

СОГЛАСОВАНО:

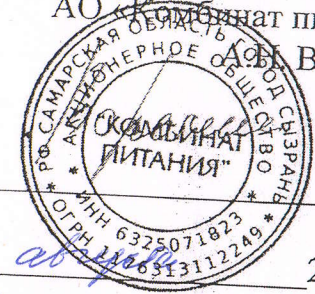
Директор ГБОУ СОШ(ООШ) №3 г. Сураши



«29» августа 20 23 г.

УТВЕРЖДАЮ:

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



«29» августа 20 23 г.

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

Осенне-зимнее (весеннее - \*)

Согласовано  
Председатель  
Совета родителей  
ГБОУ СОШ №3 г. Сураши  
Иванова Е.С.

**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>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	252 С6.2015г.	090	4,310	10,265	8,850	143,342	0,006	0,960	0,003	1,306	2,764	5,192	2,472	36,838	
	5-11 классы	252 С6.2015г.	100	5,932	14,113	11,607	195,115	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	38,347	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 31805-2012	020	1,520	0,001	10,460	46,600	0,020			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180	
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	025	1,900	0,150	13,070	58,250	0,020			0,420	5,000	16,250	3,500	0,220	
Хлеб ржаной	1-4 классы		020	2,800	4,100	2,900	128,000									
	5-11 классы		025	5,200	5,200	3,500	160,000									
<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	5,520			2,696	14,130	26,268	12,198	0,490
	5-11 классы	60 С6.1996г.	100	1,945	10,321	9,142	132,845	0,058	9,200			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	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 Куринные с соусом	1-4 классы	0	090	5,308	9,802	10,652	151,072	0,006	0,960	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	0,720	0,002	1,798	2,073	3,894	1,854	27,628	
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	19,838	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 31805-2012	020	1,520	0,001	10,460	46,600	0,020			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180	
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	030	2,280	0,190	15,690	69,900	0,030			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270	
Хлеб ржаной	1-4 классы		020	2,800	4,100	2,900	128,000									
	5-11 классы		030	3,000	0,600	22,300	109,000									
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	1-4 классы	<b>500</b>	<b>14,895</b>	<b>19,242</b>	<b>78,687</b>	<b>599,199</b>	<b>0,193</b>	<b>0,961</b>	<b>0,024</b>	<b>2,779</b>	<b>26,737</b>	<b>63,551</b>	<b>13,578</b>	<b>37,777</b>	
		5-11 классы	<b>560</b>	<b>20,719</b>	<b>25,471</b>	<b>93,878</b>	<b>745,460</b>	<b>0,249</b>	<b>0,721</b>	<b>0,027</b>	<b>3,649</b>	<b>33,731</b>	<b>74,570</b>	<b>15,321</b>	<b>28,773</b>	
	<b>Обед</b>	1-4 классы	<b>720</b>	<b>20,012</b>	<b>29,665</b>	<b>96,719</b>	<b>782,524</b>	<b>0,379</b>	<b>104,649</b>	<b>0,003</b>	<b>9,738</b>	<b>161,052</b>	<b>197,512</b>	<b>93,712</b>	<b>127,828</b>	
		5-11 классы	<b>870</b>	<b>25,573</b>	<b>36,159</b>	<b>135,578</b>	<b>946,909</b>	<b>0,483</b>	<b>128,079</b>	<b>0,002</b>	<b>13,500</b>	<b>194,968</b>	<b>250,111</b>	<b>115,990</b>	<b>135,885</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>Вторник</b>		<b>1-я неделя</b>		<b>Завтрак</b>											
Сыр плавленый	1-4 классы	ТУ 10.51.40-001-78634349-2016	018	3,580	3,500		47,400		0,510	0,025	0,060	129,000	102,000	6,800	136,000
	5-11 классы	ТУ 10.51.40-001-78634349-2016	018	3,580	3,500		47,400		0,510	0,025	0,060	129,000	102,000	6,800	136,000
Запеканка из творога с молоком сгущенным	1-4 классы	297 С6.1996г.	150	23,125	17,627	33,046	361,001	0,082	0,854	0,080	2,256	276,479	330,259	40,752	0,873
	5-11 классы	297 С6.1996г.	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 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
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
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	020	1,520	0,001	10,460	46,600	0,020			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	025	1,900	0,150	13,070	58,250	0,020			0,420	5,000	16,250	3,500	0,220
Хлеб ржаной	1-4 классы		020	2,800	4,100	2,900	128,000								
	5-11 классы		025	5,200	5,200	3,500	160,000								
<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	10,051	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
Овощное рагу из говядины	1-4 классы		180	11,899	15,013	28,176	288,648	0,201	28,500			806,489	86,914	35,855	2,530
	5-11 классы		230	12,879	18,058	37,568	355,318	0,258	38,000			29,226	115,854	47,475	2,962
Компот из апельсинов с яблоками	1-4 классы	278 С6.2008г.	200	0,378		27,468	106,740	0,017	22,086		0,079	12,600	9,900	7,380	0,108
	5-11 классы	278 С6.2008г.	200	0,420		30,520	118,600	0,019	24,540		0,088	14,000	11,000	8,200	0,120
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	020	1,520	0,001	10,460	46,600	0,020			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	030	2,280	0,190	15,690	69,900	0,030			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270
Хлеб ржаной	1-4 классы		020	2,800	4,100	2,900	128,000								
	5-11 классы		030	3,000	0,600	22,300	109,000								
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	1-4 классы	<b>595</b>	<b>32,268</b>	<b>25,274</b>	<b>83,567</b>	<b>730,711</b>	<b>0,125</b>	<b>8,165</b>	<b>0,105</b>	<b>2,596</b>	<b>426,590</b>	<b>460,799</b>	<b>59,192</b>	<b>137,743</b>
		5-11 классы	<b>655</b>	<b>43,576</b>	<b>32,722</b>	<b>94,389</b>	<b>887,234</b>	<b>0,152</b>	<b>8,407</b>	<b>0,134</b>	<b>3,615</b>	<b>507,469</b>	<b>574,233</b>	<b>72,789</b>	<b>138,112</b>
	<b>Обед</b>	1-4 классы	<b>700</b>	<b>18,913</b>	<b>30,675</b>	<b>86,483</b>	<b>745,168</b>	<b>0,328</b>	<b>79,250</b>	<b>0,006</b>	<b>4,884</b>	<b>879,331</b>	<b>174,228</b>	<b>79,983</b>	<b>22,005</b>
		5-11 классы	<b>850</b>	<b>21,613</b>	<b>35,437</b>	<b>131,471</b>	<b>906,143</b>	<b>0,429</b>	<b>99,255</b>	<b>0,006</b>	<b>7,386</b>	<b>125,071</b>	<b>234,159</b>	<b>108,605</b>	<b>27,369</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>						<b>Завтрак</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			
Рыба, запеченная с соусом польским	1-4 классы		90	6,500	4,150	2,300	149,000	0,006	1,500	0,910		33,910	84,400	19,180	0,510				
	5-11 классы		100	8,130	5,190	2,870	187,000	0,008	1,870	1,130		42,390	105,510	23,980	0,640				
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 свежих яблок	1-4 классы	702 Сб.1997г.	200	0,080		33,552	127,760	0,004	0,720			0,480	2,400	4,000	0,152				
	5-11 классы	702 Сб.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 31805-2012	020	1,520	0,001	10,460	46,600	0,020			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180				
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	025	1,900	0,150	13,070	58,250	0,020			0,420	5,000	16,250	3,500	0,220				
Хлеб ржаной	1-4 классы		020	2,800	4,100	2,900	128,000												
	5-11 классы		025	5,200	5,200	3,500	160,000												
<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	54,330	0,011	5,700			1,340	21,090	24,510	24,510	0,798			
	5-11 классы	23 Сб.2008г.	100	1,615	4,995	10,260	90,550	0,019	9,500			2,233	35,150	40,850	40,850	1,330			
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			
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	2,910	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	1,940	0,025	3,880	29,964	200,972	34,006	2,076				
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 31805-2012	020	1,520	0,001	10,460	46,600	0,020			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180				
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	030	2,280	0,190	15,690	69,900	0,030			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270				
Хлеб ржаной	1-4 классы		020	2,800	4,100	2,900	128,000												
	5-11 классы		030	3,000	0,600	22,300	109,000												
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	1-4 классы	<b>500</b>	<b>14,723</b>	<b>12,748</b>	<b>75,842</b>	<b>608,780</b>	<b>0,193</b>	<b>28,465</b>	<b>1,156</b>	<b>0,424</b>	<b>93,180</b>	<b>220,820</b>	<b>63,585</b>	<b>2,602</b>				
		5-11 классы	<b>560</b>	<b>20,066</b>	<b>15,936</b>	<b>85,026</b>	<b>722,880</b>	<b>0,225</b>	<b>33,640</b>	<b>1,161</b>	<b>0,592</b>	<b>104,942</b>	<b>245,252</b>	<b>70,846</b>	<b>3,040</b>				
	<b>Обед</b>	1-4 классы	<b>700</b>	<b>18,644</b>	<b>18,257</b>	<b>92,600</b>	<b>656,869</b>	<b>0,226</b>	<b>23,635</b>	<b>0,019</b>	<b>5,873</b>	<b>65,348</b>	<b>251,796</b>	<b>76,862</b>	<b>3,474</b>				
		5-11 классы	<b>810</b>	<b>23,677</b>	<b>19,753</b>	<b>132,723</b>	<b>779,086</b>	<b>0,270</b>	<b>27,941</b>	<b>0,025</b>	<b>7,956</b>	<b>88,960</b>	<b>324,822</b>	<b>103,106</b>	<b>4,616</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>Четверг</b>		<b>1-я неделя</b>		<b>Завтрак</b>												
Горошек зеленый консервированный	1-4 классы	31 С6.1997г.	020	0,620	0,400	1,420	8,200	0,022	2,000		0,240	3,200	10,600	4,200	0,140	
	5-11 классы	31 С6.1997г.	030	0,930	0,600	2,130	12,300	0,033	3,000		0,360	4,800	15,900	6,300	0,210	
Люля-кебаб с соусом	1-4 классы		90	4,310	10,265	8,850	143,342	0,006	0,960	0,003	1,306	2,764	5,192	2,472	36,838	
	5-11 классы		100	5,932	14,113	11,607	195,115	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	38,347	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	
Сок фруктовый	1-4 классы	293 С6.2008г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000			16,000	18,000	10,000	0,400	
	5-11 классы	293 С6.2008г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000			16,000	18,000	10,000	0,400	
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	020	1,520	0,001	10,460	46,600	0,020			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180	
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	025	1,900	0,150	13,070	58,250	0,020			0,420	5,000	16,250	3,500	0,220	
Хлеб ржаной	1-4 классы		020	2,800	4,100	2,900	128,000									
	5-11 классы		025	5,200	5,200	3,500	160,000									
<b>Четверг</b>		<b>1-я неделя</b>		<b>Обед</b>												
Салат картофельный с огурцами	1-4 классы	37 С6.2015г.	060	1,276	1,836	7,317	49,219	0,044	7,078		0,813	12,707	28,457	10,584	0,533	
	5-11 классы	37 С6.2015г.	100	2,126	3,060	12,196	82,032	0,073	11,796		1,354	21,177	47,427	17,639	0,888	
Борщ с капустой и картофелем, со сметаной	1-4 классы	110 С6.1996г.	210	1,833	5,522	11,708	96,080	0,048	16,830	0,006	1,819	37,900	45,972	27,120	56,044	
	5-11 классы	110 С6.1996г.	260	2,217	6,528	14,562	117,200	0,060	21,025	0,006	2,270	45,125	55,915	33,650	70,053	
ЁЖИКИ в соусе	1-4 классы	0	090	6,548	25,302	11,892	297,392	0,006	0,960	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	0,720	0,002	1,798	2,073	3,894	1,854	27,628	
Каша гречневая рассыпчатая	1-4 классы	463 С6.1996г.	150	7,716	5,384	41,323	232,585	0,255		0,021	4,160	30,396	154,621	0,158	2,985	
	5-11 классы	463 С6.1996г.	180	9,255	6,460	49,561	278,971	0,306		0,025	4,989	36,456	185,444	0,189	3,580	
Напиток из шиповника	1-4 классы	289 С6.2008г.	180	0,720		24,273	96,705	0,027	216,000		0,308	12,150	3,600	3,600	5,081	
	5-11 классы	289 С6.2008г.	180	0,720		24,273	96,705	0,027	216,000		0,308	12,150	3,600	3,600	5,081	
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	020	1,520	0,001	10,460	46,600	0,020			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180	
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	030	2,280	0,190	15,690	69,900	0,030			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270	
Хлеб ржаной	1-4 классы		020	2,800	4,100	2,900	128,000									
	5-11 классы		030	3,000	0,600	22,300	109,000									
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>		1-4 классы	<b>500</b>	<b>15,615</b>	<b>19,031</b>	<b>85,377</b>	<b>623,932</b>	<b>0,155</b>	<b>6,960</b>	<b>0,024</b>	<b>3,019</b>	<b>36,391</b>	<b>92,151</b>	<b>27,778</b>	<b>38,180</b>
			5-11 классы	<b>560</b>	<b>21,399</b>	<b>25,180</b>	<b>99,718</b>	<b>764,193</b>	<b>0,182</b>	<b>7,720</b>	<b>0,027</b>	<b>4,009</b>	<b>40,385</b>	<b>108,470</b>	<b>31,621</b>	<b>29,204</b>
	<b>Обед</b>		1-4 классы	<b>730</b>	<b>22,413</b>	<b>42,145</b>	<b>109,873</b>	<b>946,581</b>	<b>0,400</b>	<b>240,868</b>	<b>0,030</b>	<b>8,686</b>	<b>99,917</b>	<b>250,842</b>	<b>46,734</b>	<b>101,661</b>
			5-11 классы	<b>880</b>	<b>28,559</b>	<b>51,937</b>	<b>153,576</b>	<b>1160,433</b>	<b>0,500</b>	<b>249,541</b>	<b>0,033</b>	<b>11,219</b>	<b>122,981</b>	<b>315,780</b>	<b>61,132</b>	<b>107,500</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>1-я неделя</b>						<b>Завтрак</b>											
Фрукты	1-4 классы	24.01	150	0,600		14,700	57,000											
	5-11 классы	24.01	150	0,600		14,700	57,000											
Каша рисовая молочная жидкая с маслом,сахаром	1-4 классы	114 С6.2008г.	160	3,923	5,764	30,395	187,237	0,043	0,800	0,036	0,293	103,743	96,225	16,204	1,252			
	5-11 классы	114 С6. 2008г.	210	5,209	6,477	38,848	232,320	0,057	1,067	0,041	0,352	137,899	127,973	21,556	1,661			
Кофейный напиток с молоком	1-4 классы	762С6.1997г.	180	2,790	2,340	21,573	120,015	0,027	0,900	0,018	0,081	109,170	81,900	12,600	0,941			
	5-11 классы	762С6.1997г.	180	2,790	2,340	21,573	120,015	0,027	0,900	0,018	0,081	109,170	81,900	12,600	0,941			
Батон	1-4 классы	ГОСТ 31752-2012	040	2,960	1,160	20,560	0,100	0,060			1,000	10,000	32,800	13,200	0,600			
	5-11 классы	ГОСТ 31752-2012	050	3,700	1,450	25,700	0,125	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 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			
Рассольник ленинградский со сметаной	1-4 классы	42 С6.2008г.	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 С6.2008г.	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			
Тефтели с соусом	1-4 классы	0	090	6,548	27,300	11,892	315,372	0,006	0,960	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	0,720	0,002	2,554	2,073	3,894	1,854	27,628			
Картофель и овощи тушеные	1-4 классы	251 С6.1997г.	150	3,675	11,419	35,220	250,013	0,215	35,625		4,787	23,400	108,525	43,575	1,622			
	5-11 классы	251 С6.1997г.	180	4,410	13,703	42,264	300,015	0,258	42,750		5,745	28,080	130,230	52,290	1,946			
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 31805-2012	020	1,520	0,001	10,460	46,600	0,020			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180			
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	030	2,280	0,190	15,690	69,900	0,030			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270			
Хлеб ржаной	1-4 классы		020	2,800	4,100	2,900	128,000											
	5-11 классы		030	3,000	0,600	22,300	109,000											
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	1-4 классы	<b>530</b>	<b>10,27</b>	<b>9,26</b>	<b>87,23</b>	<b>364,35</b>	<b>0,13</b>	<b>1,70</b>	<b>0,05</b>	<b>1,37</b>	<b>222,91</b>	<b>210,93</b>	<b>42,00</b>	<b>2,79</b>			
		5-11 классы	<b>590</b>	<b>12,30</b>	<b>10,27</b>	<b>100,82</b>	<b>409,46</b>	<b>0,16</b>	<b>1,97</b>	<b>0,06</b>	<b>1,68</b>	<b>259,57</b>	<b>250,87</b>	<b>50,66</b>	<b>3,35</b>			
	<b>Обед</b>	1-4 классы	<b>730</b>	<b>18,638</b>	<b>51,411</b>	<b>114,877</b>	<b>1036,225</b>	<b>0,363</b>	<b>73,934</b>	<b>0,009</b>	<b>10,282</b>	<b>110,062</b>	<b>219,817</b>	<b>94,405</b>	<b>44,095</b>			
		5-11 классы	<b>880</b>	<b>23,864</b>	<b>63,006</b>	<b>157,638</b>	<b>1259,933</b>	<b>0,456</b>	<b>100,019</b>	<b>0,008</b>	<b>13,173</b>	<b>136,487</b>	<b>270,670</b>	<b>115,038</b>	<b>35,825</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>Суббота</b>	<b>1-я неделя</b>						<b>Завтрак</b>											
Икра кабачковая(порционно)	1-4 классы	31 Сб.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 Сб.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	0	090	5,308	9,802	10,652	151,072	0,006	0,960	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	0,720	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	88,320		2,241	83,598	62,415	31,572	84,606			
	5-11 классы	482 Сб.1996г.	180	4,316	6,321	19,838	148,280	0,133	105,985		2,689	100,330	74,925	37,886	101,068			
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 31805-2012	020	1,520	0,001	10,460	46,600	0,020				0,280	4,000	13,000	2,800	0,180		
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	025	1,900	0,150	13,070	58,250	0,020				0,420	5,000	16,250	3,500	0,220		
Хлеб ржаной	1-4 классы		020	2,800	4,100	2,900	128,000											
	5-11 классы		025	5,200	5,200	3,500	160,000											
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>500</b>	<b>13,821</b>	<b>21,021</b>	<b>57,253</b>	<b>530,800</b>	<b>0,141</b>	<b>90,681</b>	<b>0,003</b>	<b>3,827</b>	<b>98,908</b>	<b>94,007</b>	<b>43,844</b>	<b>123,077</b>			
		<b>5-11 классы</b>	<b>560</b>	<b>19,437</b>	<b>27,771</b>	<b>67,252</b>	<b>661,702</b>	<b>0,163</b>	<b>108,806</b>	<b>0,002</b>	<b>4,907</b>	<b>120,049</b>	<b>115,169</b>	<b>53,740</b>	<b>131,069</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>Понедельник</b>		<b>2-я неделя</b>		<b>Завтрак</b>											
Йогурт	1-4 классы	ТУ 10.51.56-045-18255315-2017	100	5,000	1,500	3,500	51,000	0,030	0,600	0,010		124,000	95,000	15,000	0,100
	5-11 классы	ТУ 10.51.56-045-18255315-2017	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	15,690	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	1,520	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>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	54,330	0,011	5,700		1,340	21,090	24,510	24,510	0,798
	5-11 классы	23 Сб.2008г.	100	1,615	4,995	10,260	90,550	0,019	9,500		2,233	35,150	40,850	40,850	1,330
Суп картофельный с макаронными изделиями	1-4 классы	139 Сб.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 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
Тефтели с соусом	1-4 классы	0	090	6,548	27,300	11,892	315,372	0,006	0,960	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	0,720	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	0,130		22,075	86,328	0,006	5,760			6,192	3,168	1,728	0,151
	5-11 классы	289 Сб.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 31805-2012	020	1,520	0,001	10,460	46,600	0,020			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	030	2,280	0,190	15,690	69,900	0,030			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270
Хлеб ржаной	1-4 классы		020	2,800	4,100	2,900	128,000								
	5-11 классы		030	3,000	0,600	22,300	109,000								
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	1-4 классы	<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>
		5-11 классы	<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>	1-4 классы	<b>720</b>	<b>30,370</b>	<b>41,460</b>	<b>112,984</b>	<b>991,336</b>	<b>0,766</b>	<b>25,620</b>	<b>0,024</b>	<b>11,319</b>	<b>111,464</b>	<b>255,558</b>	<b>112,367</b>	<b>43,576</b>
		5-11 классы	<b>870</b>	<b>38,184</b>	<b>51,264</b>	<b>157,679</b>	<b>1216,459</b>	<b>0,932</b>	<b>32,480</b>	<b>0,027</b>	<b>14,405</b>	<b>143,018</b>	<b>321,583</b>	<b>146,624</b>	<b>36,145</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>Вторник</b>		<b>2-я неделя</b>		<b>Завтрак</b>											
Огурцы порционно	1-4 классы	522 Сб.1996г.	020	0,140		0,360	2,000	0,004	1,400	0,006	0,020	3,400	8,400		0,004
	5-11 классы	522 Сб.1996г.	030	0,210		0,540	3,000	0,006	2,100	0,009	0,030	5,100	12,600		0,006
Котлеты Куриные с соусом	1-4 классы	0	090	5,308	9,802	10,652	151,072	0,006	0,960	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	0,720	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	4,160	30,396	154,621	0,158	2,985
	5-11 классы	463 Сб.1996г.	180	9,255	6,460	49,561	278,971	0,306		0,025	4,989	36,456	185,444	0,189	3,580
Компот из свежих яблок	1-4 классы	702 Сб.1997г.	200	0,080		33,552	127,760	0,004	0,720			0,480	2,400	4,000	0,152
	5-11 классы	702 Сб.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 31805-2012	020	1,520	0,001	10,460	46,600	0,020			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	025	1,900	0,150	13,070	58,250	0,020			0,420	5,000	16,250	3,500	0,220
Хлеб ржаной	1-4 классы		020	2,800	4,100	2,900	128,000								
	5-11 классы		025	5,200	5,200	3,500	160,000								
<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	6,420		2,804	13,320	29,238	14,088	0,445
	5-11 классы	60 Сб.1996г.	100	1,990	10,621	10,012	136,580	0,075	10,700		4,674	22,200	48,730	23,480	0,741
Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	1-4 классы	120 Сб.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 Сб.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
ЁЖИКИ в соусе	1-4 классы	0	090	6,548	25,302	11,892	297,392	0,006	0,960	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	0,720	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	203,790	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
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
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	020	1,520	0,001	10,460	46,600	0,020			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	030	2,280	0,190	15,690	69,900	0,030			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270
Хлеб ржаной	1-4 классы		020	2,800	4,100	2,900	128,000								
	5-11 классы		030	3,000	0,600	22,300	109,000								
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	1-4 классы	<b>500</b>	<b>17,564</b>	<b>19,287</b>	<b>99,247</b>	<b>688,017</b>	<b>0,289</b>	<b>3,080</b>	<b>0,030</b>	<b>5,766</b>	<b>41,040</b>	<b>183,613</b>	<b>9,430</b>	<b>40,159</b>
		5-11 классы	<b>560</b>	<b>23,866</b>	<b>25,159</b>	<b>113,477</b>	<b>829,286</b>	<b>0,340</b>	<b>3,540</b>	<b>0,036</b>	<b>7,237</b>	<b>49,109</b>	<b>220,588</b>	<b>9,543</b>	<b>31,586</b>
	<b>Обед</b>	1-4 классы	<b>737</b>	<b>19,474</b>	<b>45,617</b>	<b>92,168</b>	<b>897,220</b>	<b>0,227</b>	<b>36,691</b>	<b>0,030</b>	<b>7,357</b>	<b>71,162</b>	<b>137,533</b>	<b>46,746</b>	<b>57,277</b>
		5-11 классы	<b>887</b>	<b>25,092</b>	<b>58,211</b>	<b>133,697</b>	<b>1124,668</b>	<b>0,299</b>	<b>47,346</b>	<b>0,033</b>	<b>10,617</b>	<b>90,571</b>	<b>180,545</b>	<b>62,891</b>	<b>53,350</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>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	5,356	10,209	39,072	267,300	0,112	1,020	0,060	0,680	132,690	135,000	28,840	2,125		
	5-11 классы	102 С6.2008г.	260	6,401	10,801	44,823	299,771	0,134	1,224	0,064	0,769	158,707	161,600	34,548	2,540		
Кофейный напиток с молоком	1-4 классы	287 С6.2008г.	200	3,100	2,600	23,970	133,350	0,030	1,000	0,020	0,090	121,300	91,000	14,000	1,045		
	5-11 классы	287 С6.2008г.	200	3,100	2,600	23,970	133,350	0,030	1,000	0,020	0,090	121,300	91,000	14,000	1,045		
Бутерброды с маслом, повидлом	1-4 классы		040/10/5	2,425	3,805	28,795	152,350	0,036	0,100	0,020		10,000	22,300	5,750	0,640		
	5-11 классы		050/10/5	5,800	0,530	23,530	113,000										
<b>Среда</b>	<b>2-я неделя</b>		<b>Обед</b>														
Салат из моркови и яблок/Салат из помидоров*	1-4 классы	11 С6.2008г.	060	0,512	6,031	8,678	89,400	0,024	2,154		2,751	18,702	21,210	15,708	0,085		
	5-11 классы	11 С6.2008г.	100	0,853	10,051	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 С6.1996г.	210	1,833	5,522	11,708	96,080	0,048	16,830	0,006	1,819	37,900	45,972	27,120	56,044		
	5-11 классы	110 С6.1996г.	260	2,217	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		90	4,310	10,265	8,850	143,342	0,006	0,960	0,003	1,306	2,764	5,192	2,472	36,838		
	5-11 классы		100	5,932	14,113	11,607	195,115	0,004	0,720	0,002	1,798	2,073	3,894	1,854	27,628		
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 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 31805-2012	020	1,520	0,001	10,460	46,600	0,020				0,280	4,000	13,000	2,800	0,180	
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	030	2,280	0,190	15,690	69,900	0,030				0,500	6,000	19,500	4,200	0,270	
Хлеб ржаной	1-4 классы		020	2,800	4,100	2,900	128,000										
	5-11 классы		030	3,000	0,600	22,300	109,000										
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	1-4 классы	<b>500</b>	<b>11,681</b>	<b>24,164</b>	<b>106,907</b>	<b>684,500</b>	<b>0,178</b>	<b>2,120</b>	<b>0,100</b>	<b>0,770</b>	<b>263,990</b>	<b>248,300</b>	<b>48,590</b>	<b>3,810</b>		
		5-11 классы	<b>550</b>	<b>16,101</b>	<b>21,481</b>	<b>107,393</b>	<b>677,621</b>	<b>0,164</b>	<b>2,224</b>	<b>0,084</b>	<b>0,859</b>	<b>280,007</b>	<b>252,600</b>	<b>48,548</b>	<b>3,585</b>		
	<b>Обед</b>	1-4 классы	<b>730</b>	<b>15,116</b>	<b>30,416</b>	<b>101,105</b>	<b>783,726</b>	<b>0,264</b>	<b>46,368</b>	<b>0,035</b>	<b>6,300</b>	<b>135,416</b>	<b>202,421</b>	<b>97,375</b>	<b>98,695</b>		
		5-11 классы	<b>880</b>	<b>19,076</b>	<b>36,878</b>	<b>142,406</b>	<b>951,359</b>	<b>0,332</b>	<b>56,934</b>	<b>0,039</b>	<b>9,324</b>	<b>164,680</b>	<b>250,888</b>	<b>121,720</b>	<b>103,919</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>Четверг</b>		<b>2-я неделя</b>		<b>Завтрак</b>												
Огурцы солёные	1-4 классы	24 Сб.1996г.	040	1,120		0,520	6,440						10,000	8,000		0,480
	5-11 классы	24 Сб.1996г.	040	1,120		0,520	6,440						10,000	8,000		0,480
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			3,650	41,941	90,771	27,628	3,449
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 31805-2012	030	2,280	0,190	15,690	69,900	0,030				0,500	6,000	19,500	4,200	0,270
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	030	2,280	0,190	15,690	69,900	0,030				0,500	6,000	19,500	4,200	0,270
Хлеб ржаной	1-4 классы		030	3,000	0,600	22,300	109,000									
	5-11 классы		030	3,000	0,600	22,300	109,000									
<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	23,950			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
Суп картофельный с горохом	1-4 классы	138 Сб.1996г.	200	4,746	4,302	18,572	127,580	0,202	9,300			3,215	25,820	69,500	28,200	1,556
	5-11 классы	138 Сб.1996г.	250	5,933	5,378	23,215	159,475	0,253	11,625			4,019	32,275	86,875	35,250	1,945
Рыба, тушенная в томате с овощами	1-4 классы	309 Сб. 1996г.	90	8,330	3,029	5,112	78,054	0,056	3,700			1,276	14,540	19,460	39,142	92,485
	5-11 классы	309 Сб.1996г.	100	10,261	5,442	5,112	107,499	0,066	3,700			2,255	14,540	19,460	46,062	92,582
Картофель и овощи тушенные	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
Сок фруктовый	1-4 классы	293.08	180	0,900		21,060	84,600	0,018	3,600				14,400	16,200	9,000	0,360
	5-11 классы	293.08	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 31805-2012	020	1,520	0,001	10,460	46,600	0,020				0,280	4,000	13,000	2,800	0,180
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	030	2,280	0,190	15,690	69,900	0,030				0,500	6,000	19,500	4,200	0,270
Хлеб ржаной	1-4 классы		020	2,800	4,100	2,900	128,000									
	5-11 классы		030	3,000	0,600	22,300	109,000									
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>500</b>	<b>25,271</b>	<b>17,054</b>	<b>94,048</b>	<b>604,680</b>	<b>0,136</b>	<b>2,698</b>	<b>0,000</b>	<b>3,349</b>	<b>49,581</b>	<b>95,623</b>	<b>25,337</b>	<b>3,904</b>	
		<b>5-11 классы</b>	<b>550</b>	<b>26,596</b>	<b>18,775</b>	<b>107,554</b>	<b>676,143</b>	<b>0,156</b>	<b>3,596</b>	<b>0,000</b>	<b>4,150</b>	<b>58,287</b>	<b>118,271</b>	<b>31,828</b>	<b>4,252</b>	
	<b>Обед</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>720</b>	<b>22,900</b>	<b>25,854</b>	<b>99,292</b>	<b>768,411</b>	<b>0,543</b>	<b>76,175</b>	<b>0,000</b>	<b>10,856</b>	<b>107,038</b>	<b>244,648</b>	<b>132,565</b>	<b>96,692</b>	
		<b>5-11 классы</b>	<b>870</b>	<b>28,334</b>	<b>30,318</b>	<b>139,592</b>	<b>919,781</b>	<b>0,678</b>	<b>101,625</b>	<b>0,000</b>	<b>14,682</b>	<b>136,789</b>	<b>302,224</b>	<b>163,226</b>	<b>97,919</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 С6.1997г.	020	0,400	1,800	1,720	24,400	0,004	1,400				8,200	13,400	7,000	1,400
	5-11 классы	31 С6.1997г.	030	0,600	2,700	2,580	36,600	0,006	2,100				12,300	20,100	10,500	2,100
Стейк(Шницель) из курицы с соусом	1-4 классы	520 С6.1997г.	090	7,348	6,052	5,042	269,992	0,006	0,960	0,003	1,306		2,764	5,192	2,472	36,838
	5-11 классы	520 С6.1997г.	100	9,261	7,799	5,094	341,525	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	38,347	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 апельсинов с яблоками	1-4 классы	278 С6.2008г.	200	0,420		30,520	118,600	0,019	24,540			0,088	14,000	11,000	8,200	0,120
	5-11 классы	278 С6.2008г.	200	0,420		30,520	118,600	0,019	24,540			0,088	14,000	11,000	8,200	0,120
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	020	1,520	0,001	10,460	46,600	0,020				0,280	4,000	13,000	2,800	0,180
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	025	1,900	0,150	13,070	58,250	0,020				0,420	5,000	16,250	3,500	0,220
Хлеб ржаной	1-4 классы		020	2,800	4,100	2,900	128,000									
	5-11 классы		025	5,200	5,200	3,500	160,000									
<b>Пятница</b>		<b>2-я неделя</b>		<b>Обед</b>												
Сельдь с гарниром	1-4 классы	83 С6.1996г.	060	4,240	8,098	4,468	86,115	0,026	4,290	0,012	2,902		24,787	69,462	18,845	408,381
	5-11 классы	83 С6.1996г.	100	5,164	14,603	8,624	164,088	0,050	8,280	0,022	5,600		35,191	91,378	30,046	408,735
Суп из овощей	1-4 классы	132 С6.1996г.	200	1,514	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	1,893	4,406	13,113	95,533	0,091	22,250			1,937	23,600	50,475	21,475	0,795
Печень говяжья по-строгановски	1-4 классы	387С6.1996г.	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	387С6.1996г.	100	13,752	10,204	3,401	154,303	0,232	25,563	2,842	2,548		16,105	263,467	16,370	61,918
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 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 31805-2012	020	1,520	0,001	10,460	46,600	0,020				0,280	4,000	13,000	2,800	0,180
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	030	2,280	0,190	15,690	69,900	0,030				0,500	6,000	19,500	4,200	0,270
Хлеб ржаной	1-4 классы		020	2,800	4,100	2,900	128,000									
	5-11 классы		030	3,000	0,600	22,300	109,000									
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	1-4 классы	<b>500</b>	<b>17,853</b>	<b>16,218</b>	<b>88,989</b>	<b>791,382</b>	<b>0,136</b>	<b>26,900</b>	<b>0,024</b>	<b>2,867</b>	<b>39,391</b>	<b>87,951</b>	<b>28,778</b>	<b>39,160</b>	
		5-11 классы	<b>560</b>	<b>23,818</b>	<b>20,966</b>	<b>100,775</b>	<b>959,503</b>	<b>0,154</b>	<b>27,360</b>	<b>0,027</b>	<b>3,737</b>	<b>45,885</b>	<b>105,670</b>	<b>34,021</b>	<b>30,814</b>	
	<b>Обед</b>	1-4 классы	<b>727</b>	<b>25,362</b>	<b>29,534</b>	<b>87,283</b>	<b>738,900</b>	<b>0,354</b>	<b>45,570</b>	<b>2,314</b>	<b>7,178</b>	<b>80,723</b>	<b>391,407</b>	<b>64,914</b>	<b>470,859</b>	
		5-11 классы	<b>877</b>	<b>30,973</b>	<b>36,310</b>	<b>127,052</b>	<b>909,379</b>	<b>0,459</b>	<b>58,894</b>	<b>2,896</b>	<b>11,067</b>	<b>101,503</b>	<b>490,836</b>	<b>86,782</b>	<b>472,991</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>Суббота</b>		<b>2-я неделя</b>		<b>Завтрак</b>											
Салат картофельный с зеленым горошком	1-4 классы	31 С6.2008г.	060	1,864	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.	060	1,864	6,956	7,733	97,236	0,059	8,160	0,021	2,794	9,948	39,036	13,884	0,576
Омлет натуральный	1-4 классы	284 С6.1996г.	200	21,076	25,854	3,838	335,305	0,125	0,571	0,583	3,323	155,233	335,804	90,570	4,705
	5-11 классы	284 С6.1996г.	230	24,238	29,734	4,414	385,618	0,143	0,657	0,670	3,821	178,519	386,180	104,158	5,410
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 31805-2012	020	1,520	0,001	10,460	46,600	0,020			0,280	4,000	13,000	2,800	0,180
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	030	2,280	0,190	15,690	69,900	0,030			0,500	6,000	19,500	4,200	0,270
Хлеб ржаной	1-4 классы		020	2,800	4,100	2,900	128,000								
	5-11 классы		030	3,000	0,600	22,300	109,000								
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>500</b>	<b>27,460</b>	<b>36,962</b>	<b>39,941</b>	<b>664,408</b>	<b>0,204</b>	<b>8,732</b>	<b>0,604</b>	<b>6,397</b>	<b>169,527</b>	<b>387,840</b>	<b>107,254</b>	<b>5,514</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>550</b>	<b>31,582</b>	<b>37,531</b>	<b>65,147</b>	<b>719,021</b>	<b>0,232</b>	<b>8,818</b>	<b>0,691</b>	<b>7,115</b>	<b>194,813</b>	<b>444,716</b>	<b>122,242</b>	<b>6,309</b>

\* - действует с 01 марта