

СОГЛАСОВАНО:

Директор ГБОУ СОШ(ООШ) *г. 2*



*Мирайловская Н.Н.*

*20* *Сентября*

*2024* г.

УЖ  
ДЕ  
ЛИ  
В

УТВЕРЖДАЮ:

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



*20* *Сентября*

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

Осенне-зимнее (весеннее - \*)

Согласовано:

Председатель Управляющего Совета

К. И. Макаруева

**Циклическое меню**

| Наименование блюда          | № рецептуры    | Вес блюда         | Пищевая ценность (г) |               |               | Эн. ценность (ккал) | Витамины (мг)  |              |                |              | Минеральные вещества (мг) |                |                |                |                |
|-----------------------------|----------------|-------------------|----------------------|---------------|---------------|---------------------|----------------|--------------|----------------|--------------|---------------------------|----------------|----------------|----------------|----------------|
|                             |                |                   | Белки                | Жиры          | Углеводы      |                     | В1             | С            | А              | Е            | Кальций                   | Фосфор         | Магний         | Железо         |                |
| <b>Понедельник</b>          |                | <b>1-я неделя</b> |                      |               |               |                     | <b>Завтрак</b> |              |                |              |                           |                |                |                |                |
| Кукуруза консервированная   | 1-4 классы     | 24 С6.1996г.      | 020                  | 0,700         | 0,560         | 3,120               | 20,200         | 0,080        |                |              |                           | 9,200          |                |                | 0,084          |
|                             | 5-11 классы    | 24 С6.1996г.      | 030                  | 1,050         | 0,840         | 4,680               | 30,300         | 0,120        |                |              |                           | 13,800         |                |                | 0,126          |
| Биточки с соусом            | 1-4 классы     | 423 С6.1996г.     | 90                   | 10,843        | 10,030        | 9,974               | 133,166        | 0,020        | 1,160          | 0,003        | 1,306                     | 5,792          | 14,492         | 4,558          | 36,970         |
|                             | 5-11 классы    | 423 С6.1996г.     | 100                  | 12,665        | 13,566        | 12,404              | 175,920        | 0,025        | 1,020          | 0,002        | 2,210                     | 6,539          | 3,894          | 4,846          | 27,818         |
| 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          |
| Чай с сахаром               | 1-4 классы     | 628 С6.1996г.     | 200                  | 0,200         | 0,051         | 15,010              | 57,267         |              | 0,001          |              |                           | 0,346          |                |                | 0,053          |
|                             | 5-11 классы    | 628 С6.1996г.     | 200                  | 0,200         | 0,051         | 15,010              | 57,267         |              | 0,001          |              |                           | 0,346          |                |                | 0,053          |
| Хлеб пшеничный              | 1-4 классы     | ГОСТ 27844-88     | 020                  | 1,520         | 0,180         | 9,940               | 45,200         | 0,022        |                |              | 0,280                     | 4,000          | 13,000         | 2,800          | 0,180          |
|                             | 5-11 классы    | ГОСТ 27844-88     | 025                  | 1,900         | 0,250         | 12,425              | 56,500         | 0,028        |                |              | 0,420                     | 5,000          | 16,250         | 3,500          | 0,225          |
| Хлеб ржаной                 | 1-4 классы     | ГОСТ 26983-2015   | 020                  | 1,102         | 0,200         | 6,416               | 38,000         | 0,016        |                |              | 0,280                     | 4,200          | 17,400         | 3,800          | 0,400          |
|                             | 5-11 классы    | ГОСТ 26983-2015   | 025                  | 1,378         | 0,250         | 8,020               | 47,500         | 0,020        |                |              | 0,420                     | 5,250          | 21,750         | 4,750          | 0,500          |
| <b>Понедельник</b>          |                | <b>1-я неделя</b> |                      |               |               |                     | <b>Обед</b>    |              |                |              |                           |                |                |                |                |
| Винегрет овощной            | 1-4 классы     | 60 С6.1996г.      | 060                  | 1,167         | 6,193         | 5,485               | 79,707         | 0,035        |                |              | 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        |                |              | 4,494                     | 23,550         | 43,780         | 20,330         | 0,816          |
| Суп картофельный с горохом  | 1-4 классы     | 138 С6.1996г.     | 200                  | 4,746         | 4,302         | 18,572              | 127,580        | 0,202        |                |              | 3,215                     | 25,820         | 69,500         | 28,200         | 1,556          |
|                             | 5-11 классы    | 138 С6.1996г.     | 250                  | 5,933         | 5,378         | 23,215              | 159,475        | 0,253        |                |              | 4,019                     | 32,275         | 86,875         | 35,250         | 1,945          |
| Котлеты куриные 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         |
| Капуста тушеная             | 1-4 классы     | 482 С6.1996г.     | 150                  | 3,593         | 5,267         | 16,511              | 123,461        | 0,111        | 88,320         |              | 2,241                     | 83,598         | 62,415         | 31,572         | 84,606         |
|                             | 5-11 классы    | 482 С6.1996г.     | 180                  | 4,316         | 6,321         | 19,898              | 148,280        | 0,133        | 105,985        |              | 2,689                     | 100,330        | 74,925         | 37,886         | 101,068        |
| Компот из сухофруктов       | 1-4 классы     | 283 С6.2008г.     | 180                  | 0,878         |               | 32,139              | 126,104        | 0,005        | 0,549          |              |                           | 30,740         | 21,137         | 16,470         | 4,158          |
|                             | 5-11 классы    | 283 С6.2008г.     | 180                  | 0,878         |               | 32,139              | 126,104        | 0,005        | 0,549          |              |                           | 30,740         | 21,137         | 16,470         | 4,158          |
| Хлеб пшеничный              | 1-4 классы     | ГОСТ 27844-88     | 020                  | 1,520         | 0,180         | 9,940               | 45,200         | 0,022        |                |              | 0,280                     | 4,000          | 13,000         | 2,800          | 0,180          |
|                             | 5-11 классы    | ГОСТ 27844-88     | 030                  | 2,280         | 0,270         | 14,910              | 67,800         | 0,033        |                |              | 0,500                     | 6,000          | 19,500         | 4,200          | 0,270          |
| Хлеб ржаной                 | 1-4 классы     | ГОСТ 26983-2015   | 020                  | 1,102         | 0,200         | 6,416               | 38,000         | 0,016        |                |              | 0,280                     | 4,200          | 17,400         | 3,800          | 0,400          |
|                             | 5-11 классы    | ГОСТ 26983-2015   | 030                  | 1,653         | 0,300         | 9,624               | 57,000         | 0,024        |                |              | 0,500                     | 6,300          | 26,100         | 5,700          | 0,600          |
| <b>Понедельник</b>          |                | <b>1-я неделя</b> |                      |               |               |                     | <b>Полдник</b> |              |                |              |                           |                |                |                |                |
| Булочка "Загадка"           | 1-4 классы     |                   | 075                  | 4,950         | 3,375         | 47,100              | 245,250        |              |                |              |                           |                |                |                |                |
|                             | 5-11 классы    |                   | 100                  | 6,600         | 4,500         | 62,800              | 327,000        |              |                |              |                           |                |                |                |                |
| Сок фруктовый, (1 шт)       | 1-4 классы     | 293 С6.2008г.     | 200                  | 1,000         |               | 23,400              | 94,000         | 0,020        | 4,000          |              |                           | 14,000         | 14,000         | 8,000          | 0,600          |
|                             | 5-11 классы    | 293 С6.2008г.     | 200                  | 1,000         |               | 23,400              | 94,000         | 0,020        | 4,000          |              |                           | 14,000         | 14,000         | 8,000          | 0,600          |
| <b>ИТОГО:</b>               | <b>Завтрак</b> | 1-4 классы        | <b>600</b>           | <b>19,730</b> | <b>16,286</b> | <b>81,707</b>       | <b>497,623</b> | <b>0,226</b> | <b>1,161</b>   | <b>0,024</b> | <b>3,069</b>              | <b>33,965</b>  | <b>90,251</b>  | <b>19,464</b>  | <b>38,309</b>  |
|                             |                | 5-11 классы       | <b>660</b>           | <b>23,630</b> | <b>20,074</b> | <b>98,660</b>       | <b>612,015</b> | <b>0,298</b> | <b>1,021</b>   | <b>0,027</b> | <b>4,481</b>              | <b>43,447</b>  | <b>96,320</b>  | <b>23,063</b>  | <b>29,468</b>  |
|                             | <b>Обед</b>    | 1-4 классы        | <b>720</b>           | <b>21,960</b> | <b>26,172</b> | <b>99,037</b>       | <b>673,218</b> | <b>0,411</b> | <b>104,849</b> | <b>0,003</b> | <b>10,018</b>             | <b>168,280</b> | <b>224,212</b> | <b>99,698</b>  | <b>128,360</b> |
|                             |                | 5-11 классы       | <b>870</b>           | <b>28,345</b> | <b>34,166</b> | <b>121,272</b>      | <b>867,424</b> | <b>0,631</b> | <b>128,379</b> | <b>0,002</b> | <b>14,412</b>             | <b>206,734</b> | <b>276,211</b> | <b>124,682</b> | <b>136,675</b> |
|                             | <b>Полдник</b> | 1-4 классы        | <b>276</b>           | <b>5,950</b>  | <b>3,376</b>  | <b>70,600</b>       | <b>339,250</b> | <b>0,020</b> | <b>4,000</b>   | <b>0,000</b> | <b>0,000</b>              | <b>14,000</b>  | <b>14,000</b>  | <b>8,000</b>   | <b>0,600</b>   |
|                             |                | 5-11 классы       | <b>300</b>           | <b>7,600</b>  | <b>4,600</b>  | <b>86,200</b>       | <b>421,000</b> | <b>0,020</b> | <b>4,000</b>   | <b>0,000</b> | <b>0,000</b>              | <b>14,000</b>  | <b>14,000</b>  | <b>8,000</b>   | <b>0,600</b>   |

\* - 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 геркулесовая молочная жидкая с маслом, сахаром | 1-4 классы     | 109 С6.2008г.         | 160        | 4,988                | 8,935          | 25,262         | 190,354             | 0,151         | 1,320         | 0,066        | 2,256        | 176,695                   | 203,345        | 44,880         | 1,366          |
|   | 5-11 классы    | 109 С6.2008г.         | 210        | 6,623                | 11,720         | 32,660         | 236,336             | 0,201         | 1,760         | 0,075        | 3,135        | 234,760                   | 270,460        | 59,740         | 1,810          |
| Сок фруктовый, (1 шт)                               | 1-4 классы     | 293 С6.2008г.         | 200        | 1,000                |                | 23,400         | 94,000              | 0,020         | 4,000         |              |              | 14,000                    | 14,000         | 8,000          | 0,600          |
|   | 5-11 классы    | 293 С6.2008г.         | 200        | 1,000                |                | 23,400         | 94,000              | 0,020         | 4,000         |              |              | 14,000                    | 14,000         | 8,000          | 0,600          |
| 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          | 20,760         | 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>Вторник</b>                                      |                | <b>1-я неделя</b>     |            |                      | <b>Обед</b>    |                |                     |               |               |              |              |                           |                |                |                |
| Салат из моркови и яблок/Салат из помидоров*        | 1-4 классы     | 11 С6.2008г.          | 060        | 0,512                | 6,031          | 8,678          | 89,400              | 0,024         | 2,154         |              | 2,751        | 18,702                    | 21,210         | 15,708         | 0,085          |
|   | 5-11 классы    | 11 С6.2008г.          | 100        | 0,853                | 7,750          | 14,464         | 149,000             | 0,040         | 3,590         |              | 4,584        | 31,170                    | 35,350         | 26,180         | 0,142          |
| Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной      | 1-4 классы     | 120 С6.1996г.         | 220        | 1,804                | 5,530          | 8,801          | 85,780              | 0,066         | 26,510        | 0,006        | 1,774        | 37,540                    | 43,204         | 18,240         | 19,102         |
|   | 5-11 классы    | 120 С6.1996г.         | 260        | 2,181                | 6,538          | 10,929         | 104,325             | 0,082         | 33,125        | 0,006        | 2,214        | 44,675                    | 52,455         | 22,550         | 23,875         |
| Рагу овощное с говядиной                            | 1-4 классы     | 394 С6.1996г.         | 180        | 16,899               | 15,013         | 31,176         | 293,648             | 0,201         | 28,500        |              |              | 806,489                   | 86,914         | 35,855         | 2,530          |
|   | 5-11 классы    | 394 С6.1996г.         | 230        | 18,279               | 18,058         | 40,568         | 360,318             | 0,258         | 38,000        |              |              | 29,226                    | 115,854        | 47,475         | 2,962          |
| Компот из кураги                                    | 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                | 0,200          | 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>Вторник</b>                                      |                | <b>1-я неделя</b>     |            |                      | <b>Полдник</b> |                |                     |               |               |              |              |                           |                |                |                |
| 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          |
| Сыр   | 1-4 классы     | СТО 71063300-003-     | 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-     | 025        | 5,590                | 5,470          |                | 74,060              |               | 0,797         | 0,069        | 0,094        | 201,560                   | 159,375        | 10,625         | 212,500        |
| 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>ИТОГО:</b>                                       | <b>Завтрак</b> | 1-4 классы            | <b>616</b> | <b>16,308</b>        | <b>15,663</b>  | <b>86,492</b>  | <b>664,164</b>      | <b>0,268</b>  | <b>6,730</b>  | <b>0,109</b> | <b>3,397</b> | <b>438,866</b>            | <b>434,046</b> | <b>85,480</b>  | <b>139,607</b> |
|   |                | 5-11 классы           | <b>676</b> | <b>18,733</b>        | <b>18,448</b>  | <b>99,080</b>  | <b>633,736</b>      | <b>0,323</b>  | <b>7,170</b>  | <b>0,118</b> | <b>4,626</b> | <b>499,430</b>            | <b>609,360</b> | <b>103,640</b> | <b>140,101</b> |
|   | <b>Обед</b>    | 1-4 классы            | <b>700</b> | <b>23,761</b>        | <b>26,964</b>  | <b>109,364</b> | <b>728,468</b>      | <b>0,366</b>  | <b>68,644</b> | <b>0,006</b> | <b>5,086</b> | <b>1606,621</b>           | <b>236,748</b> | <b>116,263</b> | <b>22,367</b>  |
|   |                | 5-11 классы           | <b>860</b> | <b>27,170</b>        | <b>32,916</b>  | <b>134,838</b> | <b>914,883</b>      | <b>0,474</b>  | <b>76,195</b> | <b>0,006</b> | <b>7,798</b> | <b>763,061</b>            | <b>303,279</b> | <b>144,966</b> | <b>27,909</b>  |
|   | <b>Полдник</b> | 1-4 классы            | <b>266</b> | <b>7,740</b>         | <b>3,900</b>   | <b>44,160</b>  | <b>236,800</b>      | <b>0,080</b>  | <b>4,610</b>  | <b>0,026</b> | <b>1,060</b> | <b>163,000</b>            | <b>148,800</b> | <b>28,000</b>  | <b>137,200</b> |
|   |                | 5-11 классы           | <b>276</b> | <b>10,640</b>        | <b>6,970</b>   | <b>49,360</b>  | <b>286,060</b>      | <b>0,096</b>  | <b>4,797</b>  | <b>0,069</b> | <b>1,344</b> | <b>228,060</b>            | <b>214,376</b> | <b>36,126</b>  | <b>213,860</b> |

\* - 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 солёные                           | 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 |
| Рыба, тушеная в томате с овощами         | 1-4 классы     | 309 С6.1996г.     | 90                   | 8,330          | 10,229   | 5,112               | 78,254        | 0,066 | 3,700  |       | 1,276                     | 14,540 | 19,460  | 39,142  | 92,485 |       |
|  | 5-11 классы    | 309 С6.1996г.     | 100                  | 10,261         | 12,642   | 5,112               | 107,499       | 0,066 | 3,700  |       | 2,255                     | 14,540 | 19,460  | 46,062  | 92,582 |       |
| Картофельное пюре                        | 1-4 классы     | 472 С6.1996г.     | 150                  | 3,263          | 4,497    | 26,370              | 154,200       | 0,161 | 25,875 | 0,026 | 0,144                     | 41,310 | 95,910  | 32,805  | 1,390  |       |
|  | 5-11 классы    | 472 С6.1996г.     | 180                  | 3,916          | 5,396    | 31,644              | 185,040       | 0,193 | 31,050 | 0,031 | 0,172                     | 49,572 | 115,092 | 39,366  | 1,668  |       |
| Компот из свежих яблок                   | 1-4 классы     | 702 С6.1997г.     | 200                  | 0,080          |          | 33,552              | 127,760       | 0,004 | 0,720  |       |                           | 0,480  | 2,400   | 4,000   | 0,152  |       |
|  | 5-11 классы    | 702 С6.1997г.     | 200                  | 0,080          |          | 33,552              | 127,760       | 0,004 | 0,720  |       |                           | 0,480  | 2,400   | 4,000   | 0,152  |       |
| Хлеб пшеничный                           | 1-4 классы     | ГОСТ 27844-88     | 020                  | 1,520          | 0,180    | 9,940               | 45,200        | 0,022 |        |       | 0,280                     | 4,000  | 13,000  | 2,800   | 0,180  |       |
|  | 5-11 классы    | ГОСТ 27844-88     | 025                  | 1,900          | 0,250    | 12,425              | 56,500        | 0,028 |        |       | 0,420                     | 5,000  | 16,250  | 3,500   | 0,225  |       |
| Хлеб ржаной                              | 1-4 классы     | ГОСТ 26983-2015   | 020                  | 1,102          | 0,200    | 6,416               | 38,000        | 0,016 |        |       | 0,280                     | 4,200  | 17,400  | 3,800   | 0,400  |       |
|  | 5-11 классы    | ГОСТ 26983-2015   | 025                  | 1,378          | 0,250    | 8,020               | 47,500        | 0,020 |        |       | 0,420                     | 5,250  | 21,750  | 4,750   | 0,500  |       |
| <b>Среда</b>                             |                | <b>1-я неделя</b> |                      | <b>Обед</b>    |          |                     |               |       |        |       |                           |        |         |         |        |       |
| Салат из свеклы отварной                 | 1-4 классы     | 23 С6.2008г.      | 060                  | 0,969          | 6,997    | 6,156               | 109,330       | 0,011 | 5,700  |       | 1,340                     | 21,090 | 24,510  | 24,510  | 0,798  |       |
|  | 5-11 классы    | 23 С6.2008г.      | 100                  | 1,615          | 8,995    | 10,260              | 145,550       | 0,019 | 9,500  |       | 2,233                     | 35,150 | 40,850  | 40,850  | 1,330  |       |
| Суп картофельный с макаронными изделиями | 1-4 классы     | 139 С6.1996г.     | 250                  | 2,840          | 2,673    | 23,945              | 125,525       | 0,116 | 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       | 0,116 | 16,500 |       | 1,343                     | 17,500 | 63,500  | 24,050  | 0,887  |       |
| Плов из птицы(филе куриное)              | 1-4 классы     | 893 С6.1998г.     | 150                  | 15,415         | 12,435   | 34,129              | 295,147       | 0,077 | 1,434  | 0,019 | 2,910                     | 22,412 | 150,786 | 25,502  | 1,556  |       |
|  | 5-11 классы    | 893 С6.1998г.     | 200                  | 18,742         | 15,244   | 45,518              | 376,844       | 0,103 | 1,940  | 0,025 | 3,880                     | 29,964 | 200,972 | 34,006  | 2,076  |       |
| Чай с сахаром                            | 1-4 классы     | 628 С6.1996г.     | 200                  | 0,200          | 0,051    | 15,010              | 57,267        |       | 0,001  |       |                           | 0,346  |         |         | 0,053  |       |
|  | 5-11 классы    | 628 С6.1996г.     | 200                  | 0,200          | 0,051    | 15,010              | 57,267        |       | 0,001  |       |                           | 0,346  |         |         | 0,053  |       |
| Хлеб пшеничный                           | 1-4 классы     | ГОСТ 27844-88     | 020                  | 1,520          | 0,180    | 9,940               | 45,200        | 0,022 |        |       | 0,280                     | 4,000  | 13,000  | 2,800   | 0,180  |       |
|  | 5-11 классы    | ГОСТ 27844-88     | 030                  | 2,280          | 0,270    | 14,910              | 67,800        | 0,033 |        |       | 0,500                     | 6,000  | 19,500  | 4,200   | 0,270  |       |
| Хлеб ржаной                              | 1-4 классы     | ГОСТ 26983-2015   | 020                  | 1,102          | 0,200    | 6,416               | 38,000        | 0,016 |        |       | 0,280                     | 4,200  | 17,400  | 3,800   | 0,400  |       |
|  | 5-11 классы    | ГОСТ 26983-2015   | 030                  | 1,653          | 0,300    | 9,624               | 57,000        | 0,024 |        |       | 0,500                     | 6,300  | 26,100  | 5,700   | 0,600  |       |
| <b>Среда</b>                             |                | <b>1-я неделя</b> |                      | <b>Полдник</b> |          |                     |               |       |        |       |                           |        |         |         |        |       |
| 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 |
| Кондитерские изделия (вафля)             | 1-4 классы     | 29 С6.1997г.      | 050                  | 1,600          | 15,100   | 30,140              | 263,000       |       |        |       |                           |        |         |         |        |       |
|  | 5-11 классы    | 29 С6.1997г.      | 050                  | 1,600          | 15,100   | 30,140              | 263,000       |       |        |       |                           |        |         |         |        |       |
| <b>ИТОГО:</b>                            | <b>Завтрак</b> | 1-4 классы        | 600                  | 14,855         | 16,106   | 81,660              | 446,634       | 0,269 | 30,296 | 0,026 | 1,980                     | 69,630 | 162,170 | 82,647  | 94,847 |       |
|  |                | 5-11 классы       | 660                  | 18,375         | 18,638   | 91,143              | 629,129       | 0,311 | 35,470 | 0,031 | 3,267                     | 82,342 | 180,962 | 97,678  | 96,487 |       |
|  | <b>Обед</b>    | 1-4 классы        | 700                  | 22,046         | 22,536   | 95,596              | 670,469       | 0,244 | 23,636 | 0,019 | 6,163                     | 69,648 | 269,196 | 80,662  | 3,874  |       |
|  |                | 5-11 классы       | 810                  | 27,330         | 27,633   | 119,267             | 829,986       | 0,297 | 27,941 | 0,025 | 8,466                     | 95,260 | 350,922 | 108,806 | 6,216  |       |
|  | <b>Полдник</b> | 1-4 классы        | 250                  | 2,600          | 16,100   | 63,640              | 367,000       | 0,020 | 4,000  | 0,000 | 0,000                     | 14,000 | 14,000  | 8,000   | 0,600  |       |
|  |                | 5-11 классы       | 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  |       |

\* - 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 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   |
| Люля-кебаб с соусом                       | 1-4 классы     | 428 Сб.1996г.     | 90                   | 7,630          | 10,170   | 9,450               | 158,000       | 0,022 | 1,150   | 0,003 | 1,306                     | 5,957   | 15,412  | 4,748  | 36,981  |
|   | 5-11 классы    | 428 Сб.1996г.     | 100                  | 11,355         | 13,566   | 12,415              | 176,020       | 0,025 | 0,970   | 0,002 | 1,798                     | 6,379   | 17,384  | 4,856  | 27,818  |
| Макаронные изделия отварные               | 1-4 классы     | 469 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   |
|   | 5-11 классы    | 469 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   |
| 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               | 45,200        | 0,022 |         |       | 0,280                     | 4,000   | 13,000  | 2,800  | 0,180   |
|   | 5-11 классы    | ГОСТ 27844-88     | 025                  | 1,900          | 0,250    | 12,425              | 56,500        | 0,028 |         |       | 0,420                     | 5,000   | 16,250  | 3,500  | 0,225   |
| Хлеб ржаной                               | 1-4 классы     | ГОСТ 26983-2015   | 020                  | 1,102          | 0,200    | 6,416               | 38,000        | 0,016 |         |       | 0,280                     | 4,200   | 17,400  | 3,800  | 0,400   |
|   | 5-11 классы    | ГОСТ 26983-2015   | 025                  | 1,378          | 0,250    | 8,020               | 47,500        | 0,020 |         |       | 0,420                     | 5,250   | 21,750  | 4,750  | 0,500   |
| <b>Четверг</b>                            |                | <b>1-я неделя</b> |                      | <b>Обед</b>    |          |                     |               |       |         |       |                           |         |         |        |         |
| Салат картофельный с огурцами             | 1-4 классы     | 37 Сб.2015г.      | 060                  | 1,276          | 1,836    | 7,317               | 49,219        | 0,044 | 7,078   |       | 0,813                     | 12,707  | 28,457  | 10,584 | 0,533   |
|   | 5-11 классы    | 37 Сб.2015г.      | 100                  | 2,126          | 3,060    | 12,196              | 82,032        | 0,073 | 11,796  |       | 1,354                     | 21,177  | 47,427  | 17,639 | 0,888   |
| Борщ с капустой и картофелем, со сметаной | 1-4 классы     | 110 Сб.1996г.     | 210                  | 3,833          | 5,522    | 11,708              | 96,080        | 0,048 | 16,830  | 0,006 | 1,819                     | 37,900  | 45,972  | 27,120 | 56,044  |
|   | 5-11 классы    | 110 Сб.1996г.     | 260                  | 4,217          | 6,528    | 14,562              | 117,200       | 0,060 | 21,025  | 0,006 | 2,270                     | 45,125  | 55,915  | 33,650 | 70,053  |
| ЕЖИКИ в соусе                             | 1-4 классы     | 202 Сб.2008г.     | 090                  | 10,802         | 10,114   | 13,843              | 163,904       | 0,022 | 2,460   | 0,003 | 1,306                     | 8,822   | 20,641  | 5,957  | 37,071  |
|   | 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  | 25,817  | 6,746  | 27,956  |
| Каша гречневая рассыпчатая                | 1-4 классы     | 463 Сб.1996г.     | 150                  | 7,716          | 5,384    | 26,323              | 232,585       | 0,255 |         | 0,021 | 4,160                     | 30,396  | 154,621 | 0,158  | 2,985   |
|   | 5-11 классы    | 463 Сб.1996г.     | 180                  | 8,715          | 6,460    | 32,561              | 278,971       | 0,306 |         | 0,025 | 4,989                     | 36,456  | 185,444 | 0,189  | 3,560   |
| Напиток из шиповника                      | 1-4 классы     | 289 Сб.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 Сб.2008г.     | 180                  | 0,720          |          | 24,273              | 96,705        | 0,027 | 216,000 |       | 0,308                     | 12,150  | 3,600   | 3,600  | 5,081   |
| Хлеб пшеничный                            | 1-4 классы     | ГОСТ 27844-88     | 020                  | 1,520          | 0,180    | 9,940               | 45,200        | 0,022 |         |       | 0,280                     | 4,000   | 13,000  | 2,800  | 0,180   |
|   | 5-11 классы    | ГОСТ 27844-88     | 030                  | 2,280          | 0,270    | 14,910              | 67,800        | 0,033 |         |       | 0,500                     | 6,000   | 19,500  | 4,200  | 0,270   |
| Хлеб ржаной                               | 1-4 классы     | ГОСТ 26983-2015   | 020                  | 1,102          | 0,200    | 6,416               | 38,000        | 0,016 |         |       | 0,280                     | 4,200   | 17,400  | 3,800  | 0,400   |
|   | 5-11 классы    | ГОСТ 26983-2015   | 030                  | 1,653          | 0,300    | 9,624               | 57,000        | 0,024 |         |       | 0,500                     | 6,300   | 26,100  | 5,700  | 0,600   |
| <b>Четверг</b>                            |                | <b>1-я неделя</b> |                      | <b>Полдник</b> |          |                     |               |       |         |       |                           |         |         |        |         |
| 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   |
| Пирожок с яблоком                         | 1-4 классы     |                   | 075                  | 5,558          | 4,612    | 26,220              | 195,375       |       |         |       |                           |         |         |        |         |
|   | 5-11 классы    |                   | 090                  | 6,669          | 5,535    | 31,460              | 234,450       |       |         |       |                           |         |         |        |         |
| <b>ИТОГО:</b>                             | <b>Завтрак</b> | 1-4 классы        | 600                  | 17,237         | 15,215   | 87,873              | 647,190       | 0,189 | 7,160   | 0,024 | 3,299                     | 43,784  | 119,771 | 33,864 | 38,723  |
|   |                | 6-11 классы       | 660                  | 23,000         | 19,783   | 104,401             | 630,848       | 0,231 | 7,970   | 0,027 | 4,429                     | 49,941  | 143,710 | 39,373 | 29,899  |
|   | <b>Обед</b>    | 1-4 классы        | 730                  | 26,969         | 23,236   | 99,820              | 721,693       | 0,434 | 242,368 | 0,030 | 8,966                     | 110,176 | 283,691 | 64,019 | 102,294 |
|   |                | 6-11 классы       | 880                  | 33,012         | 29,032   | 123,910             | 900,472       | 0,650 | 261,641 | 0,033 | 11,719                    | 137,886 | 363,603 | 71,724 | 108,428 |
|   | <b>Полдник</b> | 1-4 классы        | 276                  | 6,668          | 4,612    | 49,620              | 289,375       | 0,020 | 4,000   | 0,000 | 0,000                     | 14,000  | 14,000  | 8,000  | 0,600   |
|   |                | 6-11 классы       | 290                  | 7,669          | 5,536    | 64,860              | 328,460       | 0,020 | 4,000   | 0,000 | 0,000                     | 14,000  | 14,000  | 8,000  | 0,600   |

\* - 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                | 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  |  |
| Стейк(Шницель) из курицы с соусом               | 1-4 классы     | 520 Сб.1997г.     | 090       | 11,648               | 8,565          | 2,097    | 169,992             | 0,006         | 0,960   | 0,003 | 1,306  | 2,764                     | 5,192   | 2,472   | 36,838 |  |
|   | 5-11 классы    | 520 Сб.1997г.     | 100       | 12,895               | 9,188          | 5,094    | 207,500             | 0,004         | 0,720   | 0,002 | 1,798  | 2,073                     | 3,894   | 1,854   | 27,628 |  |
| 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 27844-88     | 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>Пятница</b>                                  |                | <b>1-я неделя</b> |           |                      | <b>Полдник</b> |          |                     |               |         |       |        |                           |         |         |        |  |
| 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             |               |         |       |        |                           |         |         |        |  |
| Йогурт  | 1-4 классы     | ТУ 10.51.56-045-  | 100       | 5,000                | 1,500          | 3,500    | 51,000              | 0,030         | 0,600   | 0,010 |        | 124,000                   | 95,000  | 15,000  | 0,100  |  |
|   | 5-11 классы    | ТУ 10.51.56-045-  | 100       | 5,000                | 1,500          | 3,500    | 51,000              | 0,030         | 0,600   | 0,010 |        | 124,000                   | 95,000  | 15,000  | 0,100  |  |
| <b>ИТОГО:</b>                                   | <b>Завтрак</b> | 1-4 классы        | 537       | 16,69                | 16,29          | 78,96    | 447,110             | 0,08          | 2,80    | 0,02  | 1,29   | 20,03                     | 67,76   | 19,04   | 1,14   |  |
|   |                | 5-11 классы       | 697       | 17,66                | 18,13          | 92,37    | 615,787             | 0,10          | 2,80    | 0,02  | 1,60   | 24,40                     | 73,33   | 23,96   | 1,43   |  |
|   | <b>Обед</b>    | 1-4 классы        | 730       | 22,040               | 28,955         | 108,078  | 799,446             | 0,381         | 73,934  | 0,009 | 9,722  | 114,262                   | 237,217 | 98,206  | 44,496 |  |
|   |                | 5-11 классы       | 880       | 26,461               | 35,076         | 134,282  | 990,626             | 0,483         | 100,019 | 0,008 | 12,917 | 142,787                   | 296,770 | 120,738 | 36,426 |  |
|   | <b>Полдник</b> | 1-4 классы        | 150       | 6,600                | 16,600         | 33,640   | 314,000             | 0,030         | 0,600   | 0,010 | 0,000  | 124,000                   | 95,000  | 15,000  | 0,100  |  |
|   |                | 5-11 классы       | 150       | 6,600                | 16,600         | 33,640   | 314,000             | 0,030         | 0,600   | 0,010 | 0,000  | 124,000                   | 95,000  | 15,000  | 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                   | Фосфор  | Магний  | Железо |         |
| <b>Суббота</b>                   |                | <b>1-я неделя</b> |                      | <b>Завтрак</b> |          |                     |               |       |         |       |                           |         |         |        |         |
| Икра кабачковая(порционно)       | 1-4 классы     | 31 С6.1997г.      | 020                  | 0,400          | 1,800    | 1,720               | 24,400        | 0,004 | 1,400   |       |                           | 8,200   | 13,400  | 7,000  | 1,400   |
|                                  | 5-11 классы    | 31 С6.1997г.      | 030                  | 0,600          | 2,700    | 2,580               | 36,600        | 0,006 | 2,100   |       |                           | 12,300  | 20,100  | 10,500 | 2,100   |
| Котлеты Куриные с соусом         | 1-4 классы     | 423 С6.1996г.     | 090                  | 8,944          | 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  |
| Капуста тушеная                  | 1-4 классы     | 482 С6.1996г.     | 150                  | 3,593          | 5,267    | 20,611              | 148,561       | 0,111 | 88,320  |       | 2,241                     | 83,598  | 62,415  | 31,572 | 84,606  |
|                                  | 5-11 классы    | 482 С6.1996г.     | 180                  | 4,316          | 6,321    | 23,938              | 168,280       | 0,133 | 105,985 |       | 2,689                     | 100,330 | 74,925  | 37,886 | 101,068 |
| Чай с сахаром                    | 1-4 классы     | 628 С6.1996г.     | 200                  | 0,200          | 0,051    | 15,010              | 57,267        |       | 0,001   |       |                           | 0,346   |         |        | 0,053   |
|                                  | 5-11 классы    | 628 С6.1996г.     | 200                  | 0,200          | 0,051    | 15,010              | 57,267        |       | 0,001   |       |                           | 0,346   |         |        | 0,053   |
| Хлеб пшеничный                   | 1-4 классы     | ГОСТ 27844-88     | 020                  | 1,520          | 0,180    | 9,940               | 45,200        | 0,022 |         |       | 0,280                     | 4,000   | 13,000  | 2,800  | 0,180   |
|                                  | 5-11 классы    | ГОСТ 27844-88     | 025                  | 1,900          | 0,250    | 12,425              | 56,500        | 0,028 |         |       | 0,420                     | 5,000   | 16,250  | 3,500  | 0,225   |
| Хлеб ржаной                      | 1-4 классы     | ГОСТ 26983-2015   | 020                  | 1,102          | 0,200    | 6,416               | 38,000        | 0,016 |         |       | 0,280                     | 4,200   | 17,400  | 3,800  | 0,400   |
|                                  | 5-11 классы    | ГОСТ 26983-2015   | 025                  | 1,378          | 0,250    | 8,020               | 47,500        | 0,020 |         |       | 0,420                     | 5,250   | 21,750  | 4,750  | 0,500   |
| <b>Суббота</b>                   |                | <b>1-я неделя</b> |                      | <b>Обед</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   |
| 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          | 4,406    | 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 С6.1996г.     | 90                   | 10,843         | 10,030   | 9,974               | 133,166       | 0,020 | 1,160   | 0,003 | 1,306                     | 5,792   | 14,492  | 4,558  | 36,970  |
|                                  | 5-11 классы    | 423 С6.1996г.     | 100                  | 12,665         | 13,566   | 12,404              | 175,920       | 0,025 | 1,020   | 0,002 | 2,210                     | 6,539   | 3,894   | 4,846  | 27,818  |
| Каша гречневая рассыпчатая       | 1-4 классы     | 463 С6.1996г.     | 150                  | 7,716          | 5,384    | 26,323              | 232,585       | 0,255 |         | 0,021 | 4,160                     | 30,396  | 154,621 | 0,158  | 2,985   |
|                                  | 5-11 классы    | 463 С6.1996г.     | 180                  | 8,715          | 6,460    | 32,561              | 278,971       | 0,306 |         | 0,025 | 4,989                     | 36,456  | 185,444 | 0,189  | 3,560   |
| 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  | 3,800  | 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>Суббота</b>                   |                | <b>1-я неделя</b> |                      | <b>Полдник</b> |          |                     |               |       |         |       |                           |         |         |        |         |
| 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   |
| Кондитерские изделия (вафля )    | 1-4 классы     | 29 С6.1997г.      | 050                  | 1,600          | 15,100   | 30,140              | 263,000       |       |         |       |                           |         |         |        |         |
|                                  | 5-11 классы    | 29 С6.1997г.      | 050                  | 1,600          | 15,100   | 30,140              | 263,000       |       |         |       |                           |         |         |        |         |
| <b>ИТОГО:</b>                    | <b>Завтрак</b> | 1-4 классы        | 600                  | 16,76          | 17,53    | 63,67               | 446,594       | 0,17  | 90,88   | 0,00  | 4,11                      | 106,14  | 120,71  | 49,73  | 123,61  |
|                                  |                | 5-11 классы       | 660                  | 19,73          | 23,14    | 74,38               | 642,067       | 0,21  | 109,11  | 0,00  | 6,74                      | 129,77  | 136,92  | 61,48  | 131,76  |
|                                  | <b>Обед</b>    | 1-4 классы        | 680                  | 26,216         | 19,719   | 86,623              | 618,177       | 0,426 | 24,560  | 0,024 | 7,816                     | 80,868  | 266,693 | 41,696 | 41,671  |
|                                  |                | 5-11 классы       | 800                  | 31,036         | 26,602   | 106,802             | 772,124       | 0,530 | 29,870  | 0,027 | 10,496                    | 98,096  | 317,513 | 61,710 | 33,633  |
|                                  | <b>Полдник</b> | 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   |
|                                  |                | 5-11 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   |

**Циклическое меню**

| Наименование блюда                              | № рецептуры | Вес блюда         | Пищевая ценность (г) |                |          | Эн. ценность (ккал) | Витамины (мг) |       |        |       | Минеральные вещества (мг) |         |         |         |         |        |  |
|---|-------------|-------------------|----------------------|----------------|----------|---------------------|---------------|-------|--------|-------|---------------------------|---------|---------|---------|---------|--------|--|
|   |             |                   | Белки                | Жиры           | Углеводы |                     | В1            | С     | А      | Е     | Кальций                   | Фосфор  | Магний  | Железо  |         |        |  |
| <b>Понедельник</b>                              |             | <b>2-я неделя</b> |                      | <b>Завтрак</b> |          |                     |               |       |        |       |                           |         |         |         |         |        |  |
| Кондитерские изделия                            | 1-4 классы  | 29 С6.1997г.      | 025                  | 0,800          | 7,550    | 15,070              | 131,500       |       |        |       |                           |         |         |         |         |        |  |
|   | 5-11 классы | 29 С6.1997г.      | 025                  | 0,800          | 7,550    | 15,070              | 131,500       |       |        |       |                           |         |         |         |         |        |  |
| Каша молочная жидкая -Дружба- с маслом, сахаром | 1-4 классы  | 102 С6.2008г.     | 220                  | 8,291          | 6,584    | 24,037              | 185,300       | 0,081 |        | 0,040 | 0,680                     | 9,270   | 42,180  | 14,560  | 1,105   |        |  |
|   | 5-11 классы | 102 С6.2008г.     | 260                  | 10,598         | 7,324    | 31,238              | 210,936       | 0,097 |        | 0,040 | 0,769                     | 10,603  | 50,216  | 17,412  | 1,316   |        |  |
| Какао растворимый                               | 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   |        |  |
| Бутерброды с повидлом                           | 1-4 классы  | 2 С6.1997г.       | 25/40                | 3,260          | 0,400    | 27,085              | 156,150       | 0,063 | 0,125  |       |                           | 13,500  | 35,050  | 14,950  | 1,050   |        |  |
|   | 5-11 классы | 2 С6.1997г.       | 25/50                | 4,050          | 0,500    | 32,275              | 179,750       | 0,078 | 0,125  |       |                           | 16,000  | 43,250  | 18,250  | 1,200   |        |  |
| <b>Понедельник</b>                              |             | <b>2-я неделя</b> |                      | <b>Обед</b>    |          |                     |               |       |        |       |                           |         |         |         |         |        |  |
| Салат из свеклы отварной                        | 1-4 классы  | 23 С6.2008г.      | 060                  | 0,969          | 6,997    | 6,156               | 109,330       | 0,011 | 5,700  |       |                           | 1,340   | 21,090  | 24,510  | 24,510  | 0,798  |  |
|   | 5-11 классы | 23 С6.2008г.      | 100                  | 1,615          | 8,995    | 10,260              | 145,550       | 0,019 | 9,500  |       |                           | 2,233   | 35,150  | 40,850  | 40,850  | 1,330  |  |
| Суп картофельный с макаронными изделиями        | 1-4 классы  | 139 С6.1996г.     | 200                  | 2,272          | 2,138    | 19,156              | 100,420       | 0,094 | 13,200 |       |                           | 1,074   | 14,000  | 50,800  | 19,240  | 0,710  |  |
|   | 5-11 классы | 139 С6.1996г.     | 250                  | 2,840          | 2,673    | 23,945              | 125,525       | 0,118 | 16,500 |       |                           | 1,343   | 17,500  | 63,500  | 24,050  | 0,887  |  |
| Тефтели с соусом                                | 1-4 классы  | 423 С6.1996г.     | 090                  | 6,802          | 7,114    | 9,623               | 121,904       | 0,022 | 2,460  |       |                           | 2,146   | 8,822   | 20,641  | 5,957   | 37,071 |  |
|   | 5-11 классы | 423 С6.1996г.     | 100                  | 7,201          | 9,414    | 11,784              | 158,764       | 0,027 | 2,820  |       |                           | 2,554   | 10,677  | 25,617  | 6,746   | 27,956 |  |
| Пюре из гороха                                  | 1-4 классы  | 270 С6.1996г.     | 150                  | 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>Понедельник</b>                              |             | <b>2-я неделя</b> |                      | <b>Полдник</b> |          |                     |               |       |        |       |                           |         |         |         |         |        |  |
| 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  |  |
| Сыр   | 1-4 классы  | СТО 71063300-003- | 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- | 025                  | 5,590          | 5,470    |                     | 74,060        |       | 0,797  | 0,069 | 0,094                     | 201,560 | 159,375 | 10,625  | 212,500 |        |  |
| 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>ИТОГО:</b>                                   | Завтрак     | 1-4 классы        | 510                  | 15,93          | 17,26    | 83,26               | 610,960       | 0,17  | 1,03   | 0,06  | 0,76                      | 131,94  | 159,13  | 42,11   | 3,10    |        |  |
|   |             | 6-11 классы       | 560                  | 19,028         | 18,102   | 95,663              | 660,186       | 0,202 | 1,025  | 0,068 | 0,850                     | 135,773 | 176,366 | 48,262  | 3,467   |        |  |
|   | Обед        | 1-4 классы        | 720                  | 27,926         | 22,563   | 113,711             | 761,468       | 0,800 | 27,120 | 0,021 | 11,599                    | 121,722 | 288,407 | 119,662 | 44,209  |        |  |
|   |             | 6-11 классы       | 870                  | 33,077         | 30,560   | 140,613             | 963,316       | 0,982 | 34,680 | 0,026 | 14,906                    | 157,922 | 369,406 | 167,216 | 37,073  |        |  |
|   | Полдник     | 1-4 классы        | 266                  | 7,740          | 3,900    | 44,160              | 235,800       | 0,080 | 4,510  | 0,026 | 1,060                     | 163,000 | 148,800 | 28,000  | 137,200 |        |  |
|   |             | 6-11 классы       | 276                  | 10,540         | 6,970    | 49,360              | 286,060       | 0,095 | 4,797  | 0,069 | 1,344                     | 228,060 | 214,376 | 36,126  | 213,850 |        |  |

\* - действует с 01 марта



**Циклическое меню**

| Наименование блюда                             | № рецептуры       | Вес блюда       | Пищевая ценность (г) |        |          | Эн. ценность (ккал) | Витамины (мг)  |       |        |       | Минеральные вещества (мг) |         |         |        |        |  |  |
|--|-------------------|-----------------|----------------------|--------|----------|---------------------|----------------|-------|--------|-------|---------------------------|---------|---------|--------|--------|--|--|
|  |                   |                 | Белки                | Жиры   | Углеводы |                     | В1             | С     | А      | Е     | Кальций                   | Фосфор  | Магний  | Железо |        |  |  |
| <b>Вторник</b>                                 | <b>2-я неделя</b> |                 |                      |        |          |                     | <b>Завтрак</b> |       |        |       |                           |         |         |        |        |  |  |
| Огурцы порционно                               | 1-4 классы        | 522 С6.1996г.   | 020                  | 0,140  |          | 0,360               | 2,000          | 0,004 | 1,400  | 0,006 | 0,020                     | 3,400   | 8,400   |        | 0,004  |  |  |
|  | 5-11 классы       | 522 С6.1996г.   | 030                  | 0,210  |          | 0,540               | 3,000          | 0,006 | 2,100  | 0,009 | 0,030                     | 5,100   | 12,600  |        | 0,006  |  |  |
| Котлеты Куриные с соусом                       | 1-4 классы        | 423 С6.1996г.   | 090                  | 8,944  | 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 |  |  |
| Каша гречневая рассыпчатая                     | 1-4 классы        | 463 С6.1996г.   | 150                  | 7,716  | 5,384    | 26,323              | 232,585        | 0,255 |        | 0,021 | 4,160                     | 30,396  | 154,621 | 0,158  | 2,985  |  |  |
|  | 5-11 классы       | 463 С6.1996г.   | 180                  | 8,715  | 6,460    | 32,561              | 278,971        | 0,306 |        | 0,025 | 4,989                     | 36,456  | 185,444 | 0,189  | 3,580  |  |  |
| 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  |       | 2,696                     | 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.   | 210                  | 1,804  | 5,530    | 8,801               | 85,780         | 0,066 | 26,510 | 0,006 | 1,774                     | 37,540  | 43,204  | 18,240 | 19,102 |  |  |
|  | 5-11 классы       | 120 С6.1996г.   | 260                  | 2,181  | 6,538    | 10,929              | 104,325        | 0,082 | 33,125 | 0,006 | 2,214                     | 44,675  | 52,455  | 22,550 | 23,875 |  |  |
| ЕЖИКИ в соусе                                  | 1-4 классы        | 202 С6.2008г.   | 090                  | 10,802 | 10,114   | 13,843              | 163,904        | 0,022 | 2,460  | 0,003 | 1,306                     | 8,822   | 20,641  | 5,957  | 37,071 |  |  |
|  | 5-11 классы       | 202 С6.2008г.   | 100                  | 13,301 | 12,414   | 15,784              | 200,764        | 0,027 | 2,820  | 0,002 | 1,798                     | 10,677  | 25,617  | 6,746  | 27,956 |  |  |
| 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  |  |  |
| Чай с лимоном                                  | 1-4 классы        | 629 С6.1996г.   | 187                  | 0,243  | 0,046    | 13,761              | 53,710         | 0,003 | 2,801  |       |                           | 3,111   | 1,540   | 0,840  | 0,090  |  |  |
|  | 5-11 классы       | 629 С6.1996г.   | 187                  | 0,243  | 0,046    | 13,761              | 53,710         | 0,003 | 2,801  |       |                           | 3,111   | 1,540   | 0,840  | 0,090  |  |  |
| Хлеб пшеничный                                 | 1-4 классы        | ГОСТ 27844-88   | 020                  | 1,520  | 0,180    | 9,940               | 45,200         | 0,022 |        |       | 0,280                     | 4,000   | 13,000  | 2,800  | 0,180  |  |  |
|  | 5-11 классы       | ГОСТ 27844-88   | 030                  | 2,280  | 0,270    | 14,910              | 67,800         | 0,033 |        |       | 0,500                     | 6,000   | 19,500  | 4,200  | 0,270  |  |  |
| Хлеб ржаной                                    | 1-4 классы        | ГОСТ 26983-2015 | 020                  | 1,102  | 0,200    | 6,416               | 38,000         | 0,016 |        |       | 0,280                     | 4,200   | 17,400  | 3,800  | 0,400  |  |  |
|  | 5-11 классы       | ГОСТ 26983-2015 | 030                  | 1,653  | 0,300    | 9,624               | 57,000         | 0,024 |        |       | 0,500                     | 6,300   | 26,100  | 5,700  | 0,600  |  |  |
| <b>Вторник</b>                                 | <b>2-я неделя</b> |                 |                      |        |          |                     |                |       |        |       | <b>Полдник</b>            |         |         |        |        |  |  |
| Булочка "Загадка"                              | 1-4 классы        |                 | 075                  | 4,950  | 3,375    | 47,100              | 245,250        |       |        |       |                           |         |         |        |        |  |  |
|  | 5-11 классы       |                 | 100                  | 6,600  | 4,500    | 62,800              | 327,000        |       |        |       |                           |         |         |        |        |  |  |
| Сок фруктовый, (1 шт)                          | 1-4 классы        | 293 С6.2008г.   | 200                  | 1,000  |          | 23,400              | 94,000         | 0,020 | 4,000  |       |                           | 14,000  | 14,000  | 8,000  | 0,600  |  |  |
|  | 5-11 классы       | 293 С6.2008г.   | 200                  | 1,000  |          | 23,400              | 94,000         | 0,020 | 4,000  |       |                           | 14,000  | 14,000  | 8,000  | 0,600  |  |  |
| <b>ИТОГО:</b>                                  | <b>Завтрак</b>    | 1-4 классы      | 600                  | 19,502 | 16,794   | 86,566              | 678,711        | 0,321 | 3,280  | 0,030 | 6,046                     | 48,268  | 210,313 | 16,316 | 40,691 |  |  |
|  |                   | 5-11 классы     | 560                  | 23,623 | 20,526   | 99,502              | 689,651        | 0,389 | 3,840  | 0,036 | 8,069                     | 68,826  | 242,338 | 17,285 | 32,281 |  |  |
|  | <b>Обед</b>       | 1-4 классы      | 737                  | 22,003 | 26,628   | 96,493              | 670,091        | 0,251 | 37,291 | 0,030 | 7,529                     | 82,230  | 167,412 | 62,141 | 67,956 |  |  |
|  |                   | 5-11 классы     | 887                  | 28,040 | 33,006   | 120,161             | 860,872        | 0,332 | 47,946 | 0,033 | 10,937                    | 106,826 | 223,418 | 70,333 | 64,363 |  |  |
|  | <b>Полдник</b>    | 1-4 классы      | 276                  | 6,950  | 3,375    | 70,500              | 339,250        | 0,020 | 4,000  | 0,000 | 0,000                     | 14,000  | 14,000  | 8,000  | 0,600  |  |  |
|  |                   | 5-11 классы     | 300                  | 7,600  | 4,600    | 86,200              | 421,000        | 0,020 | 4,000  | 0,000 | 0,000                     | 14,000  | 14,000  | 8,000  | 0,600  |  |  |

\* - действует с 01 марта

**Цикличное меню**

| Наименование блюда                           | № рецептуры    | Вес блюда         | Пищевая ценность (г) |                |          | Эн. ценность (ккал) | Витамины (мг) |       |        |       | Минеральные вещества (мг) |         |         |         |         |
|--|----------------|-------------------|----------------------|----------------|----------|---------------------|---------------|-------|--------|-------|---------------------------|---------|---------|---------|---------|
|  |                |                   | Белки                | Жиры           | Углеводы |                     | В1            | С     | А      | Е     | Кальций                   | Фосфор  | Магний  | Железо  |         |
| <b>Среда</b>                                 |                | <b>2-я неделя</b> |                      | <b>Завтрак</b> |          |                     |               |       |        |       |                           |         |         |         |         |
| Йогурт                                       | 1-4 классы     | ТУ 10.51.56-045-  | 100                  | 5,000          | 1,500    | 3,500               | 51,000        | 0,030 | 0,600  | 0,010 |                           | 124,000 | 95,000  | 15,000  | 0,100   |
|  | 5-11 классы    | ТУ 10.51.56-045-  | 100                  | 5,000          | 1,500    | 3,500               | 51,000        | 0,030 | 0,600  | 0,010 |                           | 124,000 | 95,000  | 15,000  | 0,100   |
| Оладьи с молоком сгущенным                   | 1-4 классы     | 682 Сб.1996г.     | 200                  | 10,690         | 14,398   | 64,563              | 430,594       | 0,216 | 1,238  | 0,044 | 3,922                     | 216,692 | 238,287 | 40,677  | 2,361   |
|  | 5-11 классы    | 682 Сб.1996г.     | 250                  | 14,655         | 17,904   | 81,148              | 564,348       | 0,273 | 1,520  | 0,054 | 5,025                     | 256,679 | 290,726 | 49,870  | 3,021   |
| Чай с сахаром                                | 1-4 классы     | 628 Сб.1996г.     | 200                  | 0,200          | 0,051    | 15,010              | 57,267        |       | 0,001  |       |                           | 0,346   |         |         | 0,053   |
|  | 5-11 классы    | 628 Сб.1996г.     | 200                  | 0,200          | 0,051    | 15,010              | 57,267        |       | 0,001  |       |                           | 0,346   |         |         | 0,053   |
| <b>Среда</b>                                 |                | <b>2-я неделя</b> |                      | <b>Обед</b>    |          |                     |               |       |        |       |                           |         |         |         |         |
| Салат из моркови и яблок/Салат из помидоров* | 1-4 классы     | 11 Сб.2008г.      | 060                  | 0,512          | 6,031    | 8,678               | 89,400        | 0,024 | 2,154  |       | 2,751                     | 18,702  | 21,210  | 15,708  | 0,085   |
|  | 5-11 классы    | 11 Сб.2008г.      | 100                  | 0,853          | 7,750    | 14,464              | 149,000       | 0,040 | 3,590  |       | 4,584                     | 31,170  | 35,350  | 26,180  | 0,142   |
| Борщ с капустой и картофелем, со сметаной    | 1-4 классы     | 110 Сб.1996г.     | 210                  | 3,833          | 5,522    | 11,708              | 96,080        | 0,048 | 16,830 | 0,006 | 1,819                     | 37,900  | 45,972  | 27,120  | 56,044  |
|  | 5-11 классы    | 110 Сб.1996г.     | 260                  | 4,217          | 6,528    | 14,562              | 117,200       | 0,060 | 21,025 | 0,006 | 2,270                     | 45,125  | 55,915  | 33,650  | 70,053  |
| Биточки с соусом                             | 1-4 классы     | 423 Сб.1996г.     | 90                   | 10,843         | 10,030   | 9,974               | 133,166       | 0,020 | 1,160  | 0,003 | 1,306                     | 5,792   | 14,492  | 4,558   | 36,970  |
|  | 5-11 классы    | 423 Сб.1996г.     | 100                  | 12,665         | 13,566   | 12,404              | 175,920       | 0,025 | 1,020  | 0,002 | 2,210                     | 6,539   | 3,894   | 4,846   | 27,818  |
| Картофельное пюре                            | 1-4 классы     | 472 Сб.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 Сб.1996г.     | 180                  | 3,916          | 5,396    | 31,644              | 185,040       | 0,193 | 31,050 | 0,031 | 0,172                     | 49,572  | 115,092 | 39,366  | 1,668   |
| Компот из сухофруктов                        | 1-4 классы     | 283 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 27844-88     | 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>Среда</b>                                 |                | <b>2-я неделя</b> |                      | <b>Полдник</b> |          |                     |               |       |        |       |                           |         |         |         |         |
| 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   |
| Кондитерские изделия (вафля)                 | 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       |       |        |       |                           |         |         |         |         |
| <b>ИТОГО:</b>                                | <b>Завтрак</b> | 1-4 классы        | 500                  | 16,890         | 16,949   | 83,073              | 638,861       | 0,246 | 1,839  | 0,054 | 3,922                     | 341,038 | 333,287 | 66,677  | 2,614   |
|  |                | 5-11 классы       | 550                  | 19,856         | 19,455   | 99,658              | 672,615       | 0,303 | 2,121  | 0,064 | 5,025                     | 381,025 | 386,726 | 64,870  | 3,174   |
|  | <b>Обед</b>    | 1-4 классы        | 730                  | 21,961         | 26,460   | 105,225             | 682,160       | 0,296 | 46,668 | 0,036 | 6,580                     | 142,644 | 229,121 | 103,261 | 89,227  |
|  |                | 5-11 классы       | 880                  | 26,462         | 33,810   | 129,747             | 878,064       | 0,380 | 67,234 | 0,039 | 10,236                    | 175,446 | 276,988 | 130,412 | 104,709 |
|  | <b>Полдник</b> | 1-4 классы        | 250                  | 2,600          | 16,100   | 53,540              | 357,000       | 0,020 | 4,000  | 0,000 | 0,000                     | 14,000  | 14,000  | 8,000   | 0,600   |
|  |                | 5-11 классы       | 250                  | 2,600          | 16,100   | 53,540              | 357,000       | 0,020 | 4,000  | 0,000 | 0,000                     | 14,000  | 14,000  | 8,000   | 0,600   |

\* - действует с 01 марта

**Цикличное меню**

| Наименование блюда                              | № рецептуры    | Вес блюда         | Пищевая ценность (г) |                |          | Эн. ценность (ккал) | Витамины (мг) |       |         |       | Минеральные вещества (мг) |         |         |         |        |       |
|---|----------------|-------------------|----------------------|----------------|----------|---------------------|---------------|-------|---------|-------|---------------------------|---------|---------|---------|--------|-------|
|   |                |                   | Белки                | Жиры           | Углеводы |                     | В1            | С     | А       | Е     | Кальций                   | Фосфор  | Магний  | Железо  |        |       |
| <b>Четверг</b>                                  |                | <b>2-я неделя</b> |                      | <b>Завтрак</b> |          |                     |               |       |         |       |                           |         |         |         |        |       |
| 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 С6.2008г.     | 200                  | 14,671         | 16,213   | 40,528              | 362,073       | 0,106 | 2,697   |       | 2,849                     | 33,235  | 68,123  | 21,137  | 3,101  |       |
|   | 5-11 классы    | 193 С6.2008г.     | 250                  | 17,996         | 17,934   | 54,034              | 433,536       | 0,126 | 3,595   |       | 3,650                     | 41,941  | 90,771  | 27,628  | 3,449  |       |
| 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   | 26,100  | 5,700   | 0,600  |       |
|   | 5-11 классы    | ГОСТ 26983-2015   | 030                  | 1,653          | 0,300    | 9,624               | 57,000        | 0,024 |         |       | 0,500                     | 6,300   | 26,100  | 5,700   | 0,600  |       |
| <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 | 23,950  |       | 1,298                     | 24,878  | 17,963  | 9,848   | 0,489  |       |
|   | 5-11 классы    | 62 С6.1997г.      | 100                  | 1,550          | 5,005    | 9,951               | 89,292        | 0,053 | 39,950  |       | 2,163                     | 41,494  | 29,959  | 16,424  | 0,816  |       |
| Суп картофельный с горохом                      | 1-4 классы     | 138 С6.1996г.     | 200                  | 4,746          | 4,302    | 18,572              | 127,580       | 0,202 | 9,300   |       | 3,215                     | 25,820  | 69,500  | 28,200  | 1,556  |       |
|   | 5-11 классы    | 138 С6.1996г.     | 250                  | 5,933          | 5,378    | 23,215              | 159,475       | 0,253 | 11,625  |       | 4,019                     | 32,275  | 86,875  | 35,250  | 1,945  |       |
| Котлеты рыбные любительские с соусом            | 1-4 классы     | 162 С6.2008г.     | 90                   | 9,080          | 5,499    | 9,271               | 95,702        | 0,057 | 1,845   | 0,022 | 1,717                     | 14,986  | 29,764  | 31,461  | 28,195 |       |
|   | 5-11 классы    | 162 С6.2008г.     | 100                  | 10,384         | 7,516    | 12,206              | 129,098       | 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                  | 3,676          | 11,419   | 35,220              | 250,013       | 0,215 | 35,625  |       | 4,787                     | 23,400  | 108,525 | 43,575  | 1,622  |       |
|   | 5-11 классы    | 251 С6.1997г.     | 180                  | 4,410          | 13,703   | 42,264              | 300,015       | 0,258 | 42,750  |       | 5,745                     | 28,080  | 130,230 | 52,290  | 1,946  |       |
| 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  | 3,800   | 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>Четверг</b>                                  |                | <b>2-я неделя</b> |                      | <b>Полдник</b> |          |                     |               |       |         |       |                           |         |         |         |        |       |
| Йогурт  | 1-4 классы     | ТУ 10.51.56-045-  | 100                  | 5,000          | 1,500    | 3,500               | 51,000        | 0,030 | 0,600   | 0,010 |                           | 124,000 | 95,000  | 15,000  | 0,100  |       |
|   | 5-11 классы    | ТУ 10.51.56-045-  | 100                  | 5,000          | 1,500    | 3,500               | 51,000        | 0,030 | 0,600   | 0,010 |                           | 124,000 | 95,000  | 15,000  | 0,100  |       |
| Кондитерские изделия (печенье)                  | 1-4 классы     | 29 С6.1997г.      | 050                  | 1,600          | 15,100   | 30,140              | 263,000       |       |         |       |                           |         |         |         | 0,600  |       |
|   | 5-11 классы    | 29 С6.1997г.      | 050                  | 1,600          | 15,100   | 30,140              | 263,000       |       |         |       |                           |         |         |         | 0,600  |       |
| <b>ИТОГО:</b>                                   | <b>Завтрак</b> | 1-4 классы        | 600                  | 19,924         | 16,834   | 80,592              | 550,680       | 0,163 | 2,698   | 0,000 | 3,849                     | 56,881  | 121,723 | 31,037  | 4,504  |       |
|   |                | 5-11 классы       | 650                  | 23,249         | 18,555   | 94,098              | 622,043       | 0,183 | 3,596   | 0,000 | 4,650                     | 64,687  | 144,371 | 37,628  | 4,862  |       |
|   | <b>Обед</b>    | 1-4 классы        | 720                  | 21,963         | 24,603   | 106,447             | 694,659       | 0,562 | 74,320  | 0,022 | 11,577                    | 111,684 | 272,352 | 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 |       |
|   | <b>Полдник</b> | 1-4 классы        | 150                  | 6,600          | 16,600   | 33,640              | 314,000       | 0,030 | 0,600   | 0,010 | 0,000                     | 124,000 | 96,000  | 15,000  | 0,700  |       |
|   |                | 5-11 классы       | 150                  | 6,600          | 16,600   | 33,640              | 314,000       | 0,030 | 0,600   | 0,010 | 0,000                     | 124,000 | 96,000  | 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                   | Фосфор  | Магний  | Железо |        |
| <b>Пятница</b>                        |                | <b>2-я неделя</b> |                      | <b>Завтрак</b> |          |                     |               |       |        |       |                           |         |         |        |        |
| Икра кабачковая (порционно)           | 1-4 классы     | 31 С6.1997г.      | 020                  | 0,400          | 1,800    | 1,720               | 24,400        | 0,004 | 1,400  |       |                           | 8,200   | 13,400  | 7,000  | 1,400  |
|                                       | 5-11 классы    | 31 С6.1997г.      | 030                  | 0,600          | 2,700    | 2,580               | 36,600        | 0,006 | 2,100  |       |                           | 12,300  | 20,100  | 10,500 | 2,100  |
| Стейж(Шницель) из курицы с соусом     | 1-4 классы     | 520 С6.1997г.     | 090                  | 11,648         | 8,565    | 2,097               | 169,992       | 0,006 | 0,960  | 0,003 | 1,306                     | 2,764   | 5,192   | 2,472  | 36,838 |
|                                       | 5-11 классы    | 520 С6.1997г.     | 100                  | 12,895         | 9,188    | 5,094               | 207,500       | 0,004 | 0,720  | 0,002 | 1,798                     | 2,073   | 3,894   | 1,854  | 27,628 |
| 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  |
| Компот из кураги                      | 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     | 025                  | 1,900          | 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 картофельный с зеленым горошком | 1-4 классы     | 31 С6.2008г.      | 060                  | 4,901          | 6,956    | 7,733               | 97,236        | 0,059 | 8,160  | 0,021 | 2,794                     | 9,948   | 39,036  | 13,884 | 0,576  |
|                                       | 5-11 классы    | 31 С6.2008г.      | 100                  | 3,106          | 11,594   | 12,888              | 162,060       | 0,098 | 13,600 | 0,035 |                           | 16,580  | 65,060  | 23,140 | 0,960  |
| Суп из овощей                         | 1-4 классы     | 132 С6.1996г.     | 200                  | 3,514          | 3,525    | 10,490              | 76,426        | 0,073 | 17,800 |       | 1,550                     | 18,880  | 40,380  | 17,180 | 0,636  |
|                                       | 5-11 классы    | 132 С6.1996г.     | 250                  | 3,893          | 4,406    | 13,113              | 95,533        | 0,091 | 22,250 |       | 1,937                     | 23,600  | 50,475  | 21,475 | 0,795  |
| Тефтели с соусом                      | 1-4 классы     | 423 С6.1996г.     | 090                  | 6,802          | 7,114    | 9,623               | 121,904       | 0,022 | 2,460  |       | 2,146                     | 8,822   | 20,641  | 5,957  | 37,071 |
|                                       | 5-11 классы    | 423 С6.1996г.     | 100                  | 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 | 0,402                     | 14,580  | 53,730  | 11,543 | 0,986  |
|                                       | 5-11 классы    | 465 С6.1996г.     | 180                  | 4,641          | 6,261    | 50,163              | 262,845       | 0,053 |        | 0,032 | 0,482                     | 17,496  | 64,476  | 13,851 | 1,183  |
| Чай с лимоном                         | 1-4 классы     | 629 об.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 об.1996г.     | 187                  | 0,243          | 0,046    | 13,761              | 53,710        | 0,003 | 2,801  |       |                           | 3,111   | 1,540   | 0,840  | 0,090  |
| Хлеб пшеничный                        | 1-4 классы     | ГОСТ 27844-88     | 020                  | 1,520          | 0,180    | 9,940               | 45,200        | 0,022 |        |       | 0,280                     | 4,000   | 13,000  | 2,800  | 0,180  |
|                                       | 5-11 классы    | ГОСТ 27844-88     | 030                  | 2,280          | 0,270    | 14,910              | 67,800        | 0,033 |        |       | 0,500                     | 6,000   | 19,500  | 4,200  | 0,270  |
| Хлеб ржаной                           | 1-4 классы     | ГОСТ 26983-2015   | 020                  | 1,102          | 0,200    | 6,416               | 38,000        | 0,016 |        |       | 0,280                     | 4,200   | 17,400  | 3,800  | 0,400  |
|                                       | 5-11 классы    | ГОСТ 26983-2015   | 030                  | 1,653          | 0,300    | 9,624               | 57,000        | 0,024 |        |       | 0,500                     | 6,300   | 26,100  | 5,700  | 0,600  |
| <b>Пятница</b>                        |                | <b>2-я неделя</b> |                      | <b>Полдник</b> |          |                     |               |       |        |       |                           |         |         |        |        |
| 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     |                   | 075                  | 5,558          | 4,612    | 26,220              | 195,375       |       |        |       |                           |         |         |        |        |
|                                       | 5-11 классы    |                   | 090                  | 6,669          | 5,535    | 31,460              | 234,450       |       |        |       |                           |         |         |        |        |
| <b>ИТОГО:</b>                         | <b>Завтрак</b> | 1-4 классы        | 600                  | 21,959         | 16,010   | 101,763             | 667,822       | 0,172 | 3,840  | 0,024 | 3,069                     | 666,281 | 148,371 | 63,228 | 39,500 |
|                                       |                | 5-11 классы       | 660                  | 26,134         | 17,480   | 118,473             | 769,068       | 0,200 | 4,300  | 0,027 | 4,069                     | 672,826 | 170,440 | 69,421 | 31,269 |
|                                       | <b>Обед</b>    | 1-4 классы        | 727                  | 21,960         | 23,239   | 99,766              | 661,614       | 0,239 | 31,221 | 0,048 | 7,462                     | 63,641  | 186,727 | 66,004 | 39,939 |
|                                       |                | 5-11 классы       | 877                  | 23,017         | 32,291   | 126,243             | 867,712       | 0,329 | 41,471 | 0,067 | 6,973                     | 83,764  | 262,768 | 76,962 | 31,864 |
|                                       | <b>Полдник</b> | 1-4 классы        | 276                  | 6,668          | 4,612    | 49,620              | 289,376       | 0,020 | 4,000  | 0,000 | 0,000                     | 14,000  | 14,000  | 8,000  | 0,600  |
|                                       |                | 5-11 классы       | 290                  | 7,669          | 6,636    | 64,860              | 328,460       | 0,020 | 4,000  | 0,000 | 0,000                     | 14,000  | 14,000  | 8,000  | 0,600  |

\* - действует с 01 марта

**Цикличное меню**

| Наименование блюда                       | № рецептуры    | Вес блюда         | Пищевая ценность (г) |                |          | Эн. ценность (ккал) | Витамины (мг) |       |        |       | Минеральные вещества (мг) |         |         |         |         |
|--|----------------|-------------------|----------------------|----------------|----------|---------------------|---------------|-------|--------|-------|---------------------------|---------|---------|---------|---------|
|  |                |                   | Белки                | Жиры           | Углеводы |                     | В1            | С     | А      | Е     | Кальций                   | Фосфор  | Магний  | Железо  |         |
| <b>Суббота</b>                           |                | <b>2-я неделя</b> |                      | <b>Завтрак</b> |          |                     |               |       |        |       |                           |         |         |         |         |
| Сельдь с гарниром                        | 1-4 классы     | 83 Сб.1996г.      | 060                  | 4,240          | 8,098    | 4,468               | 86,115        | 0,026 | 4,290  | 0,012 | 2,902                     | 24,787  | 69,462  | 18,845  | 408,381 |
|  | 5-11 классы    | 83 Сб.1996г.      | 060                  | 4,240          | 8,098    | 4,468               | 86,115        | 0,026 | 4,290  | 0,012 | 2,902                     | 24,787  | 69,462  | 18,845  | 408,381 |
| Омлет натуральный                        | 1-4 классы     | 284 Сб.1996г.     | 200                  | 20,835         | 25,910   | 3,362               | 329,800       | 0,125 | 0,671  | 0,583 | 3,323                     | 155,233 | 335,804 | 90,570  | 4,705   |
|  | 5-11 классы    | 284 Сб.1996г.     | 230                  | 23,819         | 31,052   | 3,769               | 389,634       | 0,143 | 0,657  | 0,670 | 3,821                     | 178,519 | 386,180 | 104,158 | 5,410   |
| Чай с сахаром                            | 1-4 классы     | 628 Сб.1996г.     | 200                  | 0,200          | 0,051    | 15,010              | 57,267        |       | 0,001  |       |                           | 0,346   |         |         | 0,053   |
|  | 5-11 классы    | 628 Сб.1996г.     | 200                  | 0,200          | 0,051    | 15,010              | 57,267        |       | 0,001  |       |                           | 0,346   |         |         | 0,053   |
| Хлеб пшеничный                           | 1-4 классы     | ГОСТ 27844-88     | 020                  | 1,520          | 0,180    | 9,940               | 45,200        | 0,022 |        |       | 0,280                     | 4,000   | 13,000  | 2,800   | 0,180   |
|  | 5-11 классы    | ГОСТ 27844-88     | 030                  | 2,280          | 0,270    | 14,910              | 67,800        | 0,033 |        |       | 0,500                     | 6,000   | 19,500  | 4,200   | 0,270   |
| Хлеб ржаной                              | 1-4 классы     | ГОСТ 26983-2015   | 020                  | 1,102          | 0,200    | 6,416               | 38,000        | 0,016 |        |       | 0,280                     | 4,200   | 17,400  | 3,800   | 0,400   |
|  | 5-11 классы    | ГОСТ 26983-2015   | 030                  | 1,653          | 0,300    | 9,624               | 57,000        | 0,024 |        |       | 0,500                     | 6,300   | 26,100  | 5,700   | 0,600   |
| <b>Суббота</b>                           |                | <b>2-я неделя</b> |                      | <b>Обед</b>    |          |                     |               |       |        |       |                           |         |         |         |         |
| Огурцы солёные                           | 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          |          | 0,390               | 4,830         |       |        |       |                           | 7,500   | 6,000   |         | 0,360   |
| Суп картофельный с макаронными изделиями | 1-4 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  | 0,887   |
|  | 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  | 0,887   |
| ЕЖИКИ в соусе                            | 1-4 классы     | 202 Сб.2008г.     | 090                  | 10,802         | 10,114   | 13,843              | 163,904       | 0,022 | 2,460  | 0,003 | 1,306                     | 8,822   | 20,641  | 5,957   | 37,071  |
|  | 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  |
| Картофель отварной                       | 1-4 классы     | 239 Сб.2008г.     | 150                  | 3,094          | 0,155    | 30,474              | 128,393       | 0,186 | 30,938 |       |                           | 15,469  | 89,720  | 35,579  | 1,392   |
|  | 5-11 классы    | 239 Сб.2008г.     | 180                  | 3,713          | 0,186    | 36,569              | 154,073       | 0,223 | 37,126 |       |                           | 18,563  | 107,665 | 42,695  | 1,671   |
| 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               | 45,200        | 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>Суббота</b>                           |                | <b>2-я неделя</b> |                      | <b>Полдник</b> |          |                     |               |       |        |       |                           |         |         |         |         |
| 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   |
| Кондитерские изделия (вафля)             | 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       |       |        |       |                           |         |         |         |         |
| <b>ИТОГО:</b>                            | <b>Завтрак</b> | 1-4 классы        | 600                  | 27,897         | 34,439   | 39,196              | 656,382       | 0,189 | 4,862  | 0,596 | 6,786                     | 188,666 | 436,666 | 116,016 | 413,719 |
|  |                | 6-11 классы       | 650                  | 32,192         | 39,771   | 47,781              | 667,816       | 0,226 | 4,948  | 0,682 | 7,723                     | 216,962 | 601,242 | 132,903 | 414,714 |
|  | <b>Обед</b>    | 1-4 классы        | 760                  | 20,918         | 13,322   | 108,278             | 698,242       | 0,384 | 63,898 | 0,003 | 3,209                     | 70,991  | 226,261 | 82,186  | 40,670  |
|  |                | 6-11 классы       | 820                  | 26,627         | 16,843   | 124,622             | 703,992       | 0,446 | 60,446 | 0,002 | 4,141                     | 82,640  | 266,382 | 93,391  | 32,144  |
|  | <b>Полдник</b> | 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   |
|  |                | 6-11 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   |