

СОГЛАСОВАНО:

Директор ГБОУ СОШ (ООШ) с. Севрюкаево

*Тубов Андрей Алексеевич*



*31 августа*

20 *21* г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор

ООО "Детское питание"

*А. Полуляхова*



*31 августа*

20 *21* г.

## ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ В ГБОУ СОШ (ООШ)

Осенне-зимнее (весеннее - \*)

*Согласовано:*

*Председатель родительского  
комитета: Кимшетьева В.Н.*

*Кимшетьева В.Н.*

*Кокшарова О.А. Сатдиев С.Т.*

**Циклическое меню**

Наименование блюда	№ тех	Масса	Пищевая ценность (г)			Энергетическая 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 Сб.1996г.	020	0,7	0,56	3,12	20,2	0,08				9,2			0,084	
	5-11 классы	24 Сб.1996г.	030	1,05	0,84	4,68	30,3	0,12				13,8			0,126	
Колбаса жареная с соусом	1-4 классы	252 Сб.2015г.	090	7,198	15,002	2,592	173,192	0,006	0,96	0,003	1,306	17,264	94,192	13,472	37,688	
	5-11 классы	252 Сб.2015г.	110	9,938	19,562	2,592	225,192	0,006	0,96	0,003	1,306	23,064	129,792	17,872	38,028	
Макаронные изделия отварные	1-4 классы	469 Сб.1996г.	150	5,365	4,265	38,347	203,79	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	
Чай с сахаром	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0,2	0,051	15,01	57,267		0,001			0,346			0,053	
	5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0,2	0,051	15,01	57,267		0,001			0,346			0,053	
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044				0,672	8	26	5,6	0,36
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	050	3,8	0,3	26,15	116,5	0,055				0,84	10	32,5	7	0,45
<b>Понедельник</b>	<b>1-я неделя</b>		<b>Обед</b>													
Винегрет овощной	1-4 классы	60 Сб.1996г.	060	1,167	6,193	5,485	79,707	0,035	5,52			2,696	14,13	26,268	12,198	0,49
	5-11 классы	60 Сб.1996г.	100	1,945	10,321	9,142	132,845	0,058	9,2			4,494	23,55	43,78	20,33	0,816
Суп картофельный с горохом	1-4 классы	138 Сб.1996г.	200	4,746	4,302	18,572	127,58	0,202	9,3			3,215	25,82	69,5	28,2	1,556
	5-11 классы	138 Сб.1996г.	250	5,933	5,378	23,215	159,475	0,253	11,625			4,019	32,275	86,875	35,25	1,945
Котлеты Куриные с соусом	1-4 классы	0	090	5,308	9,802	10,652	151,072	0,006	0,96	0,003	1,306	2,764	5,192	2,472	36,838	
	5-11 классы	0	100	7,221	13,349	13,254	201,305	0,004	0,72	0,002	1,798	2,073	3,894	1,854	27,628	
Капуста тушеная	1-4 классы	482 Сб.1996г.	150	3,593	5,267	16,511	123,461	0,111	88,32			2,241	83,598	62,415	31,572	84,606
	5-11 классы	482 Сб.1996г.	180	4,316	6,321	19,838	148,28	0,133	105,985			2,689	100,33	74,925	37,886	101,068
Компот из сухофруктов	1-4 классы	283 Сб.2008г.	180	0,878		32,139	126,104	0,005	0,549			30,74	21,137	16,47	4,158	
	5-11 классы	283 Сб.2008г.	180	0,878		32,139	126,104	0,005	0,549			30,74	21,137	16,47	4,158	
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044				0,672	8	26	5,6	0,36
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	060	4,56	0,36	31,38	139,8	0,066				1,008	12	39	8,4	0,54

<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>500</b>	<b>16,503</b>	<b>20,118</b>	<b>79,989</b>	<b>547,649</b>	<b>0,217</b>	<b>0,961</b>	<b>0,024</b>	<b>3,171</b>	<b>45,237</b>	<b>165,551</b>	<b>27,378</b>	<b>38,807</b>	
		<b>5-11 классы</b>	<b>570</b>	<b>21,425</b>	<b>25,87</b>	<b>94,443</b>	<b>673,787</b>	<b>0,286</b>	<b>0,961</b>	<b>0,028</b>	<b>3,577</b>	<b>59,722</b>	<b>216,718</b>	<b>34,839</b>	<b>39,403</b>	
	<b>Обед</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>720</b>	<b>18,732</b>	<b>25,804</b>	<b>104,279</b>	<b>701,124</b>	<b>0,403</b>	<b>104,649</b>	<b>0,003</b>	<b>10,13</b>	<b>165,052</b>	<b>210,512</b>	<b>96,512</b>	<b>128,008</b>	
		<b>5-11 классы</b>	<b>870</b>	<b>24,853</b>	<b>35,729</b>	<b>128,968</b>	<b>907,809</b>	<b>0,519</b>	<b>128,079</b>	<b>0,002</b>	<b>14,008</b>	<b>200,968</b>	<b>269,611</b>	<b>120,19</b>	<b>136,155</b>	

\* - действует с 01 марта

### Циклическое меню

Наименование блюда	№ тех	Масса	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
<b>Вторник</b>		<b>1-я неделя</b>		<b>Завтрак</b>											
Сыр плавленый	1-4 классы	ТУ 10.51.40-001-78634349-2016	018	3,58	3,5	47,4		0,51	0,025	0,06	129	102	6,8	136	
	5-11 классы	ТУ 10.51.40-001-78634349-2016	018	3,58	3,5	47,4		0,51	0,025	0,06	129	102	6,8	136	
Запеканка из творога с молоком сгущенным	1-4 классы	297 Сб.1996г.	150	23,125	17,627	33,046	361,001	0,082	0,854	0,08	2,256	276,479	330,259	40,752	0,873
	5-11 классы	297 Сб.1996г.	200	31,653	23,826	40,658	473,874	0,109	1,096	0,109	3,135	356,358	440,443	53,649	1,202
Сок фруктовый, (1 шт)	1-4 классы	293 Сб.2008г.	200	1		23,4	94	0,02	4			14	14	8	0,6
	5-11 классы	293 Сб.2008г.	200	1		23,4	94	0,02	4			14	14	8	0,6
Чай с лимоном	1-4 классы	629 сб.1996г.	187	0,243	0,046	13,761	53,71	0,003	2,801			3,111	1,54	0,84	0,09
	5-11 классы	629 сб.1996г.	187	0,243	0,046	13,761	53,71	0,003	2,801			3,111	1,54	0,84	0,09
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6	0,36
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	050	3,8	0,3	26,15	116,5	0,055			0,84	10	32,5	7	0,45
<b>Вторник</b>		<b>1-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	89,4	0,024	2,154		2,751	18,702	21,21	15,708	0,085
	5-11 классы	11 Сб.2008г.	100	0,853	10,051	14,464	149	0,04	3,59		4,584	31,17	35,35	26,18	0,142
Щи из свежей капусты	1-4	120	220	1,804	5,53	8,801	85,78	0,066	26,51	0,006	1,774	37,54	43,204	18,24	19,102

с картофелем, со сметаной	классы	Сб.1996г.													
	5-11 классы	120 Сб.1996г.	260	2,181	6,538	10,929	104,325	0,082	33,125	0,006	2,214	44,675	52,455	22,55	23,875
Жаркое Подомашнему(говядина)	1-4 классы	394 Сб.1996г.	180	11,559	12,75	25,368	248,634	0,178	26,496		2,814	20,562	78,612	31,715	68,648
	5-11 классы	394 Сб.1996г.	230	17,995	18,856	30,487	343,961	0,227	31,896		3,696	26,71	94,531	38,635	88,105
Компот из апельсинов с яблоками	1-4 классы	278 Сб.2008г.	200	0,378		27,468	106,74	0,017	22,086		0,079	12,6	9,9	7,38	0,108
	5-11 классы	278 Сб.2008г.	200	0,42		30,52	118,6	0,019	24,54		0,088	14	11	8,2	0,12
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6	0,36
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	060	4,56	0,36	31,38	139,8	0,066			1,008	12	39	8,4	0,54

<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>595</b>	<b>30,988</b>	<b>21,413</b>	<b>91,127</b>	<b>649,311</b>	<b>0,149</b>	<b>8,165</b>	<b>0,105</b>	<b>2,988</b>	<b>430,59</b>	<b>473,799</b>	<b>61,992</b>	<b>137,923</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>655</b>	<b>40,276</b>	<b>27,672</b>	<b>103,969</b>	<b>785,484</b>	<b>0,187</b>	<b>8,407</b>	<b>0,134</b>	<b>4,035</b>	<b>512,469</b>	<b>590,483</b>	<b>76,289</b>	<b>138,342</b>
	<b>Обед</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>700</b>	<b>17,293</b>	<b>24,551</b>	<b>91,235</b>	<b>623,754</b>	<b>0,329</b>	<b>77,246</b>	<b>0,006</b>	<b>8,09</b>	<b>97,404</b>	<b>178,926</b>	<b>78,643</b>	<b>88,303</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>850</b>	<b>26,009</b>	<b>35,805</b>	<b>117,78</b>	<b>855,686</b>	<b>0,434</b>	<b>93,151</b>	<b>0,006</b>	<b>11,59</b>	<b>128,555</b>	<b>232,336</b>	<b>103,965</b>	<b>112,782</b>

\* - действует с 01 марта

### Цикличное меню

Наименование блюда	№ тех	Масса	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>														
Огурцы солёные	1-4 классы	24 Сб.1996г.	020	0,56		0,26	3,22						5	4	0,24
	5-11 классы	24 Сб.1996г.	030	0,84		0,39	4,83						7,5	6	0,36
Рыба, тушеная в томате с овощами	1-4 классы	309 Сб.1996г.	90	8,33	3,029	5,112	78,054	0,056	3,7		1,276	14,54	19,46	39,142	92,485
	5-11 классы	309 Сб.1996г.	100	10,261	5,442	5,112	107,499	0,066	3,7		2,255	14,54	19,46	46,062	92,582
Картофельное пюре	1-4 классы	472 Сб.1996г.	150	3,263	4,497	26,37	154,2	0,161	25,875	0,026	0,144	41,31	95,91	32,805	1,39
	5-11 классы	472 Сб.1996г.	180	3,916	5,396	31,644	185,04	0,193	31,05	0,031	0,172	49,572	115,092	39,366	1,668
Компот из свежих яблок	1-4 классы	702 Сб.1997г.	200	0,08		33,552	127,76	0,004	0,72			0,48	2,4	4	0,152
	5-11 классы	702 Сб.1997г.	200	0,08		33,552	127,76	0,004	0,72			0,48	2,4	4	0,152

Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6	0,36
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	050	3,8	0,3	26,15	116,5	0,055			0,84	10	32,5	7	0,45
<b>Среда</b>															
<b>1-я неделя</b>			<b>Обед</b>												
Салат из свеклы отварной	1-4 классы	23 Сб.2008г.	060	0,969	2,997	6,156	54,33	0,011	5,7		1,34	21,09	24,51	24,51	0,798
	5-11 классы	23 Сб.2008г.	100	1,615	4,995	10,26	90,55	0,019	9,5		2,233	35,15	40,85	40,85	1,33
Суп картофельный с макаронными изделиями	1-4 классы	139 Сб.1996г.	250	2,84	2,673	23,945	125,525	0,118	16,5		1,343	17,5	63,5	24,05	0,887
	5-11 классы	139 Сб.1996г.	250	2,84	2,673	23,945	125,525	0,118	16,5		1,343	17,5	63,5	24,05	0,887
Плов из птицы(филе куриное)	1-4 классы	893 Сб.1998г.	150	10,315	8,435	34,129	245,147	0,077	1,434	0,019	2,91	22,412	150,786	25,502	1,556
	5-11 классы	893 Сб.1998г.	200	13,742	11,244	45,518	326,844	0,103	1,94	0,025	3,88	29,964	200,972	34,006	2,076
Чай с сахаром	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0,2	0,051	15,01	57,267		0,001			0,346			0,053
	5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0,2	0,051	15,01	57,267		0,001			0,346			0,053
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6	0,36
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	060	4,56	0,36	31,38	139,8	0,066			1,008	12	39	8,4	0,54

<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>500</b>	<b>15,273</b>	<b>7,766</b>	<b>86,214</b>	<b>456,434</b>	<b>0,265</b>	<b>30,295</b>	<b>0,026</b>	<b>2,092</b>	<b>69,33</b>	<b>147,77</b>	<b>81,547</b>	<b>94,627</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>560</b>	<b>18,897</b>	<b>11,138</b>	<b>96,848</b>	<b>541,629</b>	<b>0,318</b>	<b>35,47</b>	<b>0,031</b>	<b>3,267</b>	<b>82,092</b>	<b>175,452</b>	<b>96,428</b>	<b>95,212</b>
	<b>Обед</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>700</b>	<b>17,364</b>	<b>14,396</b>	<b>100,16</b>	<b>575,469</b>	<b>0,25</b>	<b>23,635</b>	<b>0,019</b>	<b>6,265</b>	<b>69,348</b>	<b>264,796</b>	<b>79,662</b>	<b>3,654</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>810</b>	<b>22,957</b>	<b>19,323</b>	<b>126,113</b>	<b>739,986</b>	<b>0,306</b>	<b>27,941</b>	<b>0,025</b>	<b>8,464</b>	<b>94,96</b>	<b>344,322</b>	<b>107,306</b>	<b>4,886</b>

\* - действует с 01 марта

### Циклическое меню

Наименование блюда	№ тех	Масса	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	0,62	0,4	1,42	8,2	0,022	2		0,24	3,2	10,6	4,2	0,14

	5-11 классы	31 Сб.1997г.	030	0,93	0,6	2,13	12,3	0,033	3		0,36	4,8	15,9	6,3	0,21
Сосиски отварные с соусом	1-4 классы	393 Сб.1997г.	90	5,2	6,6	0,15	85,5					14,5	80,5	10	0,85
	5-11 классы	393 Сб.1997г.	90	5,2	6,6	0,15	85,5					14,5	80,5	10	0,85
Макаронные изделия отварные	1-4 классы	469 Сб.1996г.	150	5,365	4,265	38,347	203,79	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		23,4	94	0,02	4			16	18	10	0,4
	5-11 классы	293 Сб.2008г.	200	1		23,4	94	0,02	4			16	18	10	0,4
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6	0,36
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	050	3,8	0,3	26,15	116,5	0,055			0,84	10	32,5	7	0,45

**Четверг**

**1-я неделя**

**Обед**

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	3,06	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	1,833	5,522	11,708	96,08	0,048	16,83	0,006	1,819	37,9	45,972	27,12	56,044
	5-11 классы	110 Сб.1996г.	260	2,217	6,528	14,562	117,2	0,06	21,025	0,006	2,27	45,125	55,915	33,65	70,053
ЁЖИКИ в соусе	1-4 классы	0	090	6,548	25,302	11,892	297,392	0,006	0,96	0,003	1,306	2,764	5,192	2,472	36,838
	5-11 классы	0	100	8,961	35,099	14,994	406,625	0,004	0,72	0,002	1,798	2,073	3,894	1,854	27,628
Каша гречневая рассыпчатая	1-4 классы	463 Сб.1996г.	150	7,716	5,384	41,323	232,585	0,255		0,021	4,16	30,396	154,621	0,158	2,985
	5-11 классы	463 Сб.1996г.	180	9,255	6,46	49,561	278,971	0,306		0,025	4,989	36,456	185,444	0,189	3,58
Напиток из шиповника	1-4 классы	289 Сб.2008г.	180	0,72		24,273	96,705	0,027	216		0,308	12,15	3,6	3,6	5,081
	5-11 классы	289 Сб.2008г.	180	0,72		24,273	96,705	0,027	216		0,308	12,15	3,6	3,6	5,081
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6	0,36
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	060	4,56	0,36	31,38	139,8	0,066			1,008	12	39	8,4	0,54

<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>500</b>	<b>15,225</b>	<b>11,505</b>	<b>84,237</b>	<b>484,69</b>	<b>0,173</b>	<b>6</b>	<b>0,021</b>	<b>2,105</b>	<b>52,127</b>	<b>180,459</b>	<b>38,106</b>	<b>2,372</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>550</b>	<b>17,367</b>	<b>12,617</b>	<b>97,841</b>	<b>552,828</b>	<b>0,213</b>	<b>7</b>	<b>0,025</b>	<b>2,631</b>	<b>57,812</b>	<b>201,326</b>	<b>43,267</b>	<b>2,656</b>
	<b>Обед</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>730</b>	<b>21,133</b>	<b>38,284</b>	<b>117,433</b>	<b>865,181</b>	<b>0,424</b>	<b>240,868</b>	<b>0,03</b>	<b>9,078</b>	<b>103,917</b>	<b>263,842</b>	<b>49,534</b>	<b>101,841</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>880</b>	<b>27,839</b>	<b>51,507</b>	<b>146,966</b>	<b>1 121,333</b>	<b>0,536</b>	<b>249,54</b>	<b>0,033</b>	<b>11,727</b>	<b>128,981</b>	<b>335,28</b>	<b>65,332</b>	<b>107,77</b>

\* - действует с 01  
марта

### Циклическое меню

Наименование блюда	№ тех	Мас са	Пищевая ценность (г)			Эн. ценност ь (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфо р	Магни й	Желе зо	
<b>Пятница</b>		<b>1-я неделя</b>		<b>Завтрак</b>											
Фрукты	1-4 классы	24.01	150	0,6	14,7	57									
	5-11 классы	24.01	150	0,6	14,7	57									
Каша рисовая молочная жидкая с маслом,сахаром	1-4 классы	114 Сб.2008г.	160	3,923	5,764	30,395	187,237	0,043	0,8	0,036	0,293	103,743	96,225	16,204	1,252
	5-11 классы	114 Сб. 2008г.	210	5,209	6,477	38,848	232,32	0,057	1,067	0,041	0,352	137,899	127,973	21,556	1,661
Кофейный напиток с молоком	1-4 классы	762Сб.1997г	180	2,79	2,34	21,573	120,015	0,027	0,9	0,018	0,081	109,17	81,9	12,6	0,941
	5-11 классы	762Сб.1997г	180	2,79	2,34	21,573	120,015	0,027	0,9	0,018	0,081	109,17	81,9	12,6	0,941
Батон	1-4 классы	ГОСТ 31752- 2012	040	2,96	1,16	20,56	0,1	0,06			1	10	32,8	13,2	0,6
	5-11 классы	ГОСТ 31752- 2012	050	3,7	1,45	25,7	0,125	0,075			1,25	12,5	41	16,5	0,75
<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	23,95		1,298	24,878	17,963	9,848	0,489
	5-11 классы	62 Сб.1997г.	100	1,55	5,005	9,951	89,292	0,053	39,95		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	12,85	0,006	1,771	24,28	54	19,24	0,808
	5-11 классы	42 Сб.2008г.	260	2,785	6,61	20,3	142,815	0,106	16,05	0,006	2,211	28,1	65,95	23,8	1,007
Тефтели с соусом	1-4 классы	0	090	6,548	27,3	11,892	315,372	0,006	0,96	0,003	2,146	2,764	5,192	2,472	36,838
	5-11 классы	0	100	8,961	36,898	14,994	422,807	0,004	0,72	0,002	2,554	2,073	3,894	1,854	27,628
Картофель и овощи тушеные	1-4 классы	251 Сб.1997г.	150	3,675	11,419	35,22	250,013	0,215	35,625		4,787	23,4	108,525	43,575	1,622
	5-11 классы	251 Сб.1997г.	180	4,41	13,703	42,264	300,015	0,258	42,75		5,745	28,08	130,23	52,29	1,946
Компот из сухофруктов	1-4 классы	283 Сб.2008г.	180	0,878		32,139	126,104	0,005	0,549			30,74	21,137	16,47	4,158
	5-11 классы	283 Сб.2008г.	180	0,878		32,139	126,104	0,005	0,549			30,74	21,137	16,47	4,158
Хлеб	1-4	ГОСТ 31805-	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6	0,36

	классы	2012													
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	060	4,56	0,36	31,38	139,8	0,066			1,008	12	39	8,4	0,54

<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>530</b>	<b>10,273</b>	<b>9,264</b>	<b>87,228</b>	<b>364,352</b>	<b>0,13</b>	<b>1,7</b>	<b>0,054</b>	<b>1,374</b>	<b>222,913</b>	<b>210,925</b>	<b>42,004</b>	<b>2,793</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>590</b>	<b>12,299</b>	<b>10,267</b>	<b>100,821</b>	<b>409,46</b>	<b>0,159</b>	<b>1,967</b>	<b>0,059</b>	<b>1,683</b>	<b>259,569</b>	<b>250,873</b>	<b>50,656</b>	<b>3,352</b>
	<b>Обед</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>730</b>	<b>17,358</b>	<b>47,55</b>	<b>122,437</b>	<b>954,825</b>	<b>0,387</b>	<b>73,934</b>	<b>0,009</b>	<b>10,674</b>	<b>114,062</b>	<b>232,817</b>	<b>97,205</b>	<b>44,275</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>880</b>	<b>23,144</b>	<b>62,576</b>	<b>151,028</b>	<b>1 220,833</b>	<b>0,492</b>	<b>100,019</b>	<b>0,008</b>	<b>13,681</b>	<b>142,487</b>	<b>290,17</b>	<b>119,238</b>	<b>36,095</b>

\* - действует с 01 марта

### Циклическое меню

Наименование блюда	№ тех	Масса	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 Сб.1997г.	020	0,4	1,8	1,72	24,4	0,004	1,4			8,2	13,4	7	1,4
	5-11 классы	31 Сб.1997г.	030	0,6	2,7	2,58	36,6	0,006	2,1			12,3	20,1	10,5	2,1
Котлеты Куриные с соусом	1-4 классы	0	090	5,308	9,802	10,652	151,072	0,006	0,96	0,003	1,306	2,764	5,192	2,472	36,838
	5-11 классы	0	100	7,221	13,349	13,254	201,305	0,004	0,72	0,002	1,798	2,073	3,894	1,854	27,628
Капуста тушеная	1-4 классы	482 Сб.1996г.	150	3,593	5,267	16,511	123,461	0,111	88,32		2,241	83,598	62,415	31,572	84,606
	5-11 классы	482 Сб.1996г.	180	4,316	6,321	19,838	148,28	0,133	105,985		2,689	100,33	74,925	37,886	101,068
Чай с сахаром	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0,2	0,051	15,01	57,267		0,001			0,346			0,053
	5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0,2	0,051	15,01	57,267		0,001			0,346			0,053
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6	0,36
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	050	3,8	0,3	26,15	116,5	0,055			0,84	10	32,5	7	0,45

<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>500</b>	<b>12,541</b>	<b>17,16</b>	<b>64,813</b>	<b>449,4</b>	<b>0,165</b>	<b>90,681</b>	<b>0,003</b>	<b>4,219</b>	<b>102,908</b>	<b>107,007</b>	<b>46,644</b>	<b>123,257</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>560</b>	<b>16,137</b>	<b>22,721</b>	<b>76,832</b>	<b>559,952</b>	<b>0,198</b>	<b>108,806</b>	<b>0,002</b>	<b>5,327</b>	<b>125,049</b>	<b>131,419</b>	<b>57,24</b>	<b>131,299</b>

\* - действует с 01



## Циклическое меню

Наименование блюда	№ тех	Масса	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>											
Йогурт	1-4 классы	ТУ 10.51.56-045-18255315-2017	100	5	1,5	3,5	51	0,03	0,6	0,01		124	95	15	0,1
	5-11 классы	ТУ 10.51.56-045-18255315-2017	100	5	1,5	3,5	51	0,03	0,6	0,01		124	95	15	0,1
Оладьи с молоком сгущенным	1-4 классы	682 Сб.1996г.	200	15,69	14,398	89,563	555,924	0,216	1,238	0,044	3,922	216,692	238,287	40,677	2,361
	5-11 классы	682 Сб.1996г.	250	19,655	17,904	111,148	692,214	0,273	1,52	0,054	5,025	256,679	290,726	49,87	3,021
Чай с сахаром	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0,2	0,051	15,01	57,267		0,001			0,346			0,053
	5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0,2	0,051	15,01	57,267		0,001			0,346			0,053
<b>Понедельник</b>		<b>2-я неделя</b>		<b>Обед</b>											
Салат из свеклы отварной	1-4 классы	23 Сб.2008г.	060	0,969	2,997	6,156	54,33	0,011	5,7		1,34	21,09	24,51	24,51	0,798
	5-11 классы	23 Сб.2008г.	100	1,615	4,995	10,26	90,55	0,019	9,5		2,233	35,15	40,85	40,85	1,33
Суп картофельный с макаронными изделиями	1-4 классы	139 Сб.1996г.	200	2,272	2,138	19,156	100,42	0,094	13,2		1,074	14	50,8	19,24	0,71
	5-11 классы	139 Сб.1996г.	250	2,84	2,673	23,945	125,525	0,118	16,5		1,343	17,5	63,5	24,05	0,887
Тефтели с соусом	1-4 классы	0	090	6,548	27,3	11,892	315,372	0,006	0,96	0,003	2,146	2,764	5,192	2,472	36,838
	5-11 классы	0	100	8,961	36,898	14,994	422,807	0,004	0,72	0,002	2,554	2,073	3,894	1,854	27,628
Пюре из гороха	1-4 классы	270 Сб.1996г.	150	16,131	4,924	40,345	260,286	0,629		0,021	6,479	63,418	158,888	61,617	4,899
	5-11 классы	270 Сб.1996г.	180	19,358	5,908	48,415	312,349	0,755		0,025	7,775	76,103	190,671	73,942	5,879
Напиток лимонный	1-4 классы	289 Сб.2008г.	180	0,13		22,075	86,328	0,006	5,76			6,192	3,168	1,728	0,151
	5-11 классы	289 Сб.2008г.	180	0,13		22,075	86,328	0,006	5,76			6,192	3,168	1,728	0,151
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6	0,36
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	060	4,56	0,36	31,38	139,8	0,066			1,008	12	39	8,4	0,54

<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>500</b>	<b>20,89</b>	<b>15,949</b>	<b>108,073</b>	<b>664,191</b>	<b>0,246</b>	<b>1,839</b>	<b>0,054</b>	<b>3,922</b>	<b>341,038</b>	<b>333,287</b>	<b>55,677</b>	<b>2,514</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>550</b>	<b>24,855</b>	<b>19,455</b>	<b>129,658</b>	<b>800,481</b>	<b>0,303</b>	<b>2,121</b>	<b>0,064</b>	<b>5,025</b>	<b>381,025</b>	<b>385,726</b>	<b>64,87</b>	<b>3,174</b>
	<b>Обед</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>720</b>	<b>29,09</b>	<b>37,599</b>	<b>120,544</b>	<b>909,936</b>	<b>0,79</b>	<b>25,62</b>	<b>0,024</b>	<b>11,711</b>	<b>115,464</b>	<b>268,558</b>	<b>115,167</b>	<b>43,756</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>870</b>	<b>37,464</b>	<b>50,834</b>	<b>151,069</b>	<b>1 177,359</b>	<b>0,968</b>	<b>32,48</b>	<b>0,027</b>	<b>14,913</b>	<b>149,018</b>	<b>341,083</b>	<b>150,824</b>	<b>36,415</b>

\* - действует с 01 марта

### Циклическое меню

Наименование блюда	№ тех	Масса	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 Сб.1996г.	020	0,14	0,36	2	0,004	1,4	0,006	0,02	3,4	8,4		0,004	
	5-11 классы	522 Сб.1996г.	030	0,21	0,54	3	0,006	2,1	0,009	0,03	5,1	12,6		0,006	
Котлеты Куриные с соусом	1-4 классы	0	090	5,308	9,802	10,652	151,072	0,006	0,96	0,003	1,306	2,764	5,192	2,472	36,838
	5-11 классы	0	100	7,221	13,349	13,254	201,305	0,004	0,72	0,002	1,798	2,073	3,894	1,854	27,628
Каша гречневая рассыпчатая	1-4 классы	463 Сб.1996г.	150	7,716	5,384	41,323	232,585	0,255		0,021	4,16	30,396	154,621	0,158	2,985
	5-11 классы	463 Сб.1996г.	180	9,255	6,46	49,561	278,971	0,306		0,025	4,989	36,456	185,444	0,189	3,58
Компот из свежих яблок	1-4 классы	702 Сб.1997г.	200	0,08		33,552	127,76	0,004	0,72			0,48	2,4	4	0,152
	5-11 классы	702 Сб.1997г.	200	0,08		33,552	127,76	0,004	0,72			0,48	2,4	4	0,152
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6	0,36
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	050	3,8	0,3	26,15	116,5	0,055			0,84	10	32,5	7	0,45
<b>Вторник</b>		<b>2-я неделя</b>		<b>Обед</b>											
Винегрет овощной	1-4 классы	60 Сб.1996г.	060	1,194	6,373	6,007	81,948	0,045	6,42		2,804	13,32	29,238	14,088	0,445
	5-11 классы	60 Сб.1996г.	100	1,99	10,621	10,012	136,58	0,075	10,7		4,674	22,2	48,73	23,48	0,741
Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	1-4 классы	120 Сб.1996г.	210	1,804	5,53	8,801	85,78	0,066	26,51	0,006	1,774	37,54	43,204	18,24	19,102
	5-11 классы	120 Сб.1996г.	260	2,181	6,538	10,929	104,325	0,082	33,125	0,006	2,214	44,675	52,455	22,55	23,875
ЁЖИКИ в соусе	1-4 классы	0	090	6,548	25,302	11,892	297,392	0,006	0,96	0,003	1,306	2,764	5,192	2,472	36,838

	5-11 классы	0	100	8,961	35,099	14,994	406,625	0,004	0,72	0,002	1,798	2,073	3,894	1,854	27,628
Макаронные изделия отварные	1-4 классы	469 Сб.1996г.	150	5,365	4,265	38,347	203,79	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
Чай с лимоном	1-4 классы	629 сб.1996г.	187	0,243	0,046	13,761	53,71	0,003	2,801			3,111	1,54	0,84	0,09
	5-11 классы	629 сб.1996г.	187	0,243	0,046	13,761	53,71	0,003	2,801			3,111	1,54	0,84	0,09
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6	0,36
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	060	4,56	0,36	31,38	139,8	0,066			1,008	12	39	8,4	0,54

ИТОГО:	Завтрак	1-4 классы	500	16,284	15,426	106,807	606,617	0,313	3,08	0,03	6,158	45,04	196,613	12,23	40,339
		5-11 классы	560	20,566	20,109	123,057	727,536	0,375	3,54	0,036	7,657	54,109	236,838	13,043	31,816
	Обед	1-4 классы	737	18,194	41,756	99,728	815,82	0,251	36,691	0,03	7,749	75,162	150,533	49,546	57,457
		5-11 классы	887	24,372	57,781	127,087	1 085,568	0,335	47,346	0,033	11,125	96,571	200,045	67,091	53,62

\* - действует с 01 марта

### Циклическое меню

Наименование блюда	№ тех	Масса	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>												
Колбаса п/к порциями	1-4 классы	29 Сб.1997г.	030	3,3	13,2		132	0,057				3	67,8	8,1	0,81
	5-11 классы	29 Сб.1997г.	030	3,3	13,2		132	0,057				3	67,8	8,1	0,81
Каша молочная жидкая -Дружба-с маслом,сахаром	1-4 классы	102 Сб.2008г.	220	5,356	10,209	39,072	267,3	0,112	1,02	0,06	0,68	132,69	135	28,84	2,125
	5-11 классы	102 Сб.2008г.	260	6,401	10,801	44,823	299,771	0,134	1,224	0,064	0,769	158,707	161,6	34,548	2,54
Кофейный напиток с молоком	1-4 классы	287 Сб.2008г.	200	3,1	2,6	23,97	133,35	0,03	1	0,02	0,09	121,3	91	14	1,045
	5-11 классы	287 Сб.2008г.	200	3,1	2,6	23,97	133,35	0,03	1	0,02	0,09	121,3	91	14	1,045
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	050	3,8	0,3	26,15	116,5	0,055			0,84	10	32,5	7	0,45
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	060	4,56	0,36	31,38	139,8	0,066			1,008	12	39	8,4	0,54
<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	89,4	0,024	2,154		2,751	18,702	21,21	15,708	0,085
	5-11 классы	11 Сб.2008г.	100	0,853	10,051	14,464	149	0,04	3,59		4,584	31,17	35,35	26,18	0,142
Борщ с капустой и картофелем, со сметаной	1-4 классы	110 Сб.1996г.	210	1,833	5,522	11,708	96,08	0,048	16,83	0,006	1,819	37,9	45,972	27,12	56,044
	5-11 классы	110 Сб.1996г.	260	2,217	6,528	14,562	117,2	0,06	21,025	0,006	2,27	45,125	55,915	33,65	70,053
Сосиски отварные с соусом	1-4 классы	393 Сб.1997г.	90	5,2	6,6	0,15	85,5					14,5	80,5	10	0,85
	5-11 классы	393 Сб.1997г.	140	10,4	13,2	0,3	171					29	161	20	1,7
Картофельное пюре	1-4 классы	472 Сб.1996г.	150	3,263	4,497	26,37	154,2	0,161	25,875	0,026	0,144	41,31	95,91	32,805	1,39
	5-11 классы	472 Сб.1996г.	180	3,916	5,396	31,644	185,04	0,193	31,05	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			30,74	21,137	16,47	4,158
	5-11 классы	283 Сб.2008г.	180	0,878		32,139	126,104	0,005	0,549			30,74	21,137	16,47	4,158
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6	0,36
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	060	4,56	0,36	31,38	139,8	0,066			1,008	12	39	8,4	0,54

ИТОГО:	Завтрак	1-4 классы	500	15,556	26,309	89,192	649,15	0,254	2,02	0,08	1,61	266,99	326,3	57,94	4,43
		5-11 классы	550	17,361	26,961	100,173	704,921	0,287	2,224	0,084	1,867	295,007	359,4	65,048	4,935
	Обед	1-4 классы	730	14,726	22,89	99,965	644,484	0,282	45,408	0,032	5,386	151,152	290,729	107,703	62,887
		5-11 классы	920	22,824	35,535	124,489	888,144	0,364	56,214	0,037	8,034	197,607	427,494	144,066	78,261

\* - действует с 01 марта

### Циклическое меню

Наименование блюда	№ тех	Масса	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 солёные	1-4 классы	24 Сб.1996г.	040	1,12		0,52	6,44					10	8		0,48
	5-11 классы	24 Сб.1996г.	040	1,12		0,52	6,44					10	8		0,48
Плов из Говядины	1-4 классы	193 Сб.2008г.	200	18,671	16,213	40,528	362,073	0,106	2,697		2,849	33,235	68,123	21,137	3,101
	5-11 классы	193 Сб.2008г.	250	19,996	17,934	54,034	433,536	0,126	3,595		3,65	41,941	90,771	27,628	3,449
Чай с сахаром	1-4	628	200	0,2	0,051	15,01	57,267		0,001			0,346			0,053

	классы	Сб.1996г.													
	5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0,2	0,051	15,01	57,267		0,001			0,346			0,053
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	060	4,56	0,36	31,38	139,8	0,066			1,008	12	39	8,4	0,54
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	060	4,56	0,36	31,38	139,8	0,066			1,008	12	39	8,4	0,54
<b>Четверг</b>		<b>2-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	23,95		1,298	24,878	17,963	9,848	0,489
	5-11 классы	62 Сб.1997г.	100	1,55	5,005	9,951	89,292	0,053	39,95		2,163	41,494	29,959	16,424	0,816
Суп картофельный с горохом	1-4 классы	138 Сб.1996г.	200	4,746	4,302	18,572	127,58	0,202	9,3		3,215	25,82	69,5	28,2	1,556
	5-11 классы	138 Сб.1996г.	250	5,933	5,378	23,215	159,475	0,253	11,625		4,019	32,275	86,875	35,25	1,945
Рыба, тушенная в томате с овощами	1-4 классы	309 Сб.1996г.	90	8,33	3,029	5,112	78,054	0,056	3,7		1,276	14,54	19,46	39,142	92,485
	5-11 классы	309 Сб.1996г.	100	10,261	5,442	5,112	107,499	0,066	3,7		2,255	14,54	19,46	46,062	92,582
Картофель и овощи тушеные	1-4 классы	251 Сб.1997г.	150	3,675	11,419	35,22	250,013	0,215	35,625		4,787	23,4	108,525	43,575	1,622
	5-11 классы	251 Сб.1997г.	180	4,41	13,703	42,264	300,015	0,258	42,75		5,745	28,08	130,23	52,29	1,946
Сок фруктовый	1-4 классы	293.08	180	0,9		21,06	84,6	0,018	3,6			14,4	16,2	9	0,36
	5-11 классы	293.08	180	0,9		21,06	84,6	0,018	3,6			14,4	16,2	9	0,36
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6	0,36
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	060	4,56	0,36	31,38	139,8	0,066			1,008	12	39	8,4	0,54

<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>500</b>	<b>24,551</b>	<b>16,624</b>	<b>87,438</b>	<b>565,58</b>	<b>0,172</b>	<b>2,698</b>		<b>3,857</b>	<b>55,581</b>	<b>115,123</b>	<b>29,537</b>	<b>4,174</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>550</b>	<b>25,876</b>	<b>18,345</b>	<b>100,944</b>	<b>637,043</b>	<b>0,192</b>	<b>3,596</b>		<b>4,658</b>	<b>64,287</b>	<b>137,771</b>	<b>36,028</b>	<b>4,522</b>
	<b>Обед</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>720</b>	<b>21,62</b>	<b>21,993</b>	<b>106,852</b>	<b>687,011</b>	<b>0,567</b>	<b>76,175</b>		<b>11,248</b>	<b>111,038</b>	<b>257,648</b>	<b>135,365</b>	<b>96,872</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>870</b>	<b>27,614</b>	<b>29,888</b>	<b>132,982</b>	<b>880,681</b>	<b>0,714</b>	<b>101,625</b>		<b>15,19</b>	<b>142,789</b>	<b>321,724</b>	<b>167,426</b>	<b>98,189</b>

\* - действует с 01 марта

### Цикличное меню

Наименование блюда	№ тех	Масса	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 Сб.1997г.	020	0,4	1,8	1,72	24,4	0,004	1,4			8,2	13,4	7	1,4
	5-11 классы	31 Сб.1997г.	030	0,6	2,7	2,58	36,6	0,006	2,1			12,3	20,1	10,5	2,1
Стейк(Шницель) из курицы с соусом	1-4 классы	520 Сб.1997г.	090	7,348	6,052	5,042	269,992	0,006	0,96	0,003	1,306	2,764	5,192	2,472	36,838
	5-11 классы	520 Сб.1997г.	100	9,261	7,799	5,094	341,525	0,004	0,72	0,002	1,798	2,073	3,894	1,854	27,628
Макаронные изделия отварные	1-4 классы	469 Сб.1996г.	150	5,365	4,265	38,347	203,79	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
Компот из апельсинов с яблоками	1-4 классы	278 Сб.2008г.	200	0,42		30,52	118,6	0,019	24,54		0,088	14	11	8,2	0,12
	5-11 классы	278 Сб.2008г.	200	0,42		30,52	118,6	0,019	24,54		0,088	14	11	8,2	0,12
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6	0,36
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	050	3,8	0,3	26,15	116,5	0,055			0,84	10	32,5	7	0,45

<b>Пятница</b>		<b>2-я неделя</b>		<b>Обед</b>											
Сельдь с гарниром	1-4 классы	83 Сб.1996г.	060	4,24	8,098	4,468	86,115	0,026	4,29	0,012	2,902	24,787	69,462	18,845	408,38 1
	5-11 классы	83 Сб.1996г.	100	5,164	14,603	8,624	164,088	0,05	8,28	0,022	5,6	35,191	91,378	30,046	408,73 5
Суп из овощей	1-4 классы	132 Сб.1996г.	200	1,514	3,525	10,49	76,426	0,073	17,8		1,55	18,88	40,38	17,18	0,636
	5-11 классы	132 Сб.1996г.	250	1,893	4,406	13,113	95,533	0,091	22,25		1,937	23,6	50,475	21,475	0,795
Печень говяжья по-строгановски	1-4 классы	387Сб.1996г	090	11,177	8,546	3,401	129,011	0,188	20,679	2,275	2,044	15,365	213,295	13,706	60,586
	5-11 классы	387Сб.1996г	100	13,752	10,204	3,401	154,303	0,232	25,563	2,842	2,548	16,105	263,467	16,37	61,918
Рис отварной	1-4 классы	465 Сб.1996г.	150	3,868	5,218	41,803	219,038	0,044		0,027	0,402	14,58	53,73	11,543	0,986
	5-11 классы	465 Сб.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 сб.1996г.	187	0,243	0,046	13,761	53,71	0,003	2,801			3,111	1,54	0,84	0,09
	5-11 классы	629 сб.1996г.	187	0,243	0,046	13,761	53,71	0,003	2,801			3,111	1,54	0,84	0,09
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6	0,36
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	060	4,56	0,36	31,38	139,8	0,066			1,008	12	39	8,4	0,54

<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>500</b>	<b>16,573</b>	<b>12,357</b>	<b>96,549</b>	<b>709,982</b>	<b>0,16</b>	<b>26,9</b>	<b>0,024</b>	<b>3,259</b>	<b>43,391</b>	<b>100,951</b>	<b>31,578</b>	<b>39,34</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>560</b>	<b>20,518</b>	<b>15,916</b>	<b>110,355</b>	<b>857,753</b>	<b>0,189</b>	<b>27,36</b>	<b>0,027</b>	<b>4,157</b>	<b>50,885</b>	<b>121,92</b>	<b>37,521</b>	<b>31,044</b>
	<b>Обед</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>727</b>	<b>24,082</b>	<b>25,673</b>	<b>94,843</b>	<b>657,5</b>	<b>0,378</b>	<b>45,57</b>	<b>2,314</b>	<b>7,57</b>	<b>84,723</b>	<b>404,407</b>	<b>67,714</b>	<b>471,03</b>

																9
		5-11 классы	877	30,253	35,88	120,442	870,279	0,495	58,894	2,896	11,575	107,503	510,336	90,982	473,261	

\* - действует с 01 марта

### Циклическое меню

Наименование блюда	№ тех	Масса	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>												
Салат картофельный с зеленым горошком	1-4 классы	31 Сб.2008г.	060	1,864	6,956	7,733	97,236	0,059	8,16	0,021	2,794	9,948	39,036	13,884	0,576	
	5-11 классы	31 Сб.2008г.	060	1,864	6,956	7,733	97,236	0,059	8,16	0,021	2,794	9,948	39,036	13,884	0,576	
Омлет натуральный	1-4 классы	284 Сб.1996г.	200	21,076	25,854	3,838	335,305	0,125	0,571	0,583	3,323	155,233	335,804	90,57	4,705	
	5-11 классы	284 Сб.1996г.	230	24,238	29,734	4,414	385,618	0,143	0,657	0,67	3,821	178,519	386,18	104,158	5,41	
Чай с сахаром	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0,2	0,051	15,01	57,267		0,001			0,346			0,053	
	5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0,2	0,051	15,01	57,267		0,001			0,346			0,053	
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6	0,36	
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	060	4,56	0,36	31,38	139,8	0,066			1,008	12	39	8,4	0,54	
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>500</b>	<b>26,18</b>	<b>33,101</b>	<b>47,501</b>	<b>583,008</b>	<b>0,228</b>	<b>8,732</b>	<b>0,604</b>	<b>6,789</b>	<b>173,527</b>	<b>400,84</b>	<b>110,054</b>	<b>5,694</b>	
		<b>5-11 классы</b>	<b>550</b>	<b>30,862</b>	<b>37,101</b>	<b>58,537</b>	<b>679,921</b>	<b>0,268</b>	<b>8,818</b>	<b>0,691</b>	<b>7,623</b>	<b>200,813</b>	<b>464,216</b>	<b>126,442</b>	<b>6,579</b>	

\* - действует с 01 марта