

СОГЛАСОВАНО:

Директор ГБОУ СОШ(ООШ) *№5*

*г.о. Октябрьск*

*Гурина М.А.*

«*9*» *января* 20*25* г.



СОГЛАСОВАНО:

Председатель Совета родителей

*Гурина М.А.*

«*9*» *января* 2025г.

УТВЕРЖДАЮ:

Генеральный директор

АО «Комбинат питания»

А.Н. Воронин



«*9*» *января* 20*25* г.

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

Осенне-зимнее (весеннее - \*)

Цикличное меню

| Наименование Блюда  | № рецептуры | Вес Блюда         | Пищевая ценность (г) |                |          | Эн. ценность (ккал) | Витамины (мг) |       |         |       | Минеральные вещества (мг) |         |         |         |         |         |
|---|-------------|-------------------|----------------------|----------------|----------|---------------------|---------------|-------|---------|-------|---------------------------|---------|---------|---------|---------|---------|
|   |             |                   | Белки                | Жиры           | Углеводы |                     | В1            | С     | А       | Е     | Кальций                   | Фосфор  | Магний  | Железо  |         |         |
| <b>Понедельник</b>  |             | <b>1-я неделя</b> |                      | <b>Завтрак</b> |          |                     |               |       |         |       |                           |         |         |         |         |         |
| Кукуруза консервированная   | 1-4 классы  | 24 С6 1996г       | 020                  | 0,700          | 0,560    | 3,120               | 20,200        | 0,080 |         |       |                           |         | 9,200   |         |         | 0,084   |
|   | 5-11 классы | 24 С6 1996г       | 030                  | 1,050          | 0,840    | 4,680               | 30,300        | 0,120 |         |       |                           |         | 13,800  |         |         | 0,126   |
| Биточки с соусом  | 1-4 классы  | 423 С6 1996г      | 90                   | 10,843         | 10,030   | 9,974               | 133,166       | 0,020 | 1,150   | 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  |         |
| Макаронные изделия отварные   | 1-4 классы  | 469 С6 1996г      | 150                  | 5,365          | 4,265    | 37,247              | 203,750       | 0,087 |         | 0,021 | 1,193                     | 10,427  | 45,359  | 8,306   | 0,622   |         |
|   | 5-11 классы | 469 С6 1996г      | 160                  | 6,437          | 5,117    | 46,011              | 244,528       | 0,105 |         | 0,025 | 1,431                     | 12,512  | 54,425  | 9,967   | 0,746   |         |
| Чай с сахаром   | 1-4 классы  | 626 С6 1996г      | 200                  | 0,200          | 0,051    | 15,010              | 57,267        |       | 0,001   |       |                           | 0,346   |         |         | 0,653   |         |
|   | 5-11 классы | 626 С6 1996г      | 200                  | 0,200          | 0,051    | 15,010              | 57,267        |       | 0,001   |       |                           | 0,346   |         |         | 0,653   |         |
| Хлеб пшеничный  | 1-4 классы  | ГОСТ 27844-88     | 020                  | 1,520          | 0,180    | 9,940               | 45,200        | 0,022 |         |       | 0,280                     | 4,600   | 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   | 15,250  | 3,500   | 0,225   |         |
| Хлеб ржаной   | 1-4 классы  | ГОСТ 26983-2015   | 020                  | 1,102          | 0,200    | 6,416               | 36,000        | 0,016 |         |       | 0,260                     | 4,200   | 17,400  | 3,800   | 0,400   |         |
|   | 5-11 классы | ГОСТ 26983-2015   | 025                  | 1,378          | 0,250    | 8,020               | 47,500        | 0,020 |         |       | 0,420                     | 5,250   | 21,750  | 4,750   | 0,500   |         |
| <b>Понедельник</b>  |             | <b>1-я неделя</b> |                      | <b>Обед</b>    |          |                     |               |       |         |       |                           |         |         |         |         |         |
| Салат из моркови с чесноком/Салат из огурца консервир-х с зеленым горошком* | 1-4 классы  | 60 С6 1996г       | 060                  | 0,660          | 5,280    | 3,500               | 64,500        | 0,035 | 5,520   |       |                           | 2,686   | 14,130  | 29,258  | 12,198  | 0,480   |
|   | 5-11 классы | 60 С6 1996г       | 100                  | 1,100          | 8,800    | 5,815               | 107,492       | 0,058 | 9,200   |       |                           | 4,494   | 23,550  | 43,780  | 20,330  | 0,816   |
| Суп картофельный с горохом  | 1-4 классы  | 136 С6 1996г      | 200                  | 4,746          | 4,302    | 16,572              | 127,580       | 0,202 | 9,300   |       |                           | 3,216   | 25,820  | 69,500  | 28,200  | 1,556   |
|   | 5-11 классы | 136 С6 1996г      | 250                  | 5,933          | 5,378    | 23,215              | 169,475       | 0,253 | 11,625  |       |                           | 4,019   | 32,275  | 86,875  | 35,250  | 1,945   |
| Котлеты Куринные с соусом   | 1-4 классы  | 423 С6 1996г      | 090                  | 8,944          | 10,030   | 9,974               | 133,166       | 0,020 | 1,160   | 0,003 | 1,306                     | 5,792   | 14,492  | 4,558   | 36,970  |         |
|   | 5-11 классы | 423 С6 1996г      | 100                  | 11,340         | 13,566   | 12,404              | 175,920       | 0,025 | 1,020   | 0,002 | 2,210                     | 6,539   | 3,894   | 4,846   | 27,818  |         |
| Калупа тушеная  | 1-4 классы  | 482 С6 1996г      | 150                  | 3,593          | 5,267    | 16,511              | 123,461       | 0,111 | 88,320  |       |                           | 2,241   | 83,596  | 62,415  | 31,572  | 84,006  |
|   | 5-11 классы | 482 С6 1996г      | 180                  | 4,316          | 6,321    | 19,836              | 148,280       | 0,133 | 105,985 |       |                           | 2,689   | 100,330 | 74,925  | 37,886  | 101,068 |
| Компот из сухофруктов   | 1-4 классы  | 283 С6 2008г      | 180                  | 0,878          |          | 32,139              | 126,104       | 0,005 | 0,549   |       |                           |         | 30,740  | 21,137  | 16,470  | 4,158   |
|   | 5-11 классы | 283 С6 2008г      | 180                  | 0,878          |          | 32,139              | 126,104       | 0,005 | 0,549   |       |                           |         | 30,740  | 21,137  | 16,470  | 4,158   |
| Хлеб пшеничный  | 1-4 классы  | ГОСТ 27844-88     | 020                  | 1,520          | 0,180    | 9,940               | 45,200        | 0,022 |         |       | 0,280                     | 4,600   | 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               | 36,000        | 0,016 |         |       | 0,260                     | 4,200   | 17,400  | 3,800   | 0,400   |         |
|   | 5-11 классы | ГОСТ 26983-2015   | 030                  | 1,653          | 0,300    | 9,624               | 57,000        | 0,024 |         |       | 0,500                     | 6,300   | 26,100  | 5,700   | 0,800   |         |
| <b>ИТОГО:</b>   | Завтрак     | 1-4 классы        | 600                  | 19,730         | 16,286   | 81,707              | 497,623       | 0,226 | 1,161   | 0,024 | 3,069                     | 33,965  | 90,261  | 19,464  | 36,309  |         |
|   |             | 5-11 классы       | 660                  | 23,630         | 20,074   | 96,660              | 612,016       | 0,298 | 1,021   | 0,027 | 4,481                     | 43,447  | 96,320  | 23,063  | 29,468  |         |
|   | Обед        | 1-4 классы        | 720                  | 21,443         | 26,269   | 97,062              | 668,011       | 0,411 | 104,849 | 0,003 | 10,018                    | 168,280 | 224,212 | 99,698  | 128,360 |         |
|   |             | 5-11 классы       | 870                  | 27,600         | 34,636   | 117,846             | 842,071       | 0,521 | 128,379 | 0,002 | 14,412                    | 206,734 | 276,211 | 124,682 | 136,675 |         |

\* действует с 01 марта

Циклическое меню

| Наименование блюда                            | № рецептуры | Вес блюда             | Пищевая ценность (г) |        |                | Эн. ценность (ккал) | Витамины (мг) |       |        |       | Минеральные вещества (мг) |          |         |         |         |
|---|-------------|-----------------------|----------------------|--------|----------------|---------------------|---------------|-------|--------|-------|---------------------------|----------|---------|---------|---------|
|   |             |                       | Белки                | Жиры   | Углеводы       |                     | В1            | С     | А      | Е     | Кальций                   | Фосфор   | Магний  | Железо  |         |
| <b>Вторник</b>                                |             | <b>1-я неделя</b>     |                      |        | <b>Завтрак</b> |                     |               |       |        |       |                           |          |         |         |         |
| Сыр   | 1-4 классы  | СТО 71063300-003-2012 | 016                  | 3,580  | 3,500          |                     | 47,400        |       | 0,510  | 0,025 | 0,060                     | 129,000  | 102,000 | 6,800   | 136,000 |
|   | 5-11 классы | СТО 71063300-003-2012 | 016                  | 3,580  | 3,500          |                     | 47,400        |       | 0,510  | 0,025 | 0,060                     | 129,000  | 102,000 | 6,800   | 136,000 |
| Каша Янтарная                                 | 1-4 классы  | 109 С6 2008г          | 220                  | 4,988  | 8,935          | 25,262              | 190,354       | 0,151 | 1,320  | 0,066 | 2,256                     | 176,695  | 203,345 | 44,880  | 1,365   |
|   | 5-11 классы | 109 С6 2008г          | 260                  | 10,199 | 10,803         | 36,485              | 283,900       | 0,201 | 1,760  | 0,075 | 3,135                     | 234,760  | 270,460 | 59,740  | 1,810   |
| Пастила Ассорти фруктовая 1шт                 | 1-4 классы  |                       | 25                   | 0,000  | 0,210          | 16,355              | 16,355        | 0,020 | 4,000  |       |                           | 14,000   | 14,000  | 8,000   | 0,600   |
|   | 5-11 классы |                       | 25                   | 0,000  | 0,210          | 16,355              | 16,355        | 0,020 | 4,000  |       |                           | 14,000   | 14,000  | 8,000   | 0,600   |
| Какао растворимый                             | 1-4 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   |
|   | 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   |
| Батон   | 1-4 классы  | ГОСТ 31805-2018       | 040                  | 3,160  | 0,400          | 20,790              | 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          | 26,560              | 118,000       | 0,075 |        |       | 1,250                     | 12,500   | 41,000  | 16,500  | 0,750   |
| <b>Вторник</b>                                |             | <b>1-я неделя</b>     |                      |        | <b>Обед</b>    |                     |               |       |        |       |                           |          |         |         |         |
| Винегрет овощной                              | 1-4 классы  | 60 С6 1996г           | 050                  | 1,167  | 6,193          | 5,485               | 79,707        | 0,035 | 5,520  |       | 2,696                     | 14,130   | 26,268  | 12,198  | 0,490   |
|   | 5-11 классы | 60 С6 1996г           | 100                  | 1,945  | 8,321          | 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          | 220                  | 1,804  | 5,530          | 8,801               | 85,780        | 0,066 | 26,510 | 0,006 | 1,774                     | 37,540   | 43,204  | 18,240  | 19,102  |
|   | 5-11 классы | 120 С6 1996г          | 260                  | 2,181  | 6,538          | 10,929              | 104,325       | 0,082 | 33,125 | 0,006 | 2,214                     | 44,675   | 52,455  | 22,550  | 23,875  |
| Пельмени отварные с бульоном                  | 1-4 классы  | 293 С6 2015г          | 180                  | 13,826 | 12,099         | 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   |
| Комлот из курицы                              | 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   |
| 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  | 0,260          | 6,410               | 36,000        | 0,016 |        |       | 0,280                     | 4,200    | 17,400  | 3,800   | 0,400   |
|   | 5-11 классы | ГОСТ 26983-2015       | 030                  | 1,653  | 0,360          | 9,624               | 57,000        | 0,024 |        |       | 0,500                     | 6,300    | 26,100  | 5,700   | 0,600   |
| <b>ИТОГО:</b>                                 | Завтрак     | 1-4 классы            | 601                  | 15,208 | 15,773         | 79,447              | 486,606       | 0,268 | 6,730  | 0,109 | 3,397                     | 438,865  | 434,046 | 86,480  | 139,607 |
|   |             | 5-11 классы           | 661                  | 21,309 | 17,744         | 86,840              | 603,666       | 0,323 | 7,170  | 0,118 | 4,626                     | 485,430  | 609,360 | 103,640 | 140,101 |
|   | Обед        | 1-4 классы            | 700                  | 21,343 | 24,202         | 86,328              | 674,768       | 0,377 | 62,610 | 0,006 | 6,030                     | 1602,048 | 240,806 | 111,743 | 22,762  |
|   |             | 5-11 классы           | 840                  | 29,329 | 32,067         | 118,771             | 884,946       | 0,492 | 81,806 | 0,006 | 7,708                     | 746,441  | 311,705 | 139,106 | 28,583  |

\* - действует с 01 марта

Циклическое меню

| Наименование блюда                       | № рецептуры | Вес блюда         | Пищевая ценность (г) |        |                | Эн. ценность (ккал) | Витамины (мг) |       |        |       | Минеральные вещества (мг) |         |         |         |        |
|--|-------------|-------------------|----------------------|--------|----------------|---------------------|---------------|-------|--------|-------|---------------------------|---------|---------|---------|--------|
|  |             |                   | Белки                | Жиры   | Углеводы       |                     | В1            | С     | А      | Е     | Кальций                   | Фосфор  | Магний  | Железо  |        |
| <b>Среда</b>                             |             | <b>1-я неделя</b> |                      |        | <b>Завтрак</b> |                     |               |       |        |       |                           |         |         |         |        |
| Огурцы соленые                           | 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  |
| Биточки из минтая с овощами с соусом     | 1-4 классы  |                   | 50                   | 8,944  | 10,030         | 9,974               | 133,166       | 0,056 | 3,700  |       | 1,276                     | 14,540  | 19,460  | 39,142  | 92,465 |
|  | 5-11 классы |                   | 100                  | 11,340 | 13,566         | 12,404              | 175,920       | 0,066 | 3,700  |       | 2,255                     | 14,540  | 19,460  | 46,062  | 92,562 |
| Картофельное пюре                        | 1-4 классы  | 472 С6 1996г      | 150                  | 3,253  | 4,497          | 26,370              | 154,200       | 0,161 | 25,875 | 0,026 | 0,144                     | 41,310  | 95,910  | 32,805  | 1,390  |
|  | 5-11 классы | 472 С6 1996г      | 180                  | 3,916  | 5,396          | 31,644              | 185,040       | 0,193 | 31,050 | 0,031 | 0,172                     | 49,572  | 115,092 | 39,366  | 1,668  |
| Компот из свежих яблок                   | 1-4 классы  | 702 С6 1997г      | 200                  | 0,060  |                | 33,552              | 127,760       | 0,004 | 0,720  |       |                           | 0,480   | 2,400   | 4,000   | 0,152  |
|  | 5-11 классы | 702 С6 1997г      | 200                  | 0,080  |                | 33,552              | 127,760       | 0,004 | 0,720  |       |                           | 0,480   | 2,400   | 4,000   | 0,152  |
| Хлеб пшеничный                           | 1-4 классы  | ГОСТ 27844-88     | 020                  | 1,520  | 0,180          | 9,940               | 45,200        | 0,022 |        |       | 0,280                     | 4,000   | 13,000  | 2,800   | 0,180  |
|  | 5-11 классы | ГОСТ 27844-88     | 025                  | 1,900  | 0,250          | 12,425              | 58,500        | 0,028 |        |       | 0,420                     | 5,000   | 16,250  | 3,500   | 0,225  |
| Хлеб ржаной                              | 1-4 классы  | ГОСТ 26683-2015   | 020                  | 1,102  | 0,300          | 6,416               | 38,000        | 0,016 |        |       | 0,280                     | 4,200   | 17,400  | 3,800   | 0,400  |
|  | 5-11 классы | ГОСТ 26683-2015   | 025                  | 1,378  | 0,250          | 8,020               | 47,500        | 0,020 |        |       | 0,420                     | 5,250   | 21,750  | 4,750   | 0,500  |
| <b>Среда</b>                             |             | <b>1-я неделя</b> |                      |        | <b>Обед</b>    |                     |               |       |        |       |                           |         |         |         |        |
| Салат из свежой 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  | 9,995          | 10,260              | 145,550       | 0,019 | 9,500  |       | 2,233                     | 35,150  | 40,850  | 40,850  | 1,330  |
| Суп картофельный с макаронными изделиями | 1-4 классы  | 139 С6 1996г      | 250                  | 2,840  | 2,673          | 23,945              | 125,525       | 0,118 | 16,500 |       | 1,343                     | 17,500  | 63,500  | 24,050  | 0,887  |
|  | 5-11 классы | 139 С6 1996г      | 250                  | 2,840  | 2,673          | 23,945              | 125,525       | 0,118 | 16,500 |       | 1,343                     | 17,500  | 63,500  | 24,050  | 0,887  |
| Плов из Говядины                         | 1-4 классы  | 193 С6 2008г      | 150                  | 10,849 | 10,407         | 34,868              | 265,808       | 0,106 | 2,697  |       | 2,649                     | 33,236  | 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  |
| Чай с сахаром                            | 1-4 классы  | 628 С6 1996г      | 200                  | 0,200  | 0,051          | 15,010              | 57,267        |       | 0,001  |       |                           | 0,346   |         |         | 0,953  |
|  | 5-11 классы | 628 С6 1996г      | 200                  | 0,200  | 0,051          | 15,010              | 57,267        |       | 0,001  |       |                           | 0,346   |         |         | 0,953  |
| 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 26683-2015   | 020                  | 1,102  | 0,300          | 6,416               | 38,000        | 0,016 |        |       | 0,280                     | 4,200   | 17,400  | 3,800   | 0,400  |
|  | 5-11 классы | ГОСТ 26683-2015   | 030                  | 1,653  | 0,300          | 9,624               | 57,000        | 0,024 |        |       | 0,500                     | 6,300   | 26,100  | 5,700   | 0,600  |
| <b>ИТОГО:</b>                            | Завтрак     | 1-4 классы        | 500                  | 15,469 | 14,507         | 86,512              | 501,646       | 0,269 | 30,296 | 0,026 | 1,960                     | 55,630  | 152,170 | 82,547  | 94,847 |
|  |             | 5-11 классы       | 560                  | 19,464 | 19,462         | 88,436              | 597,550       | 0,311 | 35,470 | 0,031 | 3,267                     | 82,342  | 180,962 | 97,678  | 96,487 |
|  | Обед        | 1-4 классы        | 700                  | 17,480 | 20,608         | 96,336              | 641,130       | 0,273 | 24,898 | 0,000 | 6,092                     | 80,371  | 186,633 | 76,297  | 6,119  |
|  |             | 5-11 классы       | 810                  | 23,269 | 28,602         | 114,277             | 816,216       | 0,320 | 29,566 | 0,000 | 8,226                     | 107,237 | 240,721 | 102,428 | 6,589  |

\* - действует с 01 марта

**Циклическое меню**

| Наименование блюда  | № рецептуры                 | Вес блюда   | Пищевая ценность (г) |        |          | Эн. ценность (ккал) | Витамины (мг) |         |         |       | Минеральные вещества (мг) |         |         |        |         |
|---|-----------------------------|-------------|----------------------|--------|----------|---------------------|---------------|---------|---------|-------|---------------------------|---------|---------|--------|---------|
|   |                             |             | Белки                | Жиры   | Углеводы |                     | В1            | С       | А       | Е     | Кальций                   | Фосфор  | Магний  | Железо |         |
| <b>Четверг</b>  | <b>1-я неделя</b>           |             | <b>Завтрак</b>       |        |          |                     |               |         |         |       |                           |         |         |        |         |
| Горошек зеленый консервированный                            | 1-4 классы 31 С6 1997г      | 020         | 0,620                | 0,400  | 1,420    | 8,200               | 0,022         | 2,000   |         | 0,240 | 3,200                     | 10,600  | 4,200   | 0,140  |         |
|   | 5-11 классы 31 С6 1997г     | 030         | 0,930                | 0,600  | 2,130    | 12,300              | 0,033         | 3,000   |         | 0,360 | 4,800                     | 15,900  | 6,300   | 0,210  |         |
| Голубцы пенивые с соусом                                    | 1-4 классы 428 С6 1996г     | 90          | 7,630                | 10,170 | 9,450    | 158,000             | 0,022         | 1,150   | 0,003   | 1,306 | 5,957                     | 15,412  | 4,748   | 35,981 |         |
|   | 5-11 классы 428 С6 1996г    | 150         | 11,355               | 13,566 | 12,415   | 176,020             | 0,025         | 0,970   | 0,002   | 1,798 | 6,379                     | 17,384  | 4,856   | 27,818 |         |
| Макаронные изделия отварные                                 | 1-4 классы 459 С6 1996г     | 150         | 5,365                | 4,255  | 37,247   | 203,760             | 0,087         |         | 0,021   | 1,193 | 10,427                    | 45,359  | 8,306   | 0,922  |         |
|   | 5-11 классы 459 С6 1996г    | 180         | 6,437                | 5,117  | 46,011   | 244,528             | 0,105         |         | 0,025   | 1,431 | 12,512                    | 54,426  | 9,967   | 0,745  |         |
| Сок фруктовый   | 1-4 классы 293 С6 2008г     | 200         | 1,000                |        | 23,400   | 94,000              | 0,020         | 4,000   |         |       | 16,000                    | 18,000  | 10,000  | 0,400  |         |
|   | 5-11 классы 293 С6 2008г    | 200         | 1,000                |        | 23,400   | 94,000              | 0,020         | 4,000   |         |       | 16,000                    | 18,000  | 10,000  | 0,400  |         |
| Хлеб пшеничный  | 1-4 классы ГОСТ 27844-88    | 020         | 1,520                | 0,180  | 9,940    | 45,200              | 0,022         |         |         | 0,280 | 4,000                     | 13,000  | 2,800   | 0,180  |         |
|   | 5-11 классы ГОСТ 27844-88   | 025         | 1,900                | 0,250  | 12,425   | 56,500              | 0,028         |         |         | 0,420 | 5,000                     | 16,250  | 3,500   | 0,225  |         |
| Хлеб ржаной   | 1-4 классы ГОСТ 26983-2015  | 020         | 1,102                | 0,200  | 5,416    | 38,000              | 0,016         |         |         | 0,280 | 4,200                     | 17,400  | 3,800   | 0,400  |         |
|   | 5-11 классы ГОСТ 26983-2015 | 025         | 1,378                | 0,250  | 8,020    | 47,500              | 0,020         |         |         | 0,420 | 5,250                     | 21,750  | 4,750   | 0,500  |         |
| <b>Четверг</b>  | <b>1-я неделя</b>           |             | <b>Обед</b>          |        |          |                     |               |         |         |       |                           |         |         |        |         |
| Салат из свежих помидоров, яблок и консервированных огурцов | 1-4 классы 37 С6 2015г      | 060         | 0,498                | 3,596  | 3,137    | 46,375              | 0,044         | 7,078   |         | 0,813 | 12,707                    | 28,457  | 10,584  | 0,533  |         |
|   | 5-11 классы 37 С6 2015г     | 100         | 0,830                | 5,994  | 5,228    | 77,291              | 0,073         | 11,795  |         | 1,354 | 21,177                    | 47,427  | 17,639  | 0,888  |         |
| Борщ с капустой и картофелем со сметаной                    | 1-4 классы 110 С6 1999г     | 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 1999г    | 260         | 4,217                | 6,528  | 14,562   | 117,200             | 0,060         | 21,025  | 0,006   | 2,270 | 45,125                    | 55,915  | 33,650  | 70,053 |         |
| ЕЖИКИ в соусе   | 1-4 классы 202 С6 2008г     | 090         | 10,802               | 10,114 | 13,843   | 163,904             | 0,022         | 2,460   | 0,003   | 1,305 | 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 |         |
| Каша гречневая рассыпчатая                                  | 1-4 классы 463 С6 1999г     | 190         | 7,716                | 5,384  | 26,323   | 232,585             | 0,255         |         | 0,021   | 4,160 | 30,396                    | 154,621 | 0,158   | 2,965  |         |
|   | 5-11 классы 463 С6 1999г    | 180         | 8,715                | 6,460  | 32,561   | 278,971             | 0,305         |         | 0,025   | 4,989 | 36,456                    | 185,444 | 0,189   | 3,580  |         |
| Напиток из шиповника  | 1-4 классы 289 С6 2008г     | 180         | 0,720                |        | 24,273   | 96,705              | 0,027         | 216,000 |         | 0,308 | 12,150                    | 3,600   | 3,600   | 5,081  |         |
|   | 5-11 классы 289 С6 2008г    | 180         | 0,720                |        | 24,273   | 96,705              | 0,027         | 216,000 |         | 0,308 | 12,150                    | 3,600   | 3,600   | 5,081  |         |
| Хлеб пшеничный  | 1-4 классы ГОСТ 27844-88    | 020         | 1,520                | 0,180  | 9,940    | 45,200              | 0,022         |         |         | 0,280 | 4,000                     | 13,000  | 2,800   | 0,180  |         |
|   | 5-11 классы ГОСТ 27844-88   | 030         | 2,280                | 0,270  | 14,910   | 67,800              | 0,033         |         |         | 0,500 | 6,000                     | 19,500  | 4,200   | 0,270  |         |
| Хлеб ржаной   | 1-4 классы ГОСТ 26983-2015  | 020         | 1,102                | 0,200  | 5,416    | 38,000              | 0,016         |         |         | 0,280 | 4,200                     | 17,400  | 3,800   | 0,400  |         |
|   | 5-11 классы ГОСТ 26983-2015 | 030         | 1,653                | 0,300  | 9,624    | 57,000              | 0,024         |         |         | 0,500 | 6,300                     | 26,100  | 5,700   | 0,600  |         |
| <b>ИТОГО:</b>   | <b>Завтрак</b>              | 1-4 классы  | 500                  | 17,237 | 15,216   | 87,873              | 547,190       | 0,185   | 7,160   | 0,024 | 3,299                     | 43,784  | 119,771 | 33,854 | 38,723  |
|   |                             | 5-11 классы | 660                  | 23,000 | 19,783   | 104,401             | 630,848       | 0,231   | 7,870   | 0,027 | 4,429                     | 49,941  | 143,710 | 39,373 | 29,899  |
|   | <b>Обед</b>                 | 1-4 классы  | 730                  | 26,191 | 24,996   | 66,640              | 718,849       | 0,434   | 242,358 | 0,030 | 8,956                     | 110,176 | 283,691 | 64,019 | 102,264 |
|   |                             | 5-11 классы | 880                  | 31,716 | 31,966   | 118,542             | 895,731       | 0,560   | 251,641 | 0,033 | 11,719                    | 137,886 | 363,603 | 71,724 | 108,428 |

\* действует с 01 марта

Цикличное меню

| Наименование Блюда                              | № рецептуры | Вес Блюда         | Пищевая ценность (г) |        |          | Эн. ценность (ккал) | Витамины (мг)  |       |         |       | Минеральные вещества (мг) |         |         |         |        |  |
|---|-------------|-------------------|----------------------|--------|----------|---------------------|----------------|-------|---------|-------|---------------------------|---------|---------|---------|--------|--|
|   |             |                   | Белки                | Жиры   | Углеводы |                     | В1             | С     | А       | Е     | Кальций                   | Фосфор  | Магний  | Железо  |        |  |
| <b>Пятница</b>                                  |             | <b>1-я неделя</b> |                      |        |          |                     | <b>Завтрак</b> |       |         |       |                           |         |         |         |        |  |
| Фрукты  | 1-4 классы  | 24 сб 1996г       | 150                  | 0,600  |          | 14,700              | 57,000         |       |         |       |                           |         |         |         |        |  |
|   | 5-11 классы | 24 сб 1996г       | 150                  | 0,600  |          | 14,700              | 57,000         |       |         |       |                           |         |         |         |        |  |
| Каша рисовая молочная жидкая с маслом,сахаром   | 1-4 классы  | 114 Сб 2008г      | 160                  | 11,586 | 14,844   | 29,730              | 242,000        | 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              | 287,077        | 0,025 |         | 0,020 | 0,352                     | 8,792   | 30,786  | 6,618   | 0,594  |  |
| 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 | 629 сб 1996г      | 187                  | 0,243  | 0,046    | 13,761              | 53,710         | 0,003 | 2,801   |       |                           | 3,111   | 1,540   | 0,840   | 0,090  |  |
| Батон   | 1-4 классы  | ГОСТ 31805-2018   | 040                  | 3,160  | 0,400    | 20,760              | 94,400         | 0,060 |         |       | 1,000                     | 10,000  | 32,800  | 13,200  | 0,600  |  |
|   | 5-11 классы | ГОСТ 31805-2018   | 050                  | 3,950  | 0,500    | 25,950              | 118,000        | 0,075 |         |       | 1,250                     | 12,500  | 41,000  | 16,500  | 0,750  |  |
| <b>Пятница</b>                                  |             | <b>1-я неделя</b> |                      |        |          |                     | <b>Обед</b>    |       |         |       |                           |         |         |         |        |  |
| 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  |  |
| Рассольник ленинградский со сметаной            | 1-4 классы  | 42 Сб 2008г       | 210                  | 2,288  | 6,588    | 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  |  |
| Стейк(Шницель) из курицы с соусом               | 1-4 классы  | 520 Сб 1997г      | 090                  | 11,648 | 8,565    | 2,097               | 169,992        | 0,005 | 0,960   | 0,003 | 1,306                     | 2,764   | 5,192   | 2,472   | 36,838 |  |
|   | 5-11 классы | 520 Сб 1997г      | 100                  | 12,805 | 9,188    | 5,094               | 207,500        | 0,004 | 0,720   | 0,002 | 1,798                     | 2,073   | 3,894   | 1,854   | 27,528 |  |
| Картофель и овощи тушеные                       | 1-4 классы  | 251 Сб 1997г      | 150                  | 3,675  | 11,419   | 35,220              | 250,013        | 0,215 | 35,625  |       | 4,787                     | 23,400  | 108,525 | 43,575  | 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  |  |
| Компот из сухофруктов                           | 1-4 классы  | 283 Сб 2008г      | 180                  | 0,878  |          | 32,139              | 126,104        | 0,005 | 0,549   |       |                           | 30,740  | 21,137  | 16,470  | 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  |  |
| Хлеб пшеничный                                  | 1-4 классы  | ГОСТ 27844-89     | 020                  | 1,620  | 0,180    | 9,940               | 45,200         | 0,022 |         |       | 0,280                     | 4,000   | 13,000  | 2,800   | 0,180  |  |
|   | 5-11 классы | ГОСТ 27844-89     | 030                  | 2,280  | 0,270    | 14,910              | 67,800         | 0,033 |         |       | 0,500                     | 6,000   | 19,500  | 4,200   | 0,270  |  |
| Хлеб ржаной                                     | 1-4 классы  | ГОСТ 26983-2015   | 020                  | 1,102  | 0,200    | 6,416               | 38,000         | 0,016 |         |       | 0,280                     | 4,200   | 17,400  | 3,800   | 0,400  |  |
|   | 5-11 классы | ГОСТ 26983-2015   | 030                  | 1,653  | 0,300    | 9,624               | 57,000         | 0,024 |         |       | 0,500                     | 6,300   | 26,100  | 5,700   | 0,600  |  |
| <b>ИТОГО:</b>                                   | Завтрак     | 1-4 классы        | 537                  | 15,59  | 15,29    | 78,96               | 447,110        | 0,08  | 2,80    | 0,02  | 1,29                      | 20,03   | 67,76   | 19,04   | 1,14   |  |
|   |             | 5-11 классы       | 597                  | 17,55  | 18,13    | 92,37               | 616,787        | 0,10  | 2,80    | 0,02  | 1,60                      | 24,40   | 73,33   | 23,96   | 1,32   |  |
|   | Обед        | 1-4 классы        | 730                  | 22,040 | 28,965   | 106,078             | 789,445        | 0,381 | 73,934  | 0,009 | 9,722                     | 114,262 | 237,217 | 98,206  | 44,185 |  |
|   |             | 5-11 классы       | 880                  | 26,461 | 35,076   | 134,282             | 990,626        | 0,483 | 100,019 | 0,006 | 12,917                    | 142,787 | 296,770 | 120,738 | 36,426 |  |

\* - 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>Понедельник</b>                              |             | <b>2-я неделя</b> |                      | <b>Завтрак</b> |          |                           |               |       |        |       |                           |         |         |         |        |
| Горячий бутерброд Пикантный                     | 1-4 классы  | 384 С6 2008г      | 055                  | 3,317          | 1,960    | 17,922                    | 93,577        | 0,022 |        | 0,021 | 0,280                     | 4,000   | 13,000  | 2,800   | 0,180  |
|   | 5-11 классы | 384 С6 2008г      | 065                  | 3,900          | 2,340    | 21,063                    | 110,591       | 0,033 |        | 0,025 | 0,500                     | 6,000   | 19,500  | 4,200   | 0,270  |
| Каша молочная жидкая -Дружба- с маслом, сахаром | 1-4 классы  | 102 С6 2008г      | 220                  | 8,291          | 6,564    | 24,037                    | 185,300       | 0,081 |        | 0,040 | 0,560                     | 9,270   | 42,180  | 14,560  | 1,195  |
|   | 5-11 классы | 102 С6 2008г      | 250                  | 10,598         | 7,324    | 31,238                    | 210,906       | 0,097 |        | 0,040 | 0,769                     | 10,603  | 50,216  | 17,412  | 1,316  |
| Какао растворимый                               | 1-4 классы  | 762С6 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  |
|   | 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                            | 1-4 классы  | 29 С6 1997г       | 025                  | 0,800          | 7,550    | 15,070                    | 131,500       |       |        |       |                           |         |         |         |        |
|   | 5-11 классы | 29 С6 1997г       | 025                  | 0,800          | 7,550    | 15,070                    | 131,500       |       |        |       |                           |         |         |         |        |
| <b>Понедельник</b>                              |             | <b>2-я неделя</b> |                      | <b>Обед</b>    |          |                           |               |       |        |       |                           |         |         |         |        |
| 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  |
| Суп Харчо                                       | 1-4 классы  | 133 С6 1996г      | 200                  | 1,560          | 3,338    | 13,576                    | 55,532        | 0,094 | 13,200 |       | 1,074                     | 14,000  | 50,800  | 19,240  | 0,710  |
|   | 5-11 классы | 133 С6 1996г      | 250                  | 1,947          | 4,105    | 16,951                    | 69,329        | 0,118 | 16,500 |       | 1,343                     | 17,500  | 63,500  | 24,050  | 0,887  |
| Палочки с крупой с соусом                       | 1-4 классы  | 423 С6 1996г      | 080                  | 6,802          | 7,114    | 9,623                     | 121,904       | 0,022 | 2,460  |       | 2,146                     | 8,322   | 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   | 27,966 |
| Гюре из гороха                                  | 1-4 классы  | 270 С6 1996г      | 150                  | 15,131         | 5,924    | 40,345                    | 260,286       | 0,629 |        | 0,021 | 6,479                     | 63,418  | 158,888 | 61,617  | 4,899  |
|   | 5-11 классы | 270 С6 1996г      | 180                  | 17,358         | 8,908    | 48,015                    | 312,349       | 0,755 |        | 0,025 | 7,775                     | 76,103  | 190,671 | 73,942  | 5,879  |
| Напиток лимонный                                | 1-4 классы  | 289 С6 2008г      | 180                  | 0,130          |          | 22,075                    | 86,328        | 0,006 | 5,760  |       |                           | 6,192   | 3,168   | 1,728   | 0,151  |
|   | 5-11 классы | 289 С6 2008г      | 180                  | 0,130          |          | 22,075                    | 86,328        | 0,006 | 5,760  |       |                           | 6,192   | 3,168   | 1,728   | 0,151  |
| Хлеб пшеничный                                  | 1-4 классы  | ГОСТ 27844-88     | 020                  | 1,520          | 0,180    | 9,940                     | 45,200        | 0,022 |        |       | 0,280                     | 4,000   | 13,000  | 2,800   | 0,180  |
|   | 5-11 классы | ГОСТ 27844-88     | 030                  | 2,280          | 0,270    | 14,910                    | 67,800        | 0,033 |        |       | 0,500                     | 6,000   | 19,500  | 4,200   | 0,270  |
| Хлеб ржаной                                     | 1-4 классы  | ГОСТ 26983-2015   | 020                  | 1,102          | 0,200    | 6,416                     | 38,000        | 0,016 |        |       | 0,280                     | 4,200   | 17,400  | 3,800   | 0,400  |
|   | 5-11 классы | ГОСТ 26983-2015   | 030                  | 1,653          | 0,300    | 9,624                     | 57,000        | 0,024 |        |       | 0,500                     | 6,300   | 26,100  | 5,700   | 0,600  |
| <b>ИТОГО:</b>                                   | Завтрак     | 1-4 классы        | 600                  | 16,69          | 18,84    | 74,00                     | 548,377       | 0,13  | 0,90   | 0,08  | 1,04                      | 122,44  | 137,06  | 29,96   | 2,23   |
|   |             | 5-11 классы       | 660                  | 18,878         | 18,942   | 84,441                    | 591,027       | 0,157 | 0,900  | 0,083 | 1,360                     | 126,773 | 151,616 | 34,212  | 2,627  |
|   | Обед        | 1-4 классы        | 720                  | 27,214         | 23,763   | 108,131                   | 716,580       | 0,600 | 27,120 | 0,021 | 11,698                    | 121,722 | 286,407 | 119,652 | 44,209 |
|   |             | 5-11 классы       | 870                  | 32,184         | 31,982   | 133,615                   | 857,120       | 0,982 | 34,680 | 0,026 | 14,906                    | 157,922 | 369,406 | 157,216 | 37,073 |

\* - действует с 01 марта

Циклическое меню

| Наименование Блюда          | Рецептуры   | Вес блюда         | Пищевая ценность (г) |                |          | Эн. ценность (ккал) | Витамины (мг) |       |        |       | Минеральные вещества (мг) |         |         |        |        |
|-----------------------------|-------------|-------------------|----------------------|----------------|----------|---------------------|---------------|-------|--------|-------|---------------------------|---------|---------|--------|--------|
|                             |             |                   | Белки                | Жиры           | Углеводы |                     | В1            | С     | А      | Е     | Кальций                   | Фосфор  | Магний  | Железо |        |
| <b>Вторник</b>              |             | <b>2-я неделя</b> |                      | <b>Завтрак</b> |          |                     |               |       |        |       |                           |         |         |        |        |
| Омурцы порционно            | 1-4 классы  | 522 С6 1996г      | 020                  | 0,140          |          | 0,360               | 2,000         | 0,004 | 1,400  | 0,006 | 0,020                     | 3,400   | 8,400   |        | 0,004  |
|                             | 5-11 классы | 522 С6 1996г      | 030                  | 0,210          |          | 0,540               | 3,000         | 0,006 | 2,100  | 0,009 | 0,030                     | 5,100   | 12,600  |        | 0,006  |
| Котлеты Куринные с соусом   | 1-4 классы  | 423 С6 1996г      | 090                  | 8,944          | 10,030   | 9,974               | 133,166       | 0,020 | 1,160  | 0,003 | 1,306                     | 5,792   | 14,492  | 4,558  | 36,970 |
|                             | 5-11 классы | 423 С6 1996г      | 100                  | 11,340         | 13,566   | 12,404              | 175,920       | 0,025 | 1,020  | 0,002 | 2,210                     | 6,539   | 3,894   | 4,846  | 27,618 |
| Каша гречневая рассыпчатая  | 1-4 классы  | 463 С6 1996г      | 150                  | 7,716          | 6,384    | 26,323              | 232,585       | 0,255 |        | 0,021 | 4,160                     | 30,395  | 164,621 | 0,158  | 2,985  |
|                             | 5-11 классы | 463 С6 1996г      | 180                  | 8,715          | 6,460    | 32,561              | 278,971       | 0,306 |        | 0,025 | 4,986                     | 36,456  | 185,444 | 0,189  | 3,580  |
| Компот из свежих яблок      | 1-4 классы  | 702 С6 1997г      | 200                  | 0,080          |          | 33,552              | 127,760       | 0,004 | 0,720  |       |                           | 0,480   | 2,400   | 4,000  | 0,152  |
|                             | 5-11 классы | 702 С6 1997г      | 200                  | 0,080          |          | 33,552              | 127,760       | 0,004 | 0,720  |       |                           | 0,480   | 2,400   | 4,000  | 0,152  |
| Хлеб пшеничный              | 1-4 классы  | ГОСТ 27844-88     | 020                  | 1,520          | 0,180    | 9,940               | 45,200        | 0,022 |        |       | 0,280                     | 4,000   | 13,000  | 2,800  | 0,180  |
|                             | 5-11 классы | ГОСТ 27844-88     | 025                  | 1,900          | 0,250    | 12,425              | 56,500        | 0,028 |        |       | 0,420                     | 5,000   | 16,250  | 3,500  | 0,225  |
| Хлеб ржаной                 | 1-4 классы  | ГОСТ 26983-2015   | 020                  | 1,102          | 0,200    | 6,416               | 38,000        | 0,016 |        |       | 0,280                     | 4,200   | 17,400  | 3,800  | 0,400  |
|                             | 5-11 классы | ГОСТ 26983-2015   | 025                  | 1,378          | 0,250    | 8,020               | 47,500        | 0,020 |        |       | 0,420                     | 5,250   | 21,750  | 4,750  | 0,500  |
| <b>Вторник</b>              |             | <b>2-я неделя</b> |                      | <b>Обед</b>    |          |                     |               |       |        |       |                           |         |         |        |        |
| Винегрет овощной            | 1-4 классы  | 60 С6 1996г       | 060                  | 1,167          | 6,193    | 5,485               | 79,707        | 0,035 | 5,520  |       | 2,356                     | 14,130  | 26,268  | 12,198 | 0,490  |
|                             | 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  |
| Уха                         | 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 |
| ЕЖИКИ в соусе               | 1-4 классы  | 202 С6 2008г      | 090                  | 10,802         | 10,114   | 13,843              | 163,604       | 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 |
| Макаронные изделия отварные | 1-4 классы  | 489 С6 1996г      | 150                  | 5,365          | 4,265    | 37,247              | 203,790       | 0,087 |        | 0,021 | 1,193                     | 10,427  | 45,359  | 8,206  | 0,622  |
|                             | 5-11 классы | 489 С6 1996г      | 180                  | 6,437          | 5,117    | 46,011              | 244,526       | 0,105 |        | 0,025 | 1,431                     | 12,512  | 54,426  | 9,967  | 0,746  |
| Чай с лимоном               | 1-4 классы  | 629 С6 1996г      | 187                  | 0,243          | 0,046    | 13,761              | 53,710        | 0,003 | 2,801  |       |                           | 3,111   | 1,540   | 0,840  | 0,060  |
|                             | 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  | 0,060  |
| 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                  | 2,285          | 0,270    | 14,910              | 67,800        | 0,033 |        |       | 0,500                     | 6,000   | 19,500  | 4,200  | 0,270  |
| Хлеб ржаной                 | 1-4 классы  | ГОСТ 26983-2015   | 020                  | 1,102          | 0,200    | 6,416               | 38,000        | 0,016 |        |       | 0,280                     | 4,200   | 17,400  | 3,800  | 0,400  |
|                             | 5-11 классы | ГОСТ 26983-2015   | 030                  | 1,653          | 0,300    | 9,624               | 57,000        | 0,024 |        |       | 0,500                     | 6,300   | 26,100  | 5,700  | 0,600  |
| <b>ИТОГО:</b>               | Завтрак     | 1-4 классы        | 500                  | 16,502         | 16,784   | 66,666              | 678,711       | 0,321 | 3,260  | 0,030 | 6,046                     | 48,268  | 210,313 | 16,316 | 40,891 |
|                             |             | 5-11 классы       | 560                  | 23,623         | 20,626   | 98,602              | 689,661       | 0,389 | 3,840  | 0,036 | 6,069                     | 58,826  | 242,338 | 17,286 | 32,281 |
|                             | Обед        | 1-4 классы        | 727                  | 24,169         | 23,838   | 102,924             | 686,841       | 0,261 | 37,291 | 0,030 | 7,629                     | 82,230  | 167,412 | 62,141 | 67,966 |
|                             |             | 5-11 классы       | 877                  | 30,269         | 29,831   | 129,622             | 880,872       | 0,332 | 47,946 | 0,033 | 10,637                    | 106,826 | 223,418 | 70,333 | 84,363 |

\* - действует с 01 марта



Циклическое меню

| Наименование блюда                           | № рецептуры | Вес блюда         | Пищевая ценность (г) |                |          | Эн. ценность (ккал) | Витамины (мг) |       |        |       | Минеральные вещества (мг) |         |         |         |         |       |
|--|-------------|-------------------|----------------------|----------------|----------|---------------------|---------------|-------|--------|-------|---------------------------|---------|---------|---------|---------|-------|
|  |             |                   | Белки                | Жиры           | Углеводы |                     | В1            | С     | А      | Е     | Кальций                   | Фосфор  | Магний  | Железо  |         |       |
| <b>Среда</b>                                 |             | <b>2-я неделя</b> |                      | <b>Завтрак</b> |          |                     |               |       |        |       |                           |         |         |         |         |       |
| Помидоры консервированные                    | 1-4 классы  | 24 С6 1996г       | 040                  | 1,120          |          | 0,620               | 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  |         | 0,400 |
| Пельмени отварные с бульоном                 | 1-4 классы  | 293 С6 2015г      | 240                  | 13,846         | 12,100   | 21,451              | 250,136       | 0,201 | 28,500 |       |                           | 805,489 | 86,914  | 35,855  | 2,130   |       |
|  | 5-11 классы | 293 С6 2015г      | 260                  | 19,366         | 16,639   | 29,931              | 347,031       | 0,258 | 38,000 |       |                           | 29,226  | 115,854 | 47,475  | 2,962   |       |
| Чай с сахаром                                | 1-4 классы  | 628 С6 1996г      | 200                  | 0,200          | 0,051    | 15,010              | 57,267        |       | 0,001  |       |                           | 0,346   |         |         |         | 0,653 |
|  | 5-11 классы | 628 С6 1996г      | 200                  | 0,200          | 0,051    | 15,010              | 57,267        |       | 0,001  |       |                           | 0,346   |         |         |         | 0,653 |
| 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   | 0,480   |       |
|  | 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   | 0,770   |       |
| Хлеб ржаной                                  | 1-4 классы  | ГОСТ 26983-2015   | 020                  | 1,102          | 0,200    | 6,416               | 38,000        | 0,016 |        |       | 0,280                     | 4,200   | 17,400  | 3,800   | 0,400   |       |
|  | 5-11 классы | ГОСТ 26983-2015   | 030                  | 1,653          | 0,300    | 9,624               | 57,000        | 0,024 |        |       | 0,500                     | 6,300   | 26,100  | 5,700   | 0,600   |       |
| <b>Среда</b>                                 |             | <b>2-я неделя</b> |                      | <b>Обед</b>    |          |                     |               |       |        |       |                           |         |         |         |         |       |
| Салат из моркови и яблок/Салат из помидоров* | 1-4 классы  | 11 С6 2008г       | 060                  | 0,512          | 6,031    | 8,678               | 89,400        | 0,024 | 2,154  |       |                           | 2,751   | 18,702  | 21,210  | 15,708  | 0,685 |
|  | 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  | 0,442 |
| Борщ с капустой и картофелем со сметаной     | 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  | 56,344  |       |
|  | 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  | 70,053  |       |
| Биштекс в соусе                              | 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                  | 12,565         | 13,566   | 12,404              | 175,920       | 0,025 | 1,020  | 0,002 | 2,210                     | 6,539   | 3,894   | 4,846   | 27,818  |       |
| Картофельное пюре                            | 1-4 классы  | 472 С6 1996г      | 150                  | 3,263          | 4,497    | 26,370              | 154,200       | 0,161 | 25,875 | 0,026 | 0,144                     | 41,310  | 95,910  | 32,805  | 1,390   |       |
|  | 5-11 классы | 472 С6 1996г      | 180                  | 3,916          | 5,396    | 31,644              | 185,040       | 0,193 | 31,050 | 0,031 | 0,172                     | 49,572  | 115,092 | 39,366  | 1,668   |       |
| Компот из сухих фруктов                      | 1-4 классы  | 283 С6 2008г      | 180                  | 0,878          |          | 32,139              | 126,104       | 0,005 | 0,549  |       |                           | 30,740  | 21,137  | 16,470  | 4,158   |       |
|  | 5-11 классы | 283 С6 2008г      | 180                  | 0,878          |          | 32,139              | 126,104       | 0,005 | 0,549  |       |                           | 30,740  | 21,137  | 16,470  | 4,158   |       |
| Хлеб пшеничный                               | 1-4 классы  | ГОСТ 27844-88     | 020                  | 1,520          | 0,180    | 9,940               | 45,200        | 0,022 |        |       | 0,280                     | 4,000   | 13,000  | 2,800   | 0,480   |       |
|  | 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   | 0,770   |       |
| Хлеб ржаной                                  | 1-4 классы  | ГОСТ 26983-2015   | 020                  | 1,102          | 0,200    | 6,416               | 38,000        | 0,016 |        |       | 0,280                     | 4,200   | 17,400  | 3,800   | 0,400   |       |
|  | 5-11 классы | ГОСТ 26983-2015   | 030                  | 1,653          | 0,300    | 9,624               | 57,000        | 0,024 |        |       | 0,500                     | 6,300   | 26,100  | 5,700   | 0,600   |       |
| <b>ИТОГО:</b>                                | Завтрак     | 1-4 классы        | 620                  | 17,786         | 12,531   | 53,337              | 397,043       | 0,217 | 28,600 | 0,000 | 0,280                     | 820,689 | 112,314 | 39,656  | 3,410   |       |
|  |             | 5-11 классы       | 680                  | 22,419         | 17,260   | 70,126              | 412,081       | 0,282 | 38,000 | 0,000 | 0,600                     | 48,026  | 161,954 | 53,176  | 4,162   |       |
|  | Обед        | 1-4 классы        | 730                  | 21,551         | 26,460   | 105,226             | 682,160       | 0,286 | 46,668 | 0,036 | 6,680                     | 142,644 | 229,121 | 103,261 | 99,227  |       |
|  |             | 5-11 классы       | 680                  | 26,462         | 33,610   | 129,747             | 876,064       | 0,380 | 57,234 | 0,036 | 10,236                    | 176,446 | 276,968 | 130,412 | 104,709 |       |

\* - действует с 01 марта

Цикличное меню

| Наименование блюда                              | № рецептуры | Вес блюда         | Пищевая ценность (г) |                |          | Эн. ценность (ккал) | Витамины (мг) |       |         |       | Минеральные вещества (мг) |        |         |         |         |        |
|---|-------------|-------------------|----------------------|----------------|----------|---------------------|---------------|-------|---------|-------|---------------------------|--------|---------|---------|---------|--------|
|   |             |                   | Белки                | Жиры           | Углеводн |                     | В1            | С     | А       | Е     | Кальций                   | Фосфор | Магний  | Железо  |         |        |
| <b>Четверг</b>                                  |             | <b>2-я неделя</b> |                      | <b>Завтрак</b> |          |                     |               |       |         |       |                           |        |         |         |         |        |
| Огурцы соленые                                  | 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       | 040                  | 1,120          |          | 0,520               | 6,440         |       |         |       |                           |        | 10,000  | 8,000   |         | 0,480  |
| Плов из говядины                                | 1-4 классы  | 193 С6 2006г      | 200                  | 14,971         | 19,213   | 40,528              | 362,073       | 0,106 | 2,697   |       |                           | 2,849  | 33,235  | 65,123  | 21,137  | 3,101  |
|   | 5-11 классы | 193 С6 2006г      | 250                  | 17,956         | 17,934   | 54,034              | 433,536       | 0,126 | 3,556   |       |                           | 3,650  | 41,941  | 90,771  | 27,628  | 3,449  |
| Чай с сахаром                                   | 1-4 классы  | 628 С6 1996г      | 200                  | 0,200          | 0,051    | 15,010              | 57,267        |       | 0,001   |       |                           |        | 0,346   |         |         | 0,053  |
|   | 5-11 классы | 628 С6 1996г      | 200                  | 0,200          | 0,051    | 15,010              | 57,267        |       | 0,001   |       |                           |        | 0,346   |         |         | 0,053  |
| Хлеб пшеничный                                  | 1-4 классы  | ГОСТ 27844-88     | 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  |
| Хлеб ржаной                                     | 1-4 классы  | ГОСТ 26983-2015   | 030                  | 1,653          | 0,300    | 9,624               | 57,000        | 0,024 |         |       |                           | 0,500  | 6,300   | 25,100  | 5,700   | 0,500  |
|   | 5-11 классы | ГОСТ 26983-2015   | 030                  | 1,653          | 0,300    | 9,624               | 57,000        | 0,024 |         |       |                           | 0,500  | 6,300   | 25,100  | 5,700   | 0,500  |
| <b>Четверг</b>                                  |             | <b>2-я неделя</b> |                      | <b>Обед</b>    |          |                     |               |       |         |       |                           |        |         |         |         |        |
| Салат из белокочанной капусты/Салат из огурцов* | 1-4 классы  | 62 С6 1997г       | 060                  | 0,929          | 3,003    | 5,968               | 53,564        | 0,032 | 25,950  |       |                           | 1,298  | 24,878  | 17,963  | 9,848   | 0,489  |
|   | 5-11 классы | 92 С6 1997г       | 160                  | 1,590          | 5,005    | 9,951               | 89,292        | 0,053 | 39,950  |       |                           | 2,163  | 41,494  | 29,959  | 16,424  | 0,816  |
| Суп картофельный с горохом                      | 1-4 классы  | 138 С6 1996г      | 200                  | 4,746          | 4,302    | 18,572              | 127,580       | 0,202 | 9,300   |       |                           | 3,215  | 25,820  | 69,500  | 28,200  | 1,556  |
|   | 5-11 классы | 138 С6 1996г      | 250                  | 5,937          | 5,378    | 23,215              | 159,475       | 0,253 | 11,625  |       |                           | 4,019  | 32,275  | 86,875  | 35,250  | 1,945  |
| Котлеты из мятой с соусом                       | 1-4 классы  | 162 С6 2008г      | 90                   | 9,080          | 5,499    | 9,271               | 95,702        | 0,057 | 1,645   | 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              | 129,098       | 0,078 | 2,295   | 0,03  |                           | 2,39   | 20,153  | 40,117  | 43,305  | 28,422 |
| Картофель и овощи тушеные                       | 1-4 классы  | 251 С6 1997г      | 150                  | 3,675          | 11,419   | 35,220              | 250,013       | 0,215 | 35,625  |       |                           | 4,787  | 23,400  | 108,525 | 43,575  | 1,622  |
|   | 5-11 классы | 251 С6 1997г      | 180                  | 4,410          | 13,703   | 42,264              | 300,015       | 0,258 | 42,750  |       |                           | 5,745  | 28,080  | 130,230 | 52,290  | 1,946  |
| Сок фруктовый                                   | 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  |
| 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  | 3,900   | 0,400  |
|   | 5-11 классы | ГОСТ 26983-2015   | 030                  | 1,653          | 0,300    | 9,624               | 57,000        | 0,024 |         |       |                           | 0,500  | 6,300   | 25,100  | 5,700   | 0,500  |
| <b>ИТОГО:</b>                                   | Завтрак     | 1-4 классы        | 600                  | 19,924         | 16,834   | 80,652              | 660,690       | 0,163 | 2,698   | 0,000 |                           | 3,649  | 66,881  | 121,723 | 31,037  | 4,604  |
|   |             | 5-11 классы       | 660                  | 23,249         | 18,656   | 94,058              | 622,043       | 0,183 | 3,556   | 0,000 |                           | 4,650  | 64,687  | 144,371 | 37,628  | 4,652  |
|   | Обед        | 1-4 классы        | 726                  | 21,963         | 24,603   | 106,447             | 694,659       | 0,662 | 74,320  | 0,022 |                           | 11,577 | 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 |                           | 15,317 | 148,702 | 348,981 | 166,169 | 34,369 |

\* действует с 01 марта

Циклическое меню

| Наименование Блюда                |             | № рецептуры       | Бес-<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>Пятница</b>                    |             | <b>2-я неделя</b> |               | <b>Завтрак</b>       |        |          |                           |               |        |       |       |                           |         |        |        |       |
| Икра кабачковая(порционная)       | 1-4 классы  | 31 С6 1997г       | 020           | 0,400                | 1,800  | 1,720    | 24,400                    | 0,004         | 1,400  |       |       |                           | 8,200   | 13,400 | 7,000  | 1,400 |
|                                   | 5-11 классы | 31 С6 1997г       | 030           | 0,600                | 2,700  | 2,580    | 36,600                    | 0,006         | 2,100  |       |       |                           | 12,300  | 20,100 | 10,500 | 2,100 |
| Стейк(Шницель) из курицы с соусом | 1-4 классы  | 520 С6 1997г      | 030           | 11,848               | 8,565  | 2,097    | 169,992                   | 0,006         | 0,960  | 0,003 | 1,305 | 2,754                     | 5,192   | 2,472  | 39,838 |       |
|                                   | 5-11 классы | 520 С6 1997г      | 100           | 12,895               | 9,188  | 5,094    | 207,500                   | 0,004         | 0,720  | 0,002 | 1,786 | 2,073                     | 3,894   | 1,854  | 27,628 |       |
| Макаронные изделия отварные       | 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  |       |
| Котлет из курицы                  | 1-4 классы  | 280 С6 2008г      | 200           | 1,924                |        | 44,343   | 176,440                   | 0,037         | 1,480  |       |       | 635,690                   | 54,020  | 38,850 | 0,960  |       |
|                                   | 5-11 классы | 280 С6 2008г      | 200           | 1,924                |        | 44,343   | 176,440                   | 0,037         | 1,480  |       |       | 635,690                   | 54,020  | 38,850 | 0,960  |       |
| 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  | 0,160  |       |
|                                   | 5-11 классы | ГОСТ 27844-88     | 025           | 1,960                | 0,225  | 12,425   | 56,500                    | 0,028         |        |       | 0,420 | 5,000                     | 16,250  | 3,500  | 0,225  |       |
| Хлеб ржаной                       | 1-4 классы  | ГОСТ 26983-2015   | 020           | 1,102                | 0,200  | 6,416    | 38,000                    | 0,016         |        |       | 0,280 | 4,200                     | 17,400  | 3,800  | 0,400  |       |
|                                   | 5-11 классы | ГОСТ 26983-2015   | 025           | 1,378                | 0,250  | 8,020    | 47,500                    | 0,020         |        |       | 0,420 | 5,250                     | 21,750  | 4,750  | 0,500  |       |
| <b>Пятница</b>                    |             | <b>2-я неделя</b> |               | <b>Обед</b>          |        |          |                           |               |        |       |       |                           |         |        |        |       |
| Салат Степной                     | 1-4 классы  | 111 С6 2008г      | 060           | 1,075                | 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  |       |
| Суп из овощей                     | 1-4 классы  | 132 С6 1996г      | 200           | 3,514                | 3,525  | 10,490   | 76,426                    | 0,073         | 17,800 |       | 1,550 | 18,880                    | 40,380  | 17,180 | 0,636  |       |
|                                   | 5-11 классы | 132 С6 1996г      | 250           | 3,893                | 4,405  | 13,113   | 95,533                    | 0,091         | 22,250 |       | 1,937 | 23,600                    | 50,475  | 21,475 | 0,795  |       |
| Тфтели с соусом                   | 1-4 классы  | 423 С6 1996г      | 090           | 6,802                | 7,114  | 9,623    | 121,904                   | 0,022         | 2,460  |       | 2,145 | 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 |       |
| Рис отварной                      | 1-4 классы  | 465 С6 1996г      | 150           | 3,868                | 5,218  | 41,803   | 219,038                   | 0,044         |        | 0,027 | 0,492 | 14,580                    | 53,730  | 11,543 | 0,386  |       |
|                                   | 5-11 классы | 465 С6 1996г      | 180           | 4,641                | 6,261  | 50,163   | 262,845                   | 0,053         |        | 0,032 | 0,482 | 17,496                    | 64,476  | 13,851 | 1,183  |       |
| Чай с лимоном                     | 1-4 классы  | 629 с6 1996г      | 187           | 0,243                | 0,046  | 13,761   | 53,710                    | 0,003         | 2,801  |       |       | 3,111                     | 1,540   | 0,840  | 0,890  |       |
|                                   | 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  | 0,890  |       |
| 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  | 14,810   | 67,800                    | 0,033         |        |       | 0,500 | 6,000                     | 19,500  | 4,200  | 0,270  |       |
| Хлеб ржаной                       | 1-4 классы  | ГОСТ 26983-2015   | 020           | 1,102                | 0,200  | 6,416    | 38,000                    | 0,016         |        |       | 0,280 | 4,200                     | 17,400  | 3,800  | 0,400  |       |
|                                   | 5-11 классы | ГОСТ 26983-2015   | 030           | 1,653                | 0,300  | 9,624    | 57,000                    | 0,024         |        |       | 0,500 | 6,300                     | 26,100  | 5,700  | 0,600  |       |
| ИТОГО:                            | Завтрак     | 1-4 классы        | 600           | 21,959               | 16,010 | 101,763  | 667,822                   | 0,172         | 3,840  | 0,024 | 3,069 | 665,261                   | 148,371 | 63,228 | 39,500 |       |
|                                   |             | 5-11 классы       | 660           | 26,134               | 17,480 | 116,473  | 765,068                   | 0,200         | 4,300  | 0,027 | 4,068 | 672,826                   | 170,440 | 69,421 | 31,269 |       |
|                                   | Обед        | 1-4 классы        | 727           | 16,126               | 26,431 | 87,002   | 668,640                   | 0,239         | 31,221 | 0,048 | 7,462 | 63,641                    | 185,727 | 66,004 | 39,939 |       |
|                                   |             | 5-11 классы       | 877           | 21,704               | 35,943 | 121,636  | 869,689                   | 0,329         | 41,471 | 0,067 | 6,973 | 83,764                    | 262,788 | 76,562 | 31,864 |       |

Год действует с 01 марта