

СОГЛАСОВАНО:

Директор ГБОУ СОШ (ООШ)

*с Нитнее Самченко*



*Н. В. Воробьев*

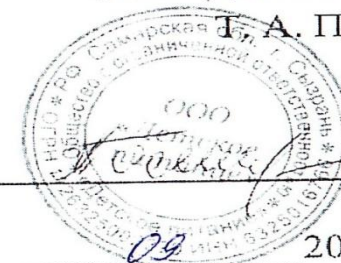
*01 09 2021 г.*

УТВЕРЖДАЮ:

Директор

ООО "Детское питание"

*Т. А. Полуляхова*



*01*

*09*

*2021 г.*

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

**Осенне-зимнее (весеннее - \*)**

*Согласовано с родительским  
комитетом  
Председатель *Е. П. Чернов*  
01.09.2021 г.*

**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		
<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		
	5-11 классы	24 Сб.1996г.	030	1,05	0,84	4,68	30,3	0,12					13,8		
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	
	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	
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	
	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	
Чай с сахаром	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0,2	0,051	15,01	57,267		0,001				0,346		
	5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0,2	0,051	15,01	57,267		0,001				0,346		
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6	
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	050	3,8	0,3	26,15	116,5	0,055			0,84	10	32,5	7	
<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
	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
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
	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
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	
	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	
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
	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
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	
	5-11 классы	283 Сб.2008г.	180	0,878		32,139	126,104	0,005	0,549			30,74	21,137	16,47	
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6	
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	060	4,56	0,36	31,38	139,8	0,066			1,008	12	39	8,4	
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	1-4 классы	<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>	
		5-11 классы	<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>Обед</b>	1-4 классы	<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>	
		5-11 классы	<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>	

\* - 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	
<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
	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
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
	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
Сок фруктовый, (1 шт)	1-4 классы	293 Сб.2008г.	200	1		23,4	94	0,02	4			14	14	8
	5-11 классы	293 Сб.2008г.	200	1		23,4	94	0,02	4			14	14	8
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
	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
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	050	3,8	0,3	26,15	116,5	0,055			0,84	10	32,5	7
<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
	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
Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	1-4 классы	120 Сб.1996г.	220	1,804	5,53	8,801	85,78	0,066	26,51	0,006	1,774	37,54	43,204	18,24
	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
Жаркое По-домашнему(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
	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
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
	5-11 классы	278 Сб.2008г.	200	0,42		30,52	118,6	0,019	24,54		0,088	14	11	8,2
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	060	4,56	0,36	31,38	139,8	0,066			1,008	12	39	8,4
<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>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>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>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>

\* - 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	
<b>Среда</b>	<b>1-я неделя</b>	<b>Завтрак</b>												
Огурцы солёные	1-4 классы	24 Сб.1996г.	020	0,56		0,26	3,22					5	4	
	5-11 классы	24 Сб.1996г.	030	0,84		0,39	4,83					7,5	6	
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
	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
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
	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
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
	5-11 классы	702 Сб.1997г.	200	0,08		33,552	127,76	0,004	0,72			0,48	2,4	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
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	050	3,8	0,3	26,15	116,5	0,055			0,84	10	32,5	7
<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
	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
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
	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
Плов из птицы(филе куриное)	1-4 классы	893 Сб1998г.	150	10,315	8,435	34,129	245,147	0,077	1,434	0,019	2,91	22,412	150,786	25,502
	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
Чай с сахаром	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0,2	0,051	15,01	57,267		0,001			0,346		
	5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0,2	0,051	15,01	57,267		0,001			0,346		
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	060	4,56	0,36	31,38	139,8	0,066			1,008	12	39	8,4
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	1-4 классы	<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>
		5-11 классы	<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>Обед</b>	1-4 классы	<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>
		5-11 классы	<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>

\* - 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	
<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
	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
Сосиски отварные с соусом	1-4 классы	393 Сб.1997г.	90	5,2	6,6	0,15	85,5					14,5	80,5	10
	5-11 классы	393 Сб.1997г.	90	5,2	6,6	0,15	85,5					14,5	80,5	10
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
	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
Сок фруктовый	1-4 классы	293 Сб.2008г.	200	1		23,4	94	0,02	4			16	18	10
	5-11 классы	293 Сб.2008г.	200	1		23,4	94	0,02	4			16	18	10
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	050	3,8	0,3	26,15	116,5	0,055			0,84	10	32,5	7
<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
	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
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
	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
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
	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
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
	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
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
	5-11 классы	289 Сб.2008г.	180	0,72		24,273	96,705	0,027	216		0,308	12,15	3,6	3,6
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	060	4,56	0,36	31,38	139,8	0,066			1,008	12	39	8,4
<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>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>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>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>249,541</b>	<b>0,033</b>	<b>11,727</b>	<b>128,981</b>	<b>335,28</b>	<b>65,332</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		
<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	
	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	
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	
	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	
Батон	1-4 классы	ГОСТ 31752-2012	040	2,96	1,16	20,56	0,1	0,06			1	10	32,8	13,2	
	5-11 классы	ГОСТ 31752-2012	050	3,7	1,45	25,7	0,125	0,075			1,25	12,5	41	16,5	
<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	
	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	
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	
	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	
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	
	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	
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	
	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	
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	
	5-11 классы	283 Сб.2008г.	180	0,878		32,139	126,104	0,005	0,549			30,74	21,137	16,47	
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6	
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	060	4,56	0,36	31,38	139,8	0,066			1,008	12	39	8,4	
<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>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>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>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>	

\* - 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	
<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
	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
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
	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
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
	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
Чай с сахаром	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0,2	0,051	15,01	57,267		0,001			0,346		
	5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0,2	0,051	15,01	57,267		0,001			0,346		
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	050	3,8	0,3	26,15	116,5	0,055			0,84	10	32,5	7
<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>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>

\* - 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	
<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
	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
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
	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
Чай с сахаром	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0,2	0,051	15,01	57,267		0,001			0,346		
	5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0,2	0,051	15,01	57,267		0,001			0,346		
<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
	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
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
	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
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
	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
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
	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
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
	5-11 классы	289 Сб.2008г.	180	0,13		22,075	86,328	0,006	5,76			6,192	3,168	1,728
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	060	4,56	0,36	31,38	139,8	0,066			1,008	12	39	8,4
<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>
		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>Обед</b>	1-4 классы	<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>
		5-11 классы	<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>

\* - 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	
<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	
	5-11 классы	522 Сб.1996г.	030	0,21		0,54	3	0,006	2,1	0,009	0,03	5,1	12,6	
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
	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
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
	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
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
	5-11 классы	702 Сб.1997г.	200	0,08		33,552	127,76	0,004	0,72			0,48	2,4	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
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	050	3,8	0,3	26,15	116,5	0,055			0,84	10	32,5	7
<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
	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
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
	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
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
	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
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
	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
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
	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
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	060	4,56	0,36	31,38	139,8	0,066			1,008	12	39	8,4
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	1-4 классы	<b>500</b>	<b>16,284</b>	<b>15,426</b>	<b>106,807</b>	<b>606,617</b>	<b>0,313</b>	<b>3,08</b>	<b>0,03</b>	<b>6,158</b>	<b>45,04</b>	<b>196,613</b>	<b>12,23</b>
		5-11 классы	<b>560</b>	<b>20,566</b>	<b>20,109</b>	<b>123,057</b>	<b>727,536</b>	<b>0,375</b>	<b>3,54</b>	<b>0,036</b>	<b>7,657</b>	<b>54,109</b>	<b>236,838</b>	<b>13,043</b>
	<b>Обед</b>	1-4 классы	<b>737</b>	<b>18,194</b>	<b>41,756</b>	<b>99,728</b>	<b>815,82</b>	<b>0,251</b>	<b>36,691</b>	<b>0,03</b>	<b>7,749</b>	<b>75,162</b>	<b>150,533</b>	<b>49,546</b>
		5-11 классы	<b>887</b>	<b>24,372</b>	<b>57,781</b>	<b>127,087</b>	<b>1 085,568</b>	<b>0,335</b>	<b>47,346</b>	<b>0,033</b>	<b>11,125</b>	<b>96,571</b>	<b>200,045</b>	<b>67,091</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	
<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
	5-11 классы	29 Сб.1997г.	030	3,3	13,2		132	0,057				3	67,8	8,1
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
	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
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
	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
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	050	3,8	0,3	26,15	116,5	0,055			0,84	10	32,5	7
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	060	4,56	0,36	31,38	139,8	0,066			1,008	12	39	8,4
<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
	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
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
	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
Сосиски отварные с соусом	1-4 классы	393 Сб.1997г.	90	5,2	6,6	0,15	85,5					14,5	80,5	10
	5-11 классы	393 Сб.1997г.	140	10,4	13,2	0,3	171					29	161	20
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
	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
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
	5-11 классы	283 Сб.2008г.	180	0,878		32,139	126,104	0,005	0,549			30,74	21,137	16,47
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	060	4,56	0,36	31,38	139,8	0,066			1,008	12	39	8,4
<b>ИТОГО:</b>	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
		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
	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
		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

\* - 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	
<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	
	5-11 классы	24 Сб.1996г.	040	1,12		0,52	6,44					10	8	
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
	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
Чай с сахаром	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0,2	0,051	15,01	57,267		0,001			0,346		
	5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0,2	0,051	15,01	57,267		0,001			0,346		
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	060	4,56	0,36	31,38	139,8	0,066			1,008	12	39	8,4
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	060	4,56	0,36	31,38	139,8	0,066			1,008	12	39	8,4
<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
	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
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
	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
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
	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
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
	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
Сок фруктовый	1-4 классы	293.08	180	0,9		21,06	84,6	0,018	3,6			14,4	16,2	9
	5-11 классы	293.08	180	0,9		21,06	84,6	0,018	3,6			14,4	16,2	9
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	060	4,56	0,36	31,38	139,8	0,066			1,008	12	39	8,4
<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>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>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>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>

\* - 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	
<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
	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
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
	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
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
	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
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
	5-11 классы	278 Сб.2008г.	200	0,42		30,52	118,6	0,019	24,54		0,088	14	11	8,2
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	050	3,8	0,3	26,15	116,5	0,055			0,84	10	32,5	7
<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
	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
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
	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
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
	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
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
	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
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
	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
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	060	4,56	0,36	31,38	139,8	0,066			1,008	12	39	8,4
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	1-4 классы	<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>
		5-11 классы	<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>Обед</b>	1-4 классы	<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>
		5-11 классы	<b>877</b>	<b>30,253</b>	<b>35,88</b>	<b>120,442</b>	<b>870,279</b>	<b>0,495</b>	<b>58,894</b>	<b>2,896</b>	<b>11,575</b>	<b>107,503</b>	<b>510,336</b>	<b>90,982</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	
<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
	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
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
	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
Чай с сахаром	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0,2	0,051	15,01	57,267		0,001			0,346		
	5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0,2	0,051	15,01	57,267		0,001			0,346		
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	060	4,56	0,36	31,38	139,8	0,066			1,008	12	39	8,4
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	1-4 классы	<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>
		5-11 классы	<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>

\* - действует с 01 марта



мг)

**Железо**

0,084
0,126
37,688
38,028
0,622
0,746
0,053
0,053
0,36
0,45

0,49
0,816
1,556
1,945
36,838
27,628
84,606
101,068
4,158
4,158
0,36
0,54

<b>38,807</b>
<b>39,403</b>
<b>128,008</b>
<b>136,155</b>

лг)

**Железо**

136

136

0,873

1,202

0,6

0,6

0,09

0,09

0,36

0,45

0,085

0,142

19,102

23,875

68,648

88,105

0,108

0,12

0,36

0,54

**137,923**

**138,342**

**88,303**

**112,782**



лг)
<b>Железо</b>
0,24
0,36
92,485
92,582
1,39
1,668
0,152
0,152
0,36
0,45
0,798
1,33
0,887
0,887
1,556
2,076
0,053
0,053
0,36
0,54
<b>94,627</b>
<b>95,212</b>
<b>3,654</b>
<b>4,886</b>

лг)

**Железо**

0,14

0,21

0,85

0,85

0,622

0,746

0,4

0,4

0,36

0,45

0,533

0,888

56,044

70,053

36,838

27,628

2,985

3,58

5,081

5,081

0,36

0,54

**2,372**

**2,656**

**101,841**

**107,77**

лг)
<b>Железо</b>
1,252
1,661
0,941
0,941
0,6
0,75
0,489
0,816
0,808
1,007
36,838
27,628
1,622
1,946
4,158
4,158
0,36
0,54
<b>2,793</b>
<b>3,352</b>
<b>44,275</b>
<b>36,095</b>

лг)
<b>Железо</b>
1,4
2,1
36,838
27,628
84,606
101,068
0,053
0,053
0,36
0,45
123,257
131,299

лг)
Железо
0,1
0,1
2,361
3,021
0,053
0,053
0,798
1,33
0,71
0,887
36,838
27,628
4,899
5,879
0,151
0,151
0,36
0,54
2,514
3,174
43,756
36,415

лг)

**Железо**

0,004
0,006
36,838
27,628
2,985
3,58
0,152
0,152
0,36
0,45

0,445
0,741
19,102
23,875
36,838
27,628
0,622
0,746
0,09
0,09
0,36
0,54

<b>40,339</b>
<b>31,816</b>
<b>57,457</b>
<b>53,62</b>

лг)
<b>Железо</b>
0,81
0,81
2,125
2,54
1,045
1,045
0,45
0,54
0,085
0,142
56,044
70,053
0,85
1,7
1,39
1,668
4,158
4,158
0,36
0,54
4,43
4,935
62,887
78,261

лг)

**Железо**

0,48
0,48
3,101
3,449
0,053
0,053
0,54
0,54

0,489
0,816
1,556
1,945
92,485
92,582
1,622
1,946
0,36
0,36
0,36
0,54

<b>4,174</b>
<b>4,522</b>
<b>96,872</b>
<b>98,189</b>



лг)

**Железо**

1,4
2,1
36,838
27,628
0,622
0,746
0,12
0,12
0,36
0,45

408,381
408,735
0,636
0,795
60,586
61,918
0,986
1,183
0,09
0,09
0,36
0,54

<b>39,34</b>
<b>31,044</b>
<b>471,039</b>
<b>473,261</b>

лг)
<b>Железо</b>
0,576
0,576
4,705
5,41
0,053
0,053
0,36
0,54
<b>5,694</b>
<b>6,579</b>