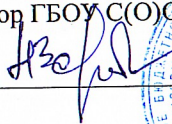


Согласовано:

Директор ГБОУ С(О)ОШ с. \_\_\_\_\_



« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 202\_\_ г.

Представитель родительской общественности:

\_\_\_\_\_

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 202\_\_ г.

Утверждаю

Директор ООО «Детское питание»



Т.А. Полуляхова

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 202\_\_ г.

## ПРИМЕРНОЕ

# 10 - ти ДНЕВНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ

для организации питания обучающихся 1 - (9) 11 классов

в ГБОУ С(О)ОШ с. \_\_\_\_\_

на 2023/2024 уч. год

период: зимний  
весенний

**Циклическое меню на 2023/2024 уч.год с 01.01.2024 г.**

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность	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	0.960	0.000	0.000	9.200			0.084
	5-11 классы	24 С6.1996г.	030	1.050	0.840	4.680	30.300	0.120	1.440	0.000	0.000	13.800			0.126
Биточки с соусом	1-4 классы	423 С6.1996г.	90	10.843	10.030	9.974	133.166	0.020	1.160	0.003	1.306	5.792	14.492	4.558	36.970
	5-11 классы	423 С6.1996г.	100	12.665	13.566	12.404	175.920	0.025	1.020	0.002	2.210	6.539	3.894	4.846	27.818
Каша гречневая вязкая	1-4 классы	463 с6. 1996г.	150	7.700	5.380	26.320	232.580	0.255	0.000	0.021		30.390	154.620	0.158	2.990
	5-11 классы	463 с6. 1996г.	180	8.715	6.46	32.561	278.971	0.306	0.000	0.025		36.456	185.444	0.189	3.58
Чай с сахаром	1-4 классы	628 С6.1996г.	200	0.200	0.051	15.010	57.267		0.001			0.346			0.053
	5-11 классы	628 С6.1996г.	200	0.200	0.051	15.010	57.267		0.001			0.346			0.053
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1.520	0.180	9.940	45.200	0.022			0.280	4.000	13.000	2.800	0.180
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	025	1.900	0.250	12.425	56.500	0.028			0.420	5.000	16.250	3.500	0.225
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1.102	0.200	6.416	38.000	0.016			0.280	4.200	17.400	3.800	0.400
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	025	1.378	0.250	8.020	47.500	0.020			0.420	5.250	21.750	4.750	0.500
<b>Понедельник</b>		<b>1-я неделя</b>		<b>Обед</b>											
Салат из огурцов консерв. с зеленым горошком	1-4 классы	53 С6.2011	060	1.000	2.510	4.910	56.260	0.030	5.880		1.298	16.760	25.180	11.140	7.980
	5-11 классы	53 С6.2011	100	1.660	4.180	8.190	77.100	0.050	9.800		2.163	27.930	41.260	18.570	11.310
Суп картофельный с макаронными изделиями	1-4 классы	139 С6.1996г.	200	2.272	2.138	19.156	100.420	0.094	13.200		1.074	14.000	50.800	19.240	0.710
	5-11 классы	139 С6.1996г.	250	2.840	2.673	23.945	125.525	0.118	16.500		1.343	17.500	63.500	24.050	0.887
Котлеты Куриные с соусом	1-4 классы	423 С6.1996г.	090	8.944	10.030	9.974	133.166	0.020	1.160	0.003	1.306	5.792	14.492	4.558	36.970
	5-11 классы	423 С6.1996г.	100	11.340	13.566	12.404	175.920	0.025	1.020	0.002	2.210	6.539	3.894	4.846	27.818
Каша перловая рассыпчатая с овощами	1-4 классы	302 с6.2011 г.	150	4.400	4.900	31.500	212.900	0.040	0.600	0.030	0.600	8.600		0.900	0.900
	5-11 классы	302 с6.2011 г.	180	5.600	5.860	40.200	236.000	0.050	0.900	0.040	0.750	11.560		1.100	1.100
Напиток лимонный	1-4 классы	289 С6.2008г.	180	0.130		22.075	86.328	0.006	5.760			6.192	3.168	1.728	0.151
	5-11 классы	289 С6.2008г.	180	0.130		22.075	86.328	0.006	5.760			6.192	3.168	1.728	0.151
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1.520	0.180	9.940	45.200	0.022			0.280	4.000	13.000	2.800	0.180
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2.280	0.270	14.910	67.800	0.033			0.500	6.000	19.500	4.200	0.270
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1.102	0.200	6.416	38.000	0.016			0.280	4.200	17.400	3.800	0.400
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1.653	0.300	9.624	57.000	0.024			0.500	6.300	26.100	5.700	0.600
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>500</b>	<b>22.065</b>	<b>16.401</b>	<b>70.780</b>	<b>526.413</b>	<b>0.393</b>	<b>2.121</b>	<b>0.024</b>	<b>1.866</b>	<b>53.928</b>	<b>199.512</b>	<b>11.316</b>	<b>40.677</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>560</b>	<b>25.908</b>	<b>21.417</b>	<b>85.100</b>	<b>646.458</b>	<b>0.499</b>	<b>2.461</b>	<b>0.027</b>	<b>3.050</b>	<b>67.391</b>	<b>227.338</b>	<b>13.285</b>	<b>32.302</b>
	<b>Обед</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>720</b>	<b>19.368</b>	<b>19.958</b>	<b>103.971</b>	<b>672.274</b>	<b>0.228</b>	<b>26.600</b>	<b>0.033</b>	<b>4.838</b>	<b>59.544</b>	<b>124.040</b>	<b>44.166</b>	<b>47.291</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>870</b>	<b>25.503</b>	<b>26.849</b>	<b>131.348</b>	<b>825.673</b>	<b>0.306</b>	<b>33.980</b>	<b>0.042</b>	<b>7.466</b>	<b>82.021</b>	<b>157.422</b>	<b>60.194</b>	<b>42.136</b>

\* - действует с 01 марта

**Циклическое меню на 2023/2024 уч.год.**

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность	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 полутвердый ( порционно)	1-4 классы	СТО 71063300-003-	016	4.600	5.800		72.000	0.010	0.320	0.090	0.060	200.000	108.000	10.000	0.220
	5-11 классы	СТО 71063300-003-2012	016	4.600	5.800		72.000	0.010	0.320	0.090	0.060	200.000	108.000	10.000	0.220
Каша геркулесовая молочная жидкая с маслом, сахаром	1-4 классы	109 Сб.2008г.	160	4.988	8.935	25.262	190.354	0.151	1.320	0.066	2.256	176.695	203.345	44.880	1.366
	5-11 классы	109 Сб.2008г.	210	6.623	8.033	32.660	236.336	0.201	1.760	0.075	3.135	234.760	270.460	59.740	1.810
Сок фруктовый, (1 шт)	1-4 классы	293 Сб.2008г.	200	1.000		23.400	94.000	0.020	4.000			14.000	14.000	8.000	0.600
	5-11 классы	293 Сб.2008г.	200	1.000		23.400	94.000	0.020	4.000			14.000	14.000	8.000	0.600
Какао	1-4 классы	762Сб.1997г.	180	1.900	1.850	10.090	101.385	0.020	0.650	0.020	0.081	60.150	45.000	7.000	0.050
	5-11 классы	762Сб.1997г.	180	1.900	1.850	10.090	101.385	0.020	0.650	0.020	0.081	60.150	45.000	7.000	0.050
Батон	1-4 классы	ГОСТ 31805-2018	040	3.160	0.400	20.760	94.400	0.060			1.000	10.000	32.800	13.200	0.600
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2018	050	3.950	0.500	25.950	118.000	0.075			1.250	12.500	41.000	16.500	0.750
<b>Вторник</b>		<b>1-я неделя</b>		<b>Обед</b>											
Салат из свеклы отварной с зеленым горошком	1-4 классы	62 Сб. 2011г.	060	1.000	2.510	4.910	79.260	0.030	5.880			16.860	25.180	11.140	7.980
	5-11 классы	62 Сб. 2011г.	100	1.660	4.180	8.190	132.100	0.050	9.800			27.830	41.960	18.570	11.310
Щи из свежей капусты с картофелем,со сметаной	1-4 классы	120 Сб.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 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
Азу	1-4 классы	402 сб. 2015 г.	180	16.020	18.000	15.930	299.600	0.100	6.300	0.009	3.690	23.400	184.500	37.800	2.700
	5-11 классы	402 сб. 2015 г.	230	20.470	23.000	20.350	380.000	0.130	8.000	0.012	4.700	29.900	236.000	48.300	3.450
Компот из кураги	1-4 классы	507 сб. 2018 г.	200	1.040	0.000	30.960	123.000	0.020	0.010	0.000	0.000	32.400	29.200	21.000	0.700
	5-11 классы	507 сб. 2018 г.	200	1.040	0.000	30.960	123.000	0.020	0.010	0.000	0.000	32.400	29.200	21.000	0.700
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1.520	0.180	9.940	45.200	0.022			0.280	4.000	13.000	2.800	0.180
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2.280	0.270	14.910	67.800	0.033			0.500	6.000	19.500	4.200	0.270
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1.102	0.200	6.416	38.000	0.016			0.280	4.200	17.400	3.800	0.400
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1.653	0.300	9.624	57.000	0.024			0.500	6.300	26.100	5.700	0.600
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>596</b>	<b>15.65</b>	<b>16.9850</b>	<b>79.5120</b>	<b>552.1390</b>	<b>0.2610</b>	<b>6.2900</b>	<b>0.1760</b>	<b>3.3970</b>	<b>460.8450</b>	<b>403.1450</b>	<b>83.0800</b>	<b>2.8360</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>656</b>	<b>18.07</b>	<b>16.1830</b>	<b>92.1000</b>	<b>621.7210</b>	<b>0.3260</b>	<b>6.7300</b>	<b>0.1850</b>	<b>4.5260</b>	<b>521.4100</b>	<b>478.4600</b>	<b>101.2400</b>	<b>3.4300</b>
	<b>Обед</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>700</b>	<b>22.486</b>	<b>26.420</b>	<b>76.957</b>	<b>670.840</b>	<b>0.254</b>	<b>38.700</b>	<b>0.015</b>	<b>6.024</b>	<b>118.400</b>	<b>312.484</b>	<b>94.780</b>	<b>31.062</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>850</b>	<b>29.284</b>	<b>34.288</b>	<b>94.963</b>	<b>864.225</b>	<b>0.339</b>	<b>50.935</b>	<b>0.018</b>	<b>7.914</b>	<b>147.105</b>	<b>405.215</b>	<b>120.320</b>	<b>40.205</b>

\* - действует с 01 марта

**Циклическое меню на 2023/2024 уч. год.**

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность	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>											
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
Палочки с крупой с соусом	1-4 классы	428 С6.1996г.	90	7.630	10.170	9.450	158.000	0.022	1.150	0.003	1.306	5.957	15.412	4.748	36.981
	5-11 классы	428 С6.1996г.	100	11.355	13.566	12.415	176.020	0.025	0.970	0.002	1.798	6.379	17.384	4.856	27.818
Макаронные изделия отварные с овощами	1-4 классы	205 С6. 2011 г.	150	5.28	4.89	33.46	199.490	0.010	0.010	0.010	0.400	8.270	6.890	1.600	0.060
	5-11 классы	205 С6. 2011 г.	180	6.340	5.870	40.150	239.380	0.012	0.012	0.012	0.480	9.920	8.260	1.920	0.072
Сок фруктовый	1-4 классы	293 С6.2008г.	200	1.000		23.400	94.000	0.020	4.000			16.000	18.000	10.000	0.400
	5-11 классы	293 С6.2008г.	200	1.000		23.400	94.000	0.020	4.000			16.000	18.000	10.000	0.400
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1.520	0.180	9.940	45.200	0.022			0.280	4.000	13.000	2.800	0.180
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	025	1.900	0.250	12.425	56.500	0.028			0.420	5.000	16.250	3.500	0.225
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1.102	0.200	6.416	38.000	0.016			0.280	4.200	17.400	3.800	0.400
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	025	1.378	0.250	8.020	47.500	0.020			0.420	5.250	21.750	4.750	0.500
<b>Среда</b>		<b>1-я неделя</b>		<b>Обед</b>											
Винегрет овощной	1-4 классы	60 С6.1996г.	060	1.167	6.193	5.485	79.707	0.035	5.520		2.696	14.130	26.268	12.198	0.490
	5-11 классы	60 С6.1996г.	100	1.945	8.321	9.142	132.845	0.058	9.200		4.494	23.550	43.780	20.330	0.816
Суп картофельный с горохом	1-4 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
	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
Плов из птицы (филе куриное)	1-4 классы	893 С61998г.	150	15.415	12.435	34.129	295.147	0.077	1.434	0.019	2.910	22.412	150.786	25.502	1.556
	5-11 классы	893 С6.1998г.	200	18.742	15.244	45.518	376.844	0.103	1.940	0.025	3.880	29.964	200.972	34.006	2.076
Чай с сахаром	1-4 классы	628 С6.1996г.	200	0.200	0.051	15.010	57.267		0.001			0.346			0.053
	5-11 классы	628 С6.1996г.	200	0.200	0.051	15.010	57.267		0.001			0.346			0.053
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1.520	0.180	9.940	45.200	0.022			0.280	4.000	13.000	2.800	0.180
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2.280	0.270	14.910	67.800	0.033			0.500	6.000	19.500	4.200	0.270
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1.102	0.200	6.416	38.000	0.016			0.280	4.200	17.400	3.800	0.400
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1.653	0.300	9.624	57.000	0.024			0.500	6.300	26.100	5.700	0.600
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	<b>1-4 классы</b>	500	17.152	15.840	84.086	542.890	0.112	7.160	0.013	2.506	41.627	81.302	27.148	38.161
		<b>5-11 классы</b>	560	22.903	20.536	98.540	625.700	0.138	7.982	0.014	3.478	47.349	97.544	31.326	29.225
	<b>Обед</b>	<b>1-4 классы</b>	700	25.337	24.437	94.195	674.796	0.403	18.580	0.019	10.185	77.363	294.329	79.550	4.624
		<b>5-11 классы</b>	810	30.753	29.564	117.419	851.231	0.471	22.766	0.025	13.393	98.435	377.227	99.486	5.760

\* - действует с 01 марта

**Циклическое меню на 2023/2024 уч.год.**

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
<b>Четверг</b>		<b>1-я неделя</b>		<b>Завтрак</b>											
Огурцы солёные	1-4 классы	24 Сб.1996г.	020	0.560		0.260	3.220					10.000	8.000		0.480
	5-11 классы	24 Сб.1996г.	030	0.840		0.390	4.830					10.000	8.000		0.480
Рыба, тушеная в томате с овощами	1-4 классы	309 Сб. 1996г.	90	8.330	10.229	5.112	92.600	0.056	3.700		1.276	14.540	19.460	39.142	92.485
	5-11 классы	309 Сб.1996г.	100	10.261	12.642	5.112	107.499	0.066	3.700		2.255	14.540	19.460	46.062	92.582
Картофельное пюре	1-4 классы	472 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	137.760	0.004	0.720			0.480	2.400	4.000	0.152
	5-11 классы	702 Сб.1997г.	200	0.080		33.552	137.760	0.004	0.720			0.480	2.400	4.000	0.152
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1.520	0.180	9.940	45.200	0.022			0.280	4.000	13.000	2.800	0.180
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	025	1.900	0.250	12.425	56.500	0.028			0.420	5.000	16.250	3.500	0.225
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1.102	0.200	6.416	38.000	0.016			0.280	4.200	17.400	3.800	0.400
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	025	1.378	0.250	8.020	47.500	0.020			0.420	5.250	21.750	4.750	0.500
<b>Четверг</b>		<b>1-я неделя</b>		<b>Обед</b>											
Салат картофельный с огурцами	1-4 классы	37 Сб.2015г.	060	1.276	1.836	7.317	49.219	0.044	7.078		0.813	12.707	28.457	10.584	0.533
	5-11 классы	37 Сб.2015г.	100	2.126	3.060	12.196	82.032	0.073	11.796		1.354	21.177	47.427	17.639	0.888
Борщ с фасолью и картофелем, со сметаной	1-4 классы	110 сб.1996 г.	210	4.100	4.870	12.680	112.560	0.070	5.880	0.180	0.250	47.880	85.680	28.560	1.420
	5-11 классы	110 сб.1996 г.	260	5.000	6.000	16.200	139.360	0.100	8.700	0.230	0.310	59.280	106.000	35.360	1.770
Голубцы ленивые с соусом	1-4 классы	423 Сб.1996г.	090	8.944	10.030	9.974	133.166	0.020	1.160	0.003	1.306	5.792	14.492	4.558	36.970
	5-11 классы	423 Сб.1996г.	100	11.340	13.566	12.404	175.920	0.025	1.020	0.002	2.210	6.539	3.894	4.846	27.818
Каша гречневая вязкая	1-4 классы	171 сб. 1996г.	150	7.700	5.380	26.320	232.580	0.255		0.021		30.390	154.620	0.158	2.990
	5-11 классы	171 сб. 1996г.	180	8.715	6.46	32.561	278.971	0.306		0.025		36.456	185.444	0.189	3.58
Напиток из шиповника	1-4 классы	289 Сб.2008г.	180	0.720		24.273	96.705	0.027	216.000		0.308	12.150	3.600	3.600	5.081
	5-11 классы	289 Сб.2008г.	180	0.720		24.273	96.705	0.027	216.000		0.308	12.150	3.600	3.600	5.081
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1.520	0.180	9.940	45.200	0.022			0.280	4.000	13.000	2.800	0.180
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2.280	0.270	14.910	67.800	0.033			0.500	6.000	19.500	4.200	0.270
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1.102	0.200	6.416	38.000	0.016			0.280	4.200	17.400	3.800	0.400
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1.653	0.300	9.624	57.000	0.024			0.500	6.300	26.100	5.700	0.600
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>500</b>	<b>14.855</b>	<b>15.106</b>	<b>81.650</b>	<b>470.980</b>	<b>0.259</b>	<b>30.295</b>	<b>0.026</b>	<b>1.980</b>	<b>74.530</b>	<b>156.170</b>	<b>82.547</b>	<b>95.087</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>560</b>	<b>18.375</b>	<b>18.538</b>	<b>91.143</b>	<b>539.129</b>	<b>0.311</b>	<b>35.470</b>	<b>0.031</b>	<b>3.267</b>	<b>84.842</b>	<b>182.952</b>	<b>97.678</b>	<b>95.607</b>
	<b>Обед</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>730</b>	<b>25.362</b>	<b>22.496</b>	<b>96.920</b>	<b>707.430</b>	<b>0.454</b>	<b>230.118</b>	<b>0.204</b>	<b>3.237</b>	<b>117.119</b>	<b>317.249</b>	<b>54.060</b>	<b>47.574</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>880</b>	<b>31.834</b>	<b>29.656</b>	<b>122.168</b>	<b>897.788</b>	<b>0.588</b>	<b>237.516</b>	<b>0.257</b>	<b>5.182</b>	<b>147.902</b>	<b>391.965</b>	<b>71.534</b>	<b>40.007</b>

\* - действует с 01 марта

**Циклическое меню на 2023/2024 уч. год.**

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)					
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо		
<b>Пятница</b>		<b>1-я неделя</b>		<b>Завтрак</b>												
Фрукты	1-4 классы	24 сб.1996г.	150	0.600		14.700	60.000									
	5-11 классы	24 сб.1996г.	150	0.600		14.700	60.000									
Каша рисовая молочная жидкая с маслом,сахаром	1-4 классы	114 Сб.2008г.	160	11.586	14.844	29.730	259.000	0.019		0.020	0.293	6.919	23.407	5.001	0.452	
	5-11 классы	114 Сб.2008г.	210	12.760	17.584	37.963	297.077	0.025		0.020	0.352	8.792	30.786	6.618	0.594	
Чай с лимоном	1-4 классы	629 сб.1996г.	187	0.243	0.046	13.761	53.710	0.003	2.801			3.111	1.540	0.840	0.090	
	5-11 классы	629 сб.1996г.	187	0.243	0.046	13.761	53.710	0.003	2.801			3.111	1.540	0.840	0.090	
Батон	1-4 классы	ГОСТ 31805-2018	040	3.160	0.400	20.760	98.600	0.060				1.000	10.000	32.800	13.200	0.600
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2018	050	3.950	0.500	25.950	118.000	0.075				1.250	12.500	41.000	16.500	0.750
<b>Пятница</b>		<b>1-я неделя</b>		<b>Обед</b>												
Салат из белокочанной капусты /Салат из огурцов*	1-4 классы	62 Сб.1997г.	060	0.929	3.003	5.968	53.564	0.032	23.950			1.298	24.878	17.963	9.848	0.489
	5-11 классы	62 Сб.1997г.	100	1.550	5.005	9.951	89.292	0.053	39.950			2.163	41.494	29.959	16.424	0.816
Рассольник ленинградский со сметаной	1-4 классы	42 Сб.2008г.	210	2.288	5.588	16.298	116.572	0.085	12.850	0.006	1.771	24.280	54.000	19.240	0.808	
	5-11 классы	42 Сб.2008г.	260	2.785	6.610	20.300	142.815	0.106	16.050	0.006	2.211	28.100	65.950	23.800	1.007	
Стейк (Шницель) из курицы с соусом	1-4 классы	520 Сб.1997г.	090	11.648	8.565	2.097	169.992	0.006	0.960	0.003	1.306	2.764	5.192	2.472	36.838	
	5-11 классы	520 Сб.1997г.	100	12.895	9.188	5.094	207.500	0.004	0.720	0.002	1.798	2.073	3.894	1.854	27.628	
Картофель и овощи тушеные	1-4 классы	251 Сб.1997г.	150	3.675	11.419	35.220	250.013	0.215	35.625			4.787	23.400	108.525	43.575	1.622
	5-11 классы	251 Сб.1997г.	180	4.410	13.703	42.264	300.015	0.258	42.750			5.745	28.080	130.230	52.290	1.946
Компот из сухофруктов	1-4 классы	283 Сб.2008г.	180	0.878		32.139	126.104	0.005	0.549			30.740	21.137	16.470	4.158	
	5-11 классы	283 Сб.2008г.	180	0.878		32.139	126.104	0.005	0.549			30.740	21.137	16.470	4.158	
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1.520	0.180	9.940	45.200	0.022				0.280	4.000	13.000	2.800	0.180
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2.280	0.270	14.910	67.800	0.033				0.500	6.000	19.500	4.200	0.270
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1.102	0.200	6.416	38.000	0.016				0.280	4.200	17.400	3.800	0.400
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1.653	0.300	9.624	57.000	0.024				0.500	6.300	26.100	5.700	0.600
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>537</b>	<b>15.59</b>	<b>15.29</b>	<b>78.95</b>	<b>471.31</b>	<b>0.08</b>	<b>2.80</b>	<b>0.02</b>	<b>1.29</b>	<b>20.03</b>	<b>57.75</b>	<b>19.04</b>	<b>1.14</b>	
		<b>5-11 классы</b>	<b>597</b>	<b>17.55</b>	<b>18.13</b>	<b>92.37</b>	<b>528.79</b>	<b>0.10</b>	<b>2.80</b>	<b>0.02</b>	<b>1.60</b>	<b>24.40</b>	<b>73.33</b>	<b>23.96</b>	<b>1.43</b>	
	<b>Обед</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>730</b>	<b>22.040</b>	<b>28.955</b>	<b>108.078</b>	<b>799.445</b>	<b>0.381</b>	<b>73.934</b>	<b>0.009</b>	<b>9.722</b>	<b>114.262</b>	<b>237.217</b>	<b>98.205</b>	<b>44.495</b>	
		<b>5-11 классы</b>	<b>880</b>	<b>26.451</b>	<b>35.076</b>	<b>134.282</b>	<b>990.526</b>	<b>0.483</b>	<b>100.019</b>	<b>0.008</b>	<b>12.917</b>	<b>142.787</b>	<b>296.770</b>	<b>120.738</b>	<b>36.425</b>	

\* - действует с 01 марта

**Циклическое меню на 2023/2024 уч. год.**

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)						
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо			
<b>Понедельник</b>		<b>2-я неделя</b>		<b>Завтрак</b>													
Кондитерские изделия	1-4 классы	29 С6.1997г.	025	0.800	7.550	15.070	131.500										
	5-11 классы	29 С6.1997г.	025	0.800	7.550	15.070	131.500										
Каша молочная жидкая -Дружба- с маслом, сахаром	1-4 классы	102 С6.2008г.	220	8.291	6.584	24.037	215.300	0.081		0.040	0.680	9.270	42.180	14.560	1.105		
	5-11 классы	102 С6.2008г.	260	10.598	7.324	31.238	240.936	0.097		0.040	0.769	10.603	50.216	17.412	1.316		
Какао	1-4 классы	762С6.1997г.	200	2.700	2.930	22.840	125.166	0.030	1.000	0.020	0.090	0.300	91.000	14.000	0.045		
	5-11 классы	762С6.1997г.	200	2.700	2.930	22.840	125.166	0.030	1.000	0.020	0.090	0.300	91.000	14.000	0.045		
Бутерброды с повидлом	1-4 классы	2 С6.1997г.	25/40	3.260	0.400	27.085	156.150	0.063	0.125				13.500	35.050	14.950	1.050	
	5-11 классы	2 С6.1997г.	25/50	4.050	0.500	32.275	179.750	0.078	0.125				16.000	43.250	18.250	1.200	
<b>Понедельник</b>		<b>2-я неделя</b>		<b>Обед</b>													
Салат из свеклы отварной с огурцами солеными	1-4 классы	55 С6. 2015г.	060	1.400	3.100	4.500	50.900	0.020	5.880	0.000	0.000	22.000	27.000	13.000	0.800		
	5-11 классы	55 С6. 2015г.	100	2.300	5.160	7.500	84.800	0.030	9.800	0.000	0.000	36.600	45.000	22.000	1.300		
Суп картофельный с макаронными изделиями	1-4 классы	139 С6.1996г.	200	2.272	2.138	19.156	100.420	0.094	13.200		1.074	14.000	50.800	19.240	0.710		
	5-11 классы	139 С6.1996г.	250	2.840	2.673	23.945	125.525	0.118	16.500		1.343	17.500	63.500	24.050	0.887		
Тефтели с соусом	1-4 классы	423 С6.1996г.	090	6.802	7.114	9.623	121.904	0.022	2.460		2.146	8.822	20.641	5.957	37.071		
	5-11 классы	423 С6.1996г.	100	7.201	9.414	11.784	158.764	0.027	2.820		2.554	10.677	25.617	6.746	27.956		
Пюре из гороха	1-4 классы	270 С6.1996г.	150	16.131	4.924	40.245	260.29	0.629		0.021		63.42	158.888	61.617	4.899		
	5-11 классы	270 С6.1996г.	180	17.358	8.908	48.015	312.349	0.755		0.025		76.103	190.671	73.942	5.879		
Чай с сахаром	1-4 классы	628 С6.1996г.	200	0.200	0.051	15.010	57.267		0.001			0.346			0.053		
	5-11 классы	628 С6.1996г.	200	0.200	0.051	15.010	57.267		0.001			0.346			0.053		
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1.520	0.180	9.940	45.200	0.022			0.280	4.000	13.000	2.800	0.180		
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2.280	0.270	14.910	67.800	0.033			0.500	6.000	19.500	4.200	0.270		
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1.102	0.200	6.416	38.000	0.016			0.280	4.200	17.400	3.800	0.400		
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1.653	0.300	9.624	57.000	0.024			0.500	6.300	26.100	5.700	0.600		
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>510</b>	<b>15.05</b>	<b>17.46</b>	<b>89.03</b>	<b>628.12</b>	<b>0.17</b>	<b>1.13</b>	<b>0.06</b>	<b>0.77</b>	<b>23.07</b>	<b>168.23</b>	<b>43.51</b>	<b>2.20</b>		
		<b>5-11 классы</b>	<b>560</b>	<b>18.148</b>	<b>18.304</b>	<b>101.423</b>	<b>677.352</b>	<b>0.205</b>	<b>1.125</b>	<b>0.060</b>	<b>0.859</b>	<b>26.903</b>	<b>184.466</b>	<b>49.662</b>	<b>2.561</b>		
	<b>Обед</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>740</b>	<b>29.427</b>	<b>17.707</b>	<b>104.890</b>	<b>673.977</b>	<b>0.929</b>	<b>21.541</b>	<b>0.021</b>	<b>3.780</b>	<b>116.786</b>	<b>287.729</b>	<b>106.414</b>	<b>44.113</b>		
		<b>5-11 классы</b>	<b>890</b>	<b>33.832</b>	<b>26.776</b>	<b>130.788</b>	<b>863.505</b>	<b>0.987</b>	<b>29.121</b>	<b>0.025</b>	<b>4.897</b>	<b>153.526</b>	<b>370.388</b>	<b>136.638</b>	<b>36.945</b>		

\* - действует с 01 марта

**Циклическое меню на 2023/2024 уч. год.**

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность	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>											
Свекла вареная (порционно)	1-4 классы	24 С6.1996г.	020	0.336	0.036	1.800	9.000	0.010	4.500	0.240		2.800	5.200	4.000	0.180
	5-11 классы	24 С6.1996г.	030	0.504	0.045	2.700	13.500	0.015	6.750	0.360		4.200	7.800	6.000	0.270
Голубцы ленивые с соусом	1-4 классы	423 С6.1996г.	090	8.944	10.030	9.974	133.166	0.020	1.160	0.003	1.306	5.792	14.492	4.558	36.970
	5-11 классы	423 С6.1996г.	100	11.340	13.566	12.404	175.920	0.025	1.020	0.002	2.210	6.539	3.894	4.846	27.818
Каша гречневая рассыпчатая	1-4 классы	463 С6.1996г.	150	7.716	5.384	26.323	232.585	0.255		0.021	4.160	30.396	154.621	0.158	2.985
	5-11 классы	463 С6.1996г.	180	8.715	6.460	32.561	278.971	0.306		0.025	4.989	36.456	185.444	0.189	3.580
Компот из свежих яблок	1-4 классы	702 С6.1997г.	200	0.080		33.552	127.760	0.004	0.720			0.480	2.400	4.000	0.152
	5-11 классы	702 С6.1997г.	200	0.080		33.552	127.760	0.004	0.720			0.480	2.400	4.000	0.152
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1.520	0.180	9.940	45.200	0.022			0.280	4.000	13.000	2.800	0.180
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	025	1.900	0.250	12.425	56.500	0.028			0.420	5.000	16.250	3.500	0.225
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1.102	0.200	6.416	38.000	0.016			0.280	4.200	17.400	3.800	0.400
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	025	1.378	0.250	8.020	47.500	0.020			0.420	5.250	21.750	4.750	0.500
<b>Вторник</b>		<b>2-я неделя</b>		<b>Обед</b>											
Винегрет овощной	1-4 классы	60 С6.1996г.	060	1.167	6.193	5.485	79.707	0.035	5.520		2.696	14.130	26.268	12.198	0.490
	5-11 классы	60 С6.1996г.	100	1.945	8.321	9.142	132.845	0.058	9.200		4.494	23.550	43.780	20.330	0.816
Суп крестьянский с крупой	1-4 классы	132 С6.1996г.	200	2.140	2.240	13.710	122.200	0.090	6.600		1.550	20.880	66.120	22.800	1.040
	5-11 классы	132 С6.1996г.	250	3.893	4.406	13.113	152.750	0.110	8.250		1.937	26.100	82.650	28.500	1.300
Крокеты с соусом	1-4 классы	202 С6.2008г.	090	10.802	10.114	13.843	163.904	0.022	2.460	0.003	1.306	8.822	20.641	5.957	37.071
	5-11 классы	202 С6.2008г.	100	13.301	12.414	15.784	200.764	0.027	2.820	0.002	1.798	10.677	25.617	6.746	27.956
Макаронные изделия отварные	1-4 классы	469 С6.1996г.	150	5.365	4.265	37.247	203.790	0.087		0.021	1.193	10.427	45.359	8.306	0.622
	5-11 классы	469 С6.1996г.	180	6.437	5.117	46.011	244.528	0.105		0.025	1.431	12.512	54.426	9.967	0.746
Чай с лимоном	1-4 классы	629 с6.1996г.	187	0.243	0.046	13.761	53.710	0.003	2.801			3.111	1.540	0.840	0.090
	5-11 классы	629 с6.1996г.	187	0.243	0.046	13.761	53.710	0.003	2.801			3.111	1.540	0.840	0.090
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1.520	0.180	9.940	45.200	0.022			0.280	4.000	13.000	2.800	0.180
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2.280	0.270	14.910	67.800	0.033			0.500	6.000	19.500	4.200	0.270
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1.102	0.200	6.416	38.000	0.016			0.280	4.200	17.400	3.800	0.400
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1.653	0.300	9.624	57.000	0.024			0.500	6.300	26.100	5.700	0.600
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>500</b>	<b>19.698</b>	<b>15.830</b>	<b>88.005</b>	<b>585.711</b>	<b>0.327</b>	<b>6.380</b>	<b>0.264</b>	<b>6.026</b>	<b>47.668</b>	<b>207.113</b>	<b>19.316</b>	<b>40.867</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>560</b>	<b>23.917</b>	<b>20.571</b>	<b>101.662</b>	<b>700.151</b>	<b>0.398</b>	<b>8.490</b>	<b>0.387</b>	<b>8.039</b>	<b>57.925</b>	<b>237.538</b>	<b>23.285</b>	<b>32.545</b>
	<b>Обед</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>727</b>	<b>22.339</b>	<b>23.238</b>	<b>100.402</b>	<b>706.511</b>	<b>0.275</b>	<b>17.381</b>	<b>0.024</b>	<b>7.305</b>	<b>65.570</b>	<b>190.328</b>	<b>56.701</b>	<b>39.893</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>877</b>	<b>29.752</b>	<b>30.874</b>	<b>122.345</b>	<b>909.397</b>	<b>0.360</b>	<b>23.071</b>	<b>0.027</b>	<b>10.660</b>	<b>88.250</b>	<b>253.613</b>	<b>76.283</b>	<b>31.778</b>

\* - действует с 01 марта



**Циклическое меню на 2023/2024 уч. год.**

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)					
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо		
<b>Среда</b>		<b>2-я неделя</b>		<b>Завтрак</b>												
Йогурт	1-4 классы	ТУ 10.51.56-045-18255315-2017	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	10.690	14.398	64.563	430.594	0.216	1.238	0.044	3.922	216.692	238.287	40.677	2.361	
	5-11 классы	682 Сб.1996г.	250	14.655	17.904	81.148	564.348	0.273	1.520	0.054	5.025	256.679	290.726	49.870	3.021	
Чай с сахаром	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0.200	0.051	15.010	57.267		0.001			0.346			0.053	
	5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0.200	0.051	15.010	57.267		0.001			0.346			0.053	
<b>Среда</b>		<b>2-я неделя</b>		<b>Обед</b>												
Салат из 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 бобовыми (фасолью)	1-4 классы	102 сб.2015 г.	200	5.100	3.600	14.800	112.800	0.128	9.300	0.168	0.240	40.000	111.200	30.400	1.520	
	5-11 классы	102 сб.2015 г.	250	6.400	4.500	18.600	141.000	0.160	11.620	0.210	0.300	50.000	139.000	38.000	1.900	
Биточки с соусом	1-4 классы	423 Сб.1996г.	90	10.843	10.030	9.974	133.166	0.020	1.160	0.003	1.306	5.792	14.492	4.558	36.970	
	5-11 классы	423 Сб.1996г.	100	12.665	13.566	12.404	175.920	0.025	1.020	0.002	2.210	6.539	3.894	4.846	27.818	
Рис припущенный с овощами	1-4 классы	690 сб.2011 г.	150	4.400	4.600	31.500	255.180	0.040	0.600	0.000	0.000	8.600	0.000	0.900	0.900	
	5-11 классы	690 сб.2011 г.	180	5.600	5.800	40.200	306.210	0.050	0.900	0.000	0.000	11.560	0.000	1.100	1.100	
Компот из сухофруктов	1-4 классы	283 Сб.2008г.	180	0.878		32.139	126.104	0.005	0.549			30.740	21.137	16.470	4.158	
	5-11 классы	283 Сб.2008г.	180	0.878		32.139	126.104	0.005	0.549			30.740	21.137	16.470	4.158	
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1.520	0.180	9.940	45.200	0.022			0.280	4.000	13.000	2.800	0.180	
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2.280	0.270	14.910	67.800	0.033			0.500	6.000	19.500	4.200	0.270	
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1.102	0.200	6.416	38.000	0.016			0.280	4.200	17.400	3.800	0.400	
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1.653	0.300	9.624	57.000	0.024			0.500	6.300	26.100	5.700	0.600	
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>		<b>1-4 классы</b>	<b>500</b>	<b>15.890</b>	<b>16.633</b>	<b>30.742</b>	<b>538.861</b>	<b>0.180</b>	<b>34.410</b>	<b>0.171</b>	<b>2.844</b>	<b>70.670</b>	<b>143.655</b>	<b>44.806</b>	<b>38.979</b>
			<b>5-11 классы</b>	<b>550</b>	<b>19.855</b>	<b>24.371</b>	<b>99.658</b>	<b>672.615</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>64.870</b>	<b>3.174</b>
	<b>Обед</b>		<b>1-4 классы</b>	<b>720</b>	<b>24.772</b>	<b>21.613</b>	<b>110.737</b>	<b>764.014</b>	<b>0.263</b>	<b>35.559</b>	<b>0.171</b>	<b>3.404</b>	<b>118.210</b>	<b>195.192</b>	<b>68.776</b>	<b>44.617</b>
			<b>5-11 классы</b>	<b>870</b>	<b>31.026</b>	<b>29.441</b>	<b>137.828</b>	<b>963.326</b>	<b>0.350</b>	<b>54.039</b>	<b>0.212</b>	<b>5.673</b>	<b>152.633</b>	<b>239.590</b>	<b>86.740</b>	<b>36.662</b>

\* - действует с 01 марта

**Циклическое меню на 2023/2024 уч. год.**

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность	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 С6.1996г.	040	1.120		0.520	6.440					10.000	8.000		0.480
	5-11 классы	24 С6.1996г.	040	1.120		0.520	6.440					10.000	8.000		0.480
Плов из говядины	1-4 классы	193 С6.2008г.	200	14.671	16.213	40.528	362.073	0.106	2.697		2.849	33.235	68.123	21.137	3.101
	5-11 классы	193 С6.2008г.	250	17.996	17.934	54.034	433.536	0.126	3.595		3.650	41.941	90.771	27.628	3.449
Чай с сахаром	1-4 классы	628 С6.1996г.	200	0.200	0.051	15.010	57.267		0.001			0.346			0.053
	5-11 классы	628 С6.1996г.	200	0.200	0.051	15.010	57.267		0.001			0.346			0.053
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	030	2.280	0.270	14.910	67.800	0.033			0.500	6.000	19.500	4.200	0.270
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2.280	0.270	14.910	67.800	0.033			0.500	6.000	19.500	4.200	0.270
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1.653	0.300	9.624	57.000	0.024			0.500	6.300	26.100	5.700	0.600
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1.653	0.300	9.624	57.000	0.024			0.500	6.300	26.100	5.700	0.600
<b>Четверг</b>		<b>2-я неделя</b>		<b>Обед</b>											
Салат из моркови и яблок/Салат из помидоров*	1-4 классы	11 С6.2008г.	060	0.512	6.031	8.678	93.000	0.024	2.154		2.751	18.702	21.210	15.708	0.085
	5-11 классы	11 С6.2008г.	100	0.853	7.750	14.464	149.000	0.040	3.590		4.584	31.170	35.350	26.180	0.142
Борщ с капустой и картофелем, со сметаной	1-4 классы	110 С6.1996г.	210	3.833	5.522	11.708	96.080	0.048	16.830	0.006	1.819	37.900	45.972	27.120	56.044
	5-11 классы	110 С6.1996г.	260	4.217	6.528	14.562	117.200	0.060	21.025	0.006	2.270	45.125	55.915	33.650	70.053
Котлеты рыбные любительские с соусом	1-4 классы	162 С6.2008г.	90	9.080	5.499	9.271	167.800	0.057	1.845	0.022	1.717	14.986	29.764	31.461	28.195
	5-11 классы	162 С6.2008г.	100	10.384	7.516	12.206	186.400	0.078	2.295	0.03	2.39	20.153	40.117	43.305	28.422
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
Сок фруктовый	1-4 классы	293 С6.2008г.	180	0.900		21.060	84.600	0.018	3.600			14.400	16.200	9.000	0.360
	5-11 классы	293 С6.2008г.	180	0.900		21.060	84.600	0.018	3.600			14.400	16.200	9.000	0.360
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1.520	0.180	9.940	45.200	0.022			0.280	4.000	13.000	2.800	0.180
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2.280	0.270	14.910	67.800	0.033			0.500	6.000	19.500	4.200	0.270
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1.102	0.200	6.416	38.000	0.016			0.280	4.200	17.400	3.800	0.400
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1.653	0.300	9.624	57.000	0.024			0.500	6.300	26.100	5.700	0.600
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	<b>1-4 классы</b>	500	19.924	16.834	80.592	550.580	0.163	0.000	3.849	55.881	121.723	31.037	4.504	
		<b>5-11 классы</b>	550	23.249	18.555	94.098	622.043	0.183	3.596	0.000	4.650	64.587	144.371	37.528	4.852
	<b>Обед</b>	<b>1-4 классы</b>	730	20.210	21.929	93.443	678.880	0.346	50.304	0.054	6.991	135.498	239.456	122.694	86.654
		<b>5-11 классы</b>	880	24.203	27.760	118.470	847.040	0.446	61.560	0.067	10.416	172.720	308.274	161.401	101.515

\* - действует с 01 марта

**Циклическое меню на 2023/2024 уч. год.**

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность	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	0.400	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
Стейк (Шницель) из курицы с соусом	1-4 классы	520 Сб.1997г.	090	11.648	8.565	2.097	169.992	0.006	0.960	0.003	1.306	2.764	5.192	2.472	36.838
	5-11 классы	520 Сб.1997г.	100	12.895	9.188	5.094	207.500	0.004	0.720	0.002	1.798	2.073	3.894	1.854	27.628
Макаронные изделия отварные	1-4 классы	205 Сб. 2011 г.	150	5.28	4.89	33.46	199.490	0.010	0.010	0.010	0.400	8.270	6.890	1.600	0.060
	5-11 классы	205 Сб. 2011 г.	180	6.340	5.870	40.150	239.380	0.012	0.012	0.012	0.480	9.920	8.260	1.920	0.072
Компот из кураги	1-4 классы	507 сб. 2018 г.	200	1.040	0.000	30.960	123.000	0.020	0.010	0.000	0.000	32.400	29.200	21.000	0.700
	5-11 классы	507 сб. 2018 г.	200	1.040	0.000	30.960	123.000	0.020	0.010	0.000	0.000	32.400	29.200	21.000	0.700
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1.520	0.180	9.940	45.200	0.022			0.280	4.000	13.000	2.800	0.180
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	025	1.900	0.225	12.425	56.500	0.028			0.420	5.000	16.250	3.500	0.225
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1.102	0.200	6.416	38.000	0.016			0.280	4.200	17.400	3.800	0.400
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	025	1.378	0.250	8.020	47.500	0.020			0.420	5.250	21.750	4.750	0.500
<b>Пятница</b>		<b>2-я неделя</b>		<b>Обед</b>											
Салат картофельный с зеленым горошком	1-4 классы	31 Сб.2008г.	060	4.901	6.956	7.733	97.236	0.059	8.160	0.021	2.794	9.948	39.036	13.884	0.576
	5-11 классы	31 Сб.2008г.	100	3.106	11.594	12.888	162.060	0.098	13.600	0.035		16.580	65.060	23.140	0.960
Суп с клецками со сметаной	1-4 классы	107 сб. 2015 г.	200	4.620	3.340	11.400	94.000	0.048	3.680	102.000	0.000	10.400	36.000	12.800	0.540
	5-11 классы	107 сб. 2015 г.	250	5.800	4.170	14.250	117.500	0.060	4.600	127.750	0.000	13.000	45.000	16.000	0.670
Палочки с крупой с соусом	1-4 классы	428 Сб.1996г.	90	7.630	10.170	9.450	158.000	0.022	1.150	0.003	1.306	5.957	15.412	4.748	36.981
	5-11 классы	428 Сб.1996г.	100	11.355	13.566	12.415	176.020	0.025	0.970	0.002	1.798	6.379	17.384	4.856	27.818
Каша гречневая рассыпчатая	1-4 классы	463 Сб.1996г.	150	7.716	5.384	26.323	232.585	0.255		0.021	4.160	30.396	154.621	0.158	2.985
	5-11 классы	463 Сб.1996г.	180	8.715	6.460	32.561	278.971	0.306		0.025	4.989	36.456	185.444	0.189	3.580
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 27844-88	020	1.520	0.180	9.940	45.200	0.022			0.280	4.000	13.000	2.800	0.180
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2.280	0.270	14.910	67.800	0.033			0.500	6.000	19.500	4.200	0.270
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1.102	0.200	6.416	38.000	0.016			0.280	4.200	17.400	3.800	0.400
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1.653	0.300	9.624	57.000	0.024			0.500	6.300	26.100	5.700	0.600
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>500</b>	<b>20.990</b>	<b>15.635</b>	<b>84.593</b>	<b>600.082</b>	<b>0.078</b>	<b>2.380</b>	<b>0.013</b>	<b>2.266</b>	<b>59.834</b>	<b>85.082</b>	<b>38.672</b>	<b>39.578</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>560</b>	<b>24.153</b>	<b>18.233</b>	<b>99.229</b>	<b>710.480</b>	<b>0.090</b>	<b>2.842</b>	<b>0.014</b>	<b>3.118</b>	<b>66.943</b>	<b>99.454</b>	<b>43.524</b>	<b>31.225</b>
	<b>Обед</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>740</b>	<b>27.569</b>	<b>26.230</b>	<b>104.814</b>	<b>792.781</b>	<b>0.426</b>	<b>13.710</b>	<b>102.045</b>	<b>8.820</b>	<b>65.381</b>	<b>277.869</b>	<b>42.190</b>	<b>41.814</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>890</b>	<b>32.989</b>	<b>36.360</b>	<b>130.200</b>	<b>987.111</b>	<b>0.550</b>	<b>19.890</b>	<b>127.812</b>	<b>7.787</b>	<b>85.195</b>	<b>360.888</b>	<b>58.085</b>	<b>34.050</b>

\* - действует с 01 марта

ИТОГО за 10 дней:	Завтрак	1-4 классы	5143	176.862	162.018	767.943	5467.082	2.029	92.962	0.767	26.797	908.083	1623.679	400.473	304.031
		5-11 классы	5713	212.134	194.838	955.327	6344.436	2.556	73.618	0.802	37.614	1342.778	2111.175	486.356	236.355
	Обед	1-4 классы	7237	238.910	232.983	994.407	7140.948	3.959	526.427	102.595	64.306	988.133	2475.893	767.536	432.137
		5-11 классы	8697	295.627	306.644	1239.811	8999.822	4.880	632.897	128.493	86.305	1270.574	3161.352	991.419	405.483
ИТОГО за 1 день:	Завтрак	1-4 классы	514	17.680	16.200	76.790	546.700	0.003	9.290	0.070	2.670	90.800	162.300	40.050	30.400
		5-11 классы	571	21.210	19.480	95.530	634.400	0.250	7.360	0.080	3.760	134.200	211.100	48.630	23.600
	Обед	1-4 классы	724	23.890	23.290	99.440	714.000	0.395	52.600	10.250	6.430	98.800	247.500	76.750	43.200
		5-11 классы	870	29.560	30.660	123.900	899.900	0.490	63.200	12.850	8.630	127.000	316.100	99.140	40.500