 классы	11 Сб 2008г.	0,60	1,661	6,031	8,678	0,024	2,154		2,751	18,702	21,210	15,708	0,085		
	5-11 классы	11 Сб 2008г.	100	1,700	7,750	14,464	0,040	3,590		4,584	31,170	36,350	26,180	0,142		
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	1-4 классы	110 Сб 1996г.	210	3,833	5,522	11,708	0,048	16,830		1,819	37,900	45,972	27,120	56,044		
	5-11 классы	110 Сб 1996г.	260	4,217	6,528	14,562	0,060	21,025		2,270	45,125	55,915	33,650	70,053		
Виточки с соусом	1-4 классы	423 Сб 1996г.	90	10,843	10,030	9,974	0,020	1,160		1,306	5,792	14,492	4,568	36,970		
	5-11 классы	423 Сб 1996г.	100	12,665	13,566	12,404	0,025	1,020		2,210	6,539	3,894	4,846	27,818		
Картофельное пюре	1-4 классы	472 Сб 1996г.	160	3,253	4,497	25,370	0,161	25,875		0,144	41,310	95,910	32,805	1,390		
	5-11 классы	472 Сб 1996г.	180	3,916	5,396	31,644	0,193	31,050		0,172	49,572	115,092	39,366	1,668		
Компот из грушевых	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.	0,70	1,520	0,180	9,940	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,160		
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	0,30	2,260	0,270	14,910	0,033			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270		
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	0,30	1,102	0,200	5,415	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400		
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	0,30	1,653	0,300	9,624	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600		
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	0,30	1,653	0,300	9,624	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600		
Среды		2-я неделя		Полдник												
Сок фруктов (1 шт)	1-4 классы	293 Сб 2008г.	200	1,000	23,400	94,000	0,020	4,000			14,000	14,000	8,000	0,600		
	5-11 классы	293 Сб 2008г.	200	1,000	23,400	94,000	0,020	4,000			14,000	14,000	8,000	0,600		
Кондитерские изделия (вафли)	1-4 классы	29 Сб 1997г.	0,60	1,600	15,100	30,140										
	5-11 классы	29 Сб 1997г.	0,60	1,600	15,100	30,140										
Итого:		Завтрак		Обед												
	1-4 классы	6-11 классы	600	18,620	16,795	81,623	0,164	2,958		3,689	56,331	116,123	29,387	4,479		
	5-11 классы	6-11 классы	660	20,070	20,708	96,797	0,174	3,596		4,450	66,037	138,771	35,877	4,827		
	1-4 классы	6-11 классы	730	23,100	26,460	105,225	0,296	46,568		6,580	142,644	225,121	103,261	99,227		
	5-11 классы	6-11 классы	880	27,309	33,810	129,747	0,380	67,234		10,236	175,446	276,988	130,472	104,709		
	1-4 классы	6-11 классы	250	2,600	15,100	63,540	0,020	4,000		0,000	14,000	14,000	8,000	0,600		
	5-11 классы	6-11 классы	260	2,600	15,100	63,540	0,020	4,000		0,000	14,000	14,000	8,000	0,600		

- Действует с 01 марта

Циклическое меню

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витаминный (мг)					Минеральные вещества (мг)						
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Соффор	Марганн	Железо				
Четверг		2-я неделя														Завтрак		
Десерт фруктовый (яблоко свежее)	1-4 классы	24 Сб 1996г.	100	0,400		9,800	38,000								0,600			
	5-11 классы	24 Сб 1996г.	100	0,400		9,800	38,000								0,600			
	1-4 классы	682 Сб 1996г.	200	15,275	16,486	57,745	566,462	0,216	1,238	0,044	3,922	216,692	238,287	40,677	3,101			
	5-11 классы	682 Сб 1996г.	200	16,655	17,904	65,148	564,348	0,273	1,920	0,054	5,025	256,679	290,726	49,870	3,448			
	1-4 классы	628 Сб 1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001						0,053			
Чай с сахаром	5-11 классы	628 Сб 1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001					0,346	0,053			
Четверг		2-я неделя														Обед		
Салат из белокочанной капусты/Салат из овощей	1-4 классы	62 Сб 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 Сб 1997г.	100	1,550	5,005	9,951	89,292	0,053	39,950		2,163	41,494	29,959	16,424	0,816			
	1-4 классы	138 Сб 1996г.	200	4,746	4,302	18,572	127,580	0,202	9,300	0,240	3,215	25,820	69,500	28,200	1,556			
	5-11 классы	138 Сб 1996г.	250	5,933	5,378	23,715	159,475	0,253	11,625	0,019	4,019	32,275	88,875	35,250	1,945			
	1-4 классы	162 Сб 2008г.	90	9,080	10,899	14,271	123,702	0,057	1,845	0,022	1,717	14,986	29,764	31,461	28,195			
Котлеты из мянitas с соусом	5-11 классы	162 Сб 2008г.	100	10,364	11,516	15,206	129,098	0,078	2,295	0,03	2,39	20,153	40,117	43,305	28,422			
	1-4 классы	463 Сб 1996г.	150	7,716	5,384	26,323	232,585	0,255		0,021	4,160	30,386	154,621	0,158	2,985			
	5-11 классы	463 Сб 1996г.	180	8,715	6,460	32,561	278,971	0,306		0,025	4,989	36,456	185,444	0,189	3,580			
	1-4 классы	293 Сб 2008г.	180	0,900		21,060	84,600	0,018	3,600			14,400	16,200	9,000	0,360			
	5-11 классы	293 Сб 2008г.	180	0,900		21,060	84,600	0,018	3,600			14,400	16,200	9,000	0,360			
Сок фруктов	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	67,600	0,033			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270			
	1-4 классы	ГОСТ 26893-2015	020	1,102	0,200	6,416	36,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400			
	5-11 классы	ГОСТ 26893-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	26,100	5,700	0,600			
	Хлеб ржаной	5-11 классы	ГОСТ 26893-2015	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														Полдник		
Йогурт	1-4 классы	ТУ 10.51.56-045-18256315-2017	100	5,000	1,500	3,500	51,000	0,030	0,600	0,010		124,000	95,000	15,000	0,100			
	5-11 классы	ТУ 10.51.56-045-18256315-2017	100	5,000	1,500	3,500	51,000	0,030	0,600	0,010		124,000	95,000	15,000	0,100			
	1-4 классы	29 Сб 1997г.	050	1,600	15,100	30,140	263,000								0,600			
	5-11 классы	29 Сб 1997г.	050	1,600	15,100	30,140	263,000								0,600			
	1-4 классы	6-11 классы	600	16,876	16,549	82,565	601,729	0,216	1,238	0,044	3,922	217,038	238,287	40,677	3,764			
ИТОГО:	Завтрак	1-4 классы	600	16,876	16,549	82,565	601,729	0,216	1,238	0,044	3,922	217,038	238,287	40,677	3,764			
		5-11 классы	600	17,255	17,565	89,568	669,615	0,273	1,521	0,054	5,025	257,025	290,726	49,870	4,102			
		1-4 классы	720	26,553	23,568	102,560	706,231	0,602	38,556	0,043	10,560	118,680	318,448	85,267	34,166			
		5-11 классы	870	31,416	28,529	126,527	866,236	0,765	57,470	0,065	14,561	157,078	404,195	114,068	35,993			
		1-4 классы	150	6,500	16,600	33,640	314,000	0,030	0,600	0,010	0,000	124,000	95,000	15,000	0,700			
ПОЛДНИК	Полдник	5-11 классы	150	6,500	16,600	33,640	314,000	0,030	0,600	0,010	0,000	124,000	95,000	15,000	0,700			

- Действует с 01 марта

Циклическое меню

Наименование Блюда	№ рецептуры	Вес Блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Селен	Магний	Железо		
Литница		2-я неделя	Завтрак													
Кондитерские изделия	1-4 классы	29.06.1997г.	0,25	0,800	7,550	15,070	131,500									
Каши молочная вязкая пшеничная с маслом	5-11 классы	29.06.1997г.	0,25	0,800	7,550	15,070	131,500	0,006	0,950	0,003	1,306	2,764	5,192	2,472	36,838	
Компот из фруктов	5-11 классы	520.06.1997г.	235	9,541	7,879	33,418	226,950	0,004	0,720	0,002	1,798	2,073	3,694	1,854	27,628	
Батон	1-4 классы	280.06.2008г.	200	19,924	9,438	53,159	311,040	0,037	1,480		655,660	54,020	38,850	0,060	0,060	
	5-11 классы	280.06.2008г.	200	1,924	1,924	14,343	126,440	0,037	1,480		655,690	54,020	38,850	0,060	0,060	
	1-4 классы	ГОСТ 31805-2018	0,40	3,160	0,400	20,760	94,400	0,060			1,000	10,000	32,800	13,200	0,500	
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2018	0,50	3,950	0,500	25,950	118,000	0,075			1,250	12,500	41,000	16,500	0,750	
Литница		2-я неделя	Обед													
Салат Оливный	1-4 классы	111.06.2008г.	0,90	1,076	9,148	4,989	104,362	0,059	8,160	0,021	2,794	9,948	39,036	13,884	0,576	
Суп из овощей	5-11 классы	111.06.2008г.	100	1,793	15,246	8,281	77,937	0,098	13,600	0,035	1,550	18,880	65,050	23,140	0,960	
	1-4 классы	132.06.1996г.	200	3,514	3,525	10,490	76,426	0,073	17,800		1,937	23,600	50,475	21,475	0,795	
Тед. чашка с соусом	5-11 классы	132.06.1996г.	250	3,893	4,406	13,113	96,533	0,091	22,250		2,146	8,822	20,641	5,957	37,071	
Рис отварной	1-4 классы	423.06.1996г.	0,90	6,802	7,114	9,623	121,904	0,022	2,460	0,027	2,554	10,677	25,617	6,746	27,956	
	5-11 классы	423.06.1996г.	150	7,201	9,414	11,784	156,764	0,027	2,820	0,027	0,402	14,580	53,730	11,543	1,183	
Чай с лимоном	1-4 классы	465.06.1996г.	180	3,868	5,218	41,803	219,038	0,044		0,032	0,482	17,496	54,476	13,851	0,090	
Хлеб пшеничный	5-11 классы	629.06.1996г.	187	0,243	0,046	13,761	53,710	0,003	2,801		3,111	1,540	0,840	0,090	0,160	
	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	0,20	1,520	0,180	9,940	46,200	0,022		0,280	0,280	6,000	13,000	2,800	0,270	
Хлеб ржаной	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	0,30	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033		0,500	0,500	6,000	19,500	4,200	0,400	
	1-4 классы	ГОСТ 28983-2015	0,20	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016		0,280	0,280	4,200	17,400	3,800	0,400	
	5-11 классы	ГОСТ 28983-2015	0,30	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024		0,500	0,500	6,300	26,100	5,700	0,500	
Литница		2-я неделя	Полдник													
Сок фруктовый (1 шт)	1-4 классы	283.06.2008г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000			14,000	14,000	8,000	0,600	
Пирожок с яблоком	5-11 классы	293.06.2008г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000			14,000	14,000	8,000	0,600	
	1-4 классы		0,75	5,558	4,612	26,220	195,375									
ИТОГО:	Завтрак	1-4 классы	0,90	5,558	5,535	31,450	234,450	0,103	2,440	0,003	2,306	648,464	92,012	54,622	37,458	
			5,600	16,425	16,825	83,651	575,250	0,116	2,200	0,002	3,048	650,263	98,914	57,204	28,438	
			5,600	17,656	17,488	108,522	668,980	0,239	7,462	0,048	7,462	83,764	252,768	76,952	31,854	
Полдник	1-4 классы	7,27	18,125	25,431	97,002	668,640	0,325	41,471	0,067	5,973	83,764	252,768	76,952	31,854		
		6,77	21,704	38,943	121,636	885,688	0,325	4,000	0,000	0,000	14,000	14,000	8,000	0,600		
		2,76	6,558	4,612	49,620	289,376	0,020	4,000	0,000	0,000	14,000	14,000	8,000	0,600		
	5-11 классы	250	7,659	6,535	54,860	328,450	0,020	4,000	0,000	0,000	14,000	14,000	8,000	0,600		

Декрет с 01 марта

Циклическое меню

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витаминный состав (мг)					Минеральный состав (мг)			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Содовый	Магний	Железо	
Суббота		2-я неделя		Завтрак											
Каши геркулесовая молочная	1-4 классы	109 Сб 2008г	200	6,256	7,979	32,912	225,507	0,026	4,290	0,012	2,502	24,787	69,462	18,845	408,381
Жидкая с маслом, сахаром	5-11 классы	109 Сб 2008г	240	7,203	9,902	37,749	252,182	0,026	4,290	0,012	2,502	24,787	69,462	18,845	408,381
Омлет картофельный	1-4 классы	284 Сб 1996г	60	6,216	8,103	0,986	101,681	0,125	0,571	0,583	3,323	155,233	335,804	90,570	4,705
Какао растопленное	1-4 классы	762Сб 1997г	200	3,560	2,728	17,070	138,000	0,027	0,900	0,018	0,081	109,170	81,900	12,600	0,941
Хлеб пшеничный	5-11 классы	762Сб 1997г	200	3,560	2,728	17,070	138,000	0,027	0,900	0,018	0,081	109,170	81,900	12,600	0,941
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	040	3,040	0,360	19,880	90,400	0,022			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180
Хлеб пшеничный	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	050	3,800	0,450	24,950	113,000	0,033			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270
Суббота		2-я неделя		Обед											
Орзулы соевые	1-4 классы	24 Сб 1996г	020	0,560		0,260	3,220					5,000	4,000		0,240
Суп картофельный с макаронными изделиями	5-11 классы	24 Сб 1996г	030	0,840		0,390	4,830					7,500	6,000		0,360
изделиями	1-4 классы	139 Сб 1996г	200	2,272	2,138	19,156	100,420	0,094	13,200		1,343	14,000	50,800	19,240	0,710
Котлеты куриные с соусом	5-11 классы	139 Сб 1996г	250	2,840	2,673	23,945	125,525	0,118	16,500		1,343	17,500	63,500	24,050	0,867
Картофель отварной	1-4 классы	202 Сб 2008г	090	10,802	10,114	13,843	203,504	0,022	2,460	0,003	1,306	8,822	20,641	5,957	37,071
Сок фруктовый	5-11 классы	202 Сб 2008г	100	13,301	12,414	15,784	222,754	0,027	2,820	0,002	1,798	10,677	25,617	6,745	27,956
Хлеб пшеничный	5-11 классы	239 Сб 2008г	180	6,094	11,185	30,474	228,393	0,186	30,938			15,469	89,720	35,579	1,392
Хлеб пшеничный	1-4 классы	239 Сб 2008г	200	3,713	11,186	36,569	254,073	0,223	37,726			18,563	107,665	42,695	1,671
Хлеб ржаной	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022	4,000		0,280	4,000	13,000	2,800	0,180
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	57,800	0,033			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270
Хлеб ржаной	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	1,102	0,200	6,416	36,000	0,016			0,280	4,200	17,400	3,800	0,400
Хлеб ржаной	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	1,553	0,360	9,624	57,000	0,024			0,500	6,300	20,100	5,700	0,600
Суббота		2-я неделя		Полдник											
Сок фруктовый (1 шт)	1-4 классы	293 Сб 2008г	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000			14,000	14,000	8,000	0,600
Кондитерские изделия (вафли)	5-11 классы	293 Сб 2008г	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000			14,000	14,000	8,000	0,600
Кондитерские изделия (вафли)	1-4 классы	29 Сб 1997г	050	1,800	15,100	30,140	253,000								
Кондитерские изделия (вафли)	5-11 классы	29 Сб 1997г	050	1,800	15,100	30,140	253,000								
Завтрак	1-4 классы	1-4 классы	600	15,082	16,170	70,848	656,588	0,200	5,761	0,613	6,806	293,150	600,166	124,816	414,207
Обед	1-4 классы	1-4 классы	650	20,789	21,183	80,656	604,833	0,211	5,761	0,613	6,806	293,150	600,166	124,816	414,207
Полдник	1-4 классы	1-4 классы	820	26,627	26,843	124,622	825,992	0,448	60,448	0,002	4,141	82,640	266,382	93,391	32,144
Итого:	1-4 классы	1-4 классы	260	2,600	16,100	63,640	367,000	0,020	4,000	0,000	0,000	14,000	14,000	8,000	0,600
Полдник	5-11 классы	5-11 классы	250	2,600	16,100	63,640	367,000	0,020	4,000	0,000	0,000	14,000	14,000	8,000	0,600