

СОГЛАСОВАНО:  
Директор ГБОУ СОШ(ООШ)



*Севбугеев У.Н.*

22.08.2023 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Генеральный директор

АО «Комбинат питания»

А.Н. Воронин



« 22 » 08 2023 г.

Примерное циклическое меню  
для детей с сахарным диабетом  
для организации питания  
в образовательных учреждениях  
Осенне-зимнее (весеннее\*)

**Цикличное меню**

| Наименование блюда                        | № рецептуры    | Вес блюда         | Пищевая ценность (г) |                |               | Эн. ценность (ккал) | Витамины (мг)  |              |                |              | Минеральные вещества (мг) |                |                |                |                |
|---|----------------|-------------------|----------------------|----------------|---------------|---------------------|----------------|--------------|----------------|--------------|---------------------------|----------------|----------------|----------------|----------------|
|   |                |                   | Белки                | Жиры           | Углеводы      |                     | В1             | С            | А              | Е            | Кальций                   | Фосфор         | Магний         | Железо         |                |
| <b>Понедельник</b>                        |                | <b>1-я неделя</b> |                      | <b>Завтрак</b> |               |                     |                |              |                |              |                           |                |                |                |                |
| Кукуруза консервированная                 | 1-4 классы     | 24 Сб.1996г.      | 020                  | 0,700          | 0,560         | 3,120               | 20,200         | 0,080        |                |              |                           | 9,200          |                |                | 0,084          |
|   | 5-11 классы    | 24 Сб.1996г.      | 030                  | 1,050          | 0,840         | 4,680               | 30,300         | 0,120        |                |              |                           | 13,800         |                |                | 0,126          |
| 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         |
| 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          |
| Чай с сахарозаменителем                   | 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 ржаной                               | 1-4 классы     | ГОСТ 26983-2015   | 040                  | 2,204          | 0,400         | 12,832              | 76,000         | 0,032        |                |              | 0,560                     | 8,400          | 34,800         | 7,600          | 0,800          |
|   | 5-11 классы    | ГОСТ 26983-2015   | 050                  | 2,756          | 0,500         | 16,040              | 95,000         | 0,040        |                |              | 0,840                     | 10,500         | 43,500         | 9,500          | 1,000          |
| <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        | 5,520          |              | 2,696                     | 14,130         | 26,268         | 12,198         | 0,490          |
|   | 5-11 классы    | 60 Сб.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 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          |
| Котлеты Куриные 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         |
| 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        |
| Компот из сухофруктов с сахарозаменителем | 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 ржаной                               | 1-4 классы     | ГОСТ 26983-2015   | 040                  | 2,204          | 0,400         | 12,832              | 76,000         | 0,032        |                |              | 0,560                     | 8,400          | 34,800         | 7,600          | 0,800          |
|   | 5-11 классы    | ГОСТ 26983-2015   | 060                  | 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> | 1-4 классы        | <b>500</b>           | <b>21,663</b>  | <b>16,425</b> | <b>67,259</b>       | <b>519,218</b> | <b>0,387</b> | <b>1,161</b>   | <b>0,024</b> | <b>6,026</b>              | <b>54,134</b>  | <b>203,913</b> | <b>12,316</b>  | <b>40,892</b>  |
|   |                | 5-11 классы       | <b>560</b>           | <b>25,386</b>  | <b>21,417</b> | <b>80,695</b>       | <b>637,458</b> | <b>0,491</b> | <b>1,021</b>   | <b>0,027</b> | <b>8,039</b>              | <b>67,641</b>  | <b>232,838</b> | <b>14,535</b>  | <b>32,577</b>  |
|   | <b>Обед</b>    | 1-4 классы        | <b>720</b>           | <b>21,532</b>  | <b>26,192</b> | <b>95,513</b>       | <b>666,018</b> | <b>0,405</b> | <b>104,849</b> | <b>0,003</b> | <b>10,018</b>             | <b>168,480</b> | <b>228,612</b> | <b>100,598</b> | <b>128,580</b> |
|   |                | 5-11 классы       | <b>870</b>           | <b>26,065</b>  | <b>33,886</b> | <b>106,362</b>      | <b>799,624</b> | <b>0,498</b> | <b>128,379</b> | <b>0,002</b> | <b>13,912</b>             | <b>199,734</b> | <b>256,711</b> | <b>120,482</b> | <b>136,405</b> |

\* - действует с 01 марта

**Цикличное меню**

| Наименование блюда  | № рецептуры    | Вес блюда             | Пищевая ценность (г) |                |               | Эн. ценность (ккал) | Витамины (мг)  |              |               |              | Минеральные вещества (мг) |                |                |                |                |         |
|---|----------------|-----------------------|----------------------|----------------|---------------|---------------------|----------------|--------------|---------------|--------------|---------------------------|----------------|----------------|----------------|----------------|---------|
|   |                |                       | Белки                | Жиры           | Углеводы      |                     | В1             | С            | А             | Е            | Кальций                   | Фосфор         | Магний         | Железо         |                |         |
| <b>Вторник</b>  |                | <b>1-я неделя</b>     |                      | <b>Завтрак</b> |               |                     |                |              |               |              |                           |                |                |                |                |         |
| Сыр плавленый   | 1-4 классы     | СТО 71063300-003-2012 | 016                  | 3,580          | 3,500         |                     | 47,400         |              |               | 0,510        | 0,025                     | 0,060          | 129,000        | 102,000        | 6,800          | 136,000 |
|   | 5-11 классы    | СТО 71063300-003-2012 | 016                  | 3,580          | 3,500         |                     | 47,400         |              |               | 0,510        | 0,025                     | 0,060          | 129,000        | 102,000        | 6,800          | 136,000 |
| Каша геркулесовая молочная жидкая с маслом, сахарозаменителем | 1-4 классы     | 109 С6.2008г.         | 160                  | 4,988          | 8,935         | 25,262              | 190,354        | 0,151        | 1,320         | 0,066        | 2,256                     | 176,695        | 203,345        | 44,880         | 1,366          |         |
|   | 5-11 классы    | 109 С6.2008г.         | 210                  | 6,623          | 8,033         | 32,660              | 236,336        | 0,201        | 1,760         | 0,075        | 3,135                     | 234,760        | 270,460        | 59,740         | 1,810          |         |
| Сок фруктовый без сахара, (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          |         |
| Кофейный напиток с молоком, сахарозаменителем                 | 1-4 классы     | 762С6.1997г.          | 180                  | 2,250          | 2,376         | 18,504              | 101,385        | 0,027        | 0,900         | 0,018        | 0,081                     | 109,170        | 81,900         | 12,600         | 0,941          |         |
|   | 5-11 классы    | 762С6.1997г.          | 180                  | 2,250          | 2,376         | 18,504              | 101,385        | 0,027        | 0,900         | 0,018        | 0,081                     | 109,170        | 81,900         | 12,600         | 0,941          |         |
| Хлеб ржаной   | 1-4 классы     | ГОСТ 26983-2015       | 040                  | 2,204          | 0,400         | 12,832              | 76,000         | 0,032        |               |              | 0,560                     | 8,400          | 34,800         | 7,600          | 0,800          |         |
|   | 5-11 классы    | ГОСТ 26983-2015       | 050                  | 2,756          | 0,500         | 16,040              | 95,000         | 0,040        |               |              | 0,840                     | 10,500         | 43,500         | 9,500          | 1,000          |         |
| <b>Вторник</b>  |                | <b>1-я неделя</b>     |                      | <b>Обед</b>    |               |                     |                |              |               |              |                           |                |                |                |                |         |
| Салат из моркови и яблок без сахара/Салат из помидоров*       | 1-4 классы     | 11 С6.2008г.          | 060                  | 0,512          | 6,031         | 8,678               | 89,400         | 0,024        | 2,154         |              | 2,751                     | 18,702         | 21,210         | 15,708         | 0,085          |         |
|   | 5-11 классы    | 11 С6.2008г.          | 100                  | 0,853          | 7,750         | 14,464              | 149,000        | 0,040        | 3,590         |              | 4,584                     | 31,170         | 35,350         | 26,180         | 0,142          |         |
| Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной                | 1-4 классы     | 120 С6.1996г.         | 220                  | 1,801          | 5,530         | 8,801               | 85,780         | 0,066        | 26,510        | 0,006        | 1,774                     | 37,540         | 43,204         | 18,240         | 19,102         |         |
|   | 5-11 классы    | 120 С6.1996г.         | 260                  | 2,181          | 6,538         | 10,929              | 104,325        | 0,082        | 33,125        | 0,006        | 2,214                     | 44,675         | 52,455         | 22,550         | 23,875         |         |
| Рагу овощное с говядиной                                      | 1-4 классы     | 394 С6.1996г.         | 180                  | 16,899         | 15,013        | 31,176              | 293,648        | 0,201        | 28,500        |              |                           | 806,489        | 86,914         | 35,855         | 2,530          |         |
|   | 5-11 классы    | 394 С6.1996г.         | 230                  | 18,279         | 18,058        | 40,568              | 360,318        | 0,258        | 38,000        |              |                           | 29,226         | 115,854        | 47,475         | 2,962          |         |
| Компот из апельсинов с яблоками, с сахарозаменителем          | 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 ржаной   | 1-4 классы     | ГОСТ 26983-2015       | 040                  | 2,204          | 0,400         | 12,832              | 76,000         | 0,032        |               |              | 0,560                     | 8,400          | 34,800         | 7,600          | 0,800          |         |
|   | 5-11 классы    | ГОСТ 26983-2015       | 060                  | 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> | 1-4 классы            | <b>596</b>           | <b>14,022</b>  | <b>15,211</b> | <b>79,998</b>       | <b>509,139</b> | <b>0,230</b> | <b>6,730</b>  | <b>0,109</b> | <b>2,957</b>              | <b>437,265</b> | <b>436,045</b> | <b>79,880</b>  | <b>139,707</b> |         |
|   |                | 5-11 классы           | <b>656</b>           | <b>16,209</b>  | <b>14,409</b> | <b>90,604</b>       | <b>574,121</b> | <b>0,288</b> | <b>7,170</b>  | <b>0,118</b> | <b>4,116</b>              | <b>497,430</b> | <b>511,860</b> | <b>96,640</b>  | <b>140,351</b> |         |
|   | <b>Обед</b>    | 1-4 классы            | <b>700</b>           | <b>21,839</b>  | <b>26,974</b> | <b>92,007</b>       | <b>663,428</b> | <b>0,342</b> | <b>81,704</b> | <b>0,006</b> | <b>5,173</b>              | <b>885,131</b> | <b>197,128</b> | <b>85,603</b>  | <b>22,637</b>  |         |
|   |                | 5-11 классы           | <b>850</b>           | <b>23,386</b>  | <b>32,646</b> | <b>106,105</b>      | <b>789,243</b> | <b>0,423</b> | <b>99,255</b> | <b>0,006</b> | <b>7,386</b>              | <b>125,371</b> | <b>240,759</b> | <b>110,105</b> | <b>27,699</b>  |         |

\* - действует с 01 марта

**Цикличное меню**

| Наименование блюда                            | № рецептуры    | Вес блюда         | Пищевая ценность (г) |                |               | Эн. ценность (ккал) | Витамины (мг)  |              |               |              | Минеральные вещества (мг) |               |                |                |               |       |
|---|----------------|-------------------|----------------------|----------------|---------------|---------------------|----------------|--------------|---------------|--------------|---------------------------|---------------|----------------|----------------|---------------|-------|
|   |                |                   | Белки                | Жиры           | Углеводы      |                     | В1             | С            | А             | Е            | Кальций                   | Фосфор        | Магний         | Железо         |               |       |
| <b>Среда</b>                                  |                | <b>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, тушенная в томате с овощами             | 1-4 классы     | 309 Сб. 1996г.    | 90                   | 8,330          | 10,229        | 5,112               | 78,254         | 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 с сахарозаменителем    | 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 ржаной                                   | 1-4 классы     | ГОСТ 26983-2015   | 040                  | 2,204          | 0,400         | 12,832              | 76,000         | 0,032        |               |              | 0,560                     | 8,400         | 34,800         | 7,600          | 0,800         |       |
|   | 5-11 классы    | ГОСТ 26983-2015   | 050                  | 2,756          | 0,500         | 16,040              | 95,000         | 0,040        |               |              | 0,840                     | 10,500        | 43,500         | 9,500          | 1,000         |       |
| <b>Среда</b>                                  |                | <b>1-я неделя</b> |                      | <b>Обед</b>    |               |                     |                |              |               |              |                           |               |                |                |               |       |
| Салат из свеклы отварной                      | 1-4 классы     | 23 Сб.2008г.      | 060                  | 0,969          | 6,997         | 6,156               | 109,330        | 0,011        | 5,700         |              | 1,340                     | 21,090        | 24,510         | 24,510         | 0,798         |       |
|   | 5-11 классы    | 23 Сб.2008г.      | 100                  | 1,615          | 8,995         | 10,260              | 145,550        | 0,019        | 9,500         |              | 2,233                     | 35,150        | 40,850         | 40,850         | 1,330         |       |
| Суп из овощей                                 | 1-4 классы     | 132 Сб.1996г.     | 200                  | 3,514          | 3,525         | 10,490              | 76,426         | 0,073        | 17,800        |              | 1,550                     | 18,880        | 40,380         | 17,180         | 0,636         |       |
|   | 5-11 классы    | 132 Сб.1996г.     | 250                  | 3,893          | 4,406         | 13,113              | 95,533         | 0,091        | 22,250        |              | 1,937                     | 23,600        | 50,475         | 21,475         | 0,795         |       |
| Плов из птицы(филе куриное) из перловой крупы | 1-4 классы     | 893 Сб1998г.      | 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 Сб.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 сахарозаменителем                       | 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 ржаной                                   | 1-4 классы     | ГОСТ 26983-2015   | 040                  | 2,204          | 0,400         | 12,832              | 76,000         | 0,032        |               |              | 0,560                     | 8,400         | 34,800         | 7,600          | 0,800         |       |
|   | 5-11 классы    | ГОСТ 26983-2015   | 060                  | 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> | 1-4 классы        | <b>500</b>           | <b>14,437</b>  | <b>15,126</b> | <b>78,126</b>       | <b>439,434</b> | <b>0,253</b> | <b>30,295</b> | <b>0,026</b> | <b>1,980</b>              | <b>69,730</b> | <b>156,570</b> | <b>83,547</b>  | <b>95,067</b> |       |
|   |                | 5-11 классы       | <b>560</b>           | <b>17,853</b>  | <b>18,538</b> | <b>86,738</b>       | <b>520,129</b> | <b>0,303</b> | <b>35,470</b> | <b>0,031</b> | <b>3,267</b>              | <b>82,592</b> | <b>186,452</b> | <b>98,928</b>  | <b>95,762</b> |       |
|   | <b>Обед</b>    | 1-4 классы        | <b>650</b>           | <b>22,302</b>  | <b>23,408</b> | <b>78,617</b>       | <b>614,170</b> | <b>0,193</b> | <b>24,935</b> | <b>0,019</b> | <b>6,360</b>              | <b>71,128</b> | <b>250,476</b> | <b>74,792</b>  | <b>3,843</b>  |       |
|   |                | 5-11 классы       | <b>810</b>           | <b>26,103</b>  | <b>28,996</b> | <b>93,525</b>       | <b>732,194</b> | <b>0,237</b> | <b>33,691</b> | <b>0,025</b> | <b>8,550</b>              | <b>95,360</b> | <b>318,397</b> | <b>102,031</b> | <b>4,854</b>  |       |

\* - действует с 01 марта

**Цикличное меню**

| Наименование блюда                        | № рецептуры    | Вес блюда         | Пищевая ценность (г) |                |               | Эн. ценность (ккал) | Витамины (мг)  |              |                |              | Минеральные вещества (мг) |                |                |               |                |
|---|----------------|-------------------|----------------------|----------------|---------------|---------------------|----------------|--------------|----------------|--------------|---------------------------|----------------|----------------|---------------|----------------|
|   |                |                   | Белки                | Жиры           | Углеводы      |                     | В1             | С            | А              | Е            | Кальций                   | Фосфор         | Магний         | Железо        |                |
| <b>Четверг</b>                            |                | <b>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     | 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         |
| Картофель отварной                        | 1-4 классы     | 239 С6.2008г.     | 150                  | 3,094          | 0,155         | 30,474              | 128,393        | 0,186        | 30,938         |              |                           | 15,469         | 89,720         | 35,579        | 1,392          |
|   | 5-11 классы    | 239 С6.2008г.     | 180                  | 3,713          | 0,186         | 36,569              | 154,073        | 0,223        | 37,126         |              |                           | 18,563         | 107,665        | 42,695        | 1,671          |
| Сок фруктовый без сахара                  | 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 ржаной                               | 1-4 классы     | ГОСТ 26983-2015   | 040                  | 2,204          | 0,400         | 12,832              | 76,000         | 0,032        |                |              | 0,560                     | 8,400          | 34,800         | 7,600         | 0,800          |
|   | 5-11 классы    | ГОСТ 26983-2015   | 050                  | 2,756          | 0,500         | 16,040              | 95,000         | 0,040        |                |              | 0,840                     | 10,500         | 43,500         | 9,500         | 1,000          |
| <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                  | 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         |
| ЁЖИКИ в соусе                             | 1-4 классы     | 202 С6.2008г.     | 090                  | 10,802         | 10,114        | 13,843              | 163,904        | 0,022        | 2,460          | 0,003        | 1,306                     | 8,822          | 20,641         | 5,957         | 37,071         |
|   | 5-11 классы    | 202 С6.2008г.     | 100                  | 13,301         | 12,414        | 15,784              | 200,764        | 0,027        | 2,820          | 0,002        | 1,798                     | 10,677         | 25,617         | 6,746         | 27,956         |
| 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          |
| Напиток из шиповника с сахарозаменителем  | 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 ржаной                               | 1-4 классы     | ГОСТ 26983-2015   | 040                  | 2,204          | 0,400         | 12,832              | 76,000         | 0,032        |                |              | 0,560                     | 8,400          | 34,800         | 7,600         | 0,800          |
|   | 5-11 классы    | ГОСТ 26983-2015   | 060                  | 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> | 1-4 классы        | <b>500</b>           | <b>14,548</b>  | <b>11,125</b> | <b>77,576</b>       | <b>464,593</b> | <b>0,282</b> | <b>38,088</b>  | <b>0,003</b> | <b>2,106</b>              | <b>49,026</b>  | <b>168,532</b> | <b>62,127</b> | <b>39,713</b>  |
|   |                | 5-11 классы       | <b>560</b>           | <b>19,754</b>  | <b>14,852</b> | <b>90,554</b>       | <b>531,393</b> | <b>0,341</b> | <b>45,096</b>  | <b>0,002</b> | <b>2,998</b>              | <b>56,242</b>  | <b>202,449</b> | <b>73,351</b> | <b>31,099</b>  |
|   | <b>Обед</b>    | 1-4 классы        | <b>730</b>           | <b>26,551</b>  | <b>23,256</b> | <b>96,296</b>       | <b>714,493</b> | <b>0,428</b> | <b>242,368</b> | <b>0,030</b> | <b>8,966</b>              | <b>110,375</b> | <b>288,091</b> | <b>55,019</b> | <b>102,514</b> |
|   |                | 5-11 классы       | <b>880</b>           | <b>30,732</b>  | <b>28,762</b> | <b>109,000</b>      | <b>832,672</b> | <b>0,517</b> | <b>251,641</b> | <b>0,033</b> | <b>11,219</b>             | <b>131,885</b> | <b>344,103</b> | <b>67,524</b> | <b>108,158</b> |

\* - действует с 01 марта

**Цикличное меню**

| Наименование блюда                                      | № рецептуры    | Вес блюда         | Пищевая ценность (г) |                |          | Эн. ценность (ккал) | Витамины (мг) |       |         |       | Минеральные вещества (мг) |         |         |         |        |  |  |
|---|----------------|-------------------|----------------------|----------------|----------|---------------------|---------------|-------|---------|-------|---------------------------|---------|---------|---------|--------|--|--|
|   |                |                   | Белки                | Жиры           | Углеводы |                     | В1            | С     | А       | Е     | Кальций                   | Фосфор  | Магний  | Железо  |        |  |  |
| <b>Пятница</b>  |                | <b>1-я неделя</b> |                      | <b>Завтрак</b> |          |                     |               |       |         |       |                           |         |         |         |        |  |  |
| Фрукты  | 1-4 классы     | 24 сб.1996г.      | 150                  | 0,600          |          | 14,700              | 57,000        |       |         |       |                           |         |         |         |        |  |  |
|   | 5-11 классы    | 24 сб.1996г.      | 150                  | 0,600          |          | 14,700              | 57,000        |       |         |       |                           |         |         |         |        |  |  |
| Каша рисовая молочная жидкая с маслом,сахарозаменителем | 1-4 классы     | 114 Сб.2008г.     | 160                  | 11,586         | 14,844   | 29,730              | 242,000       | 0,019 |         | 0,020 | 0,293                     | 6,919   | 23,407  | 5,001   | 0,452  |  |  |
|   | 5-11 классы    | 114 Сб.2008г.     | 210                  | 12,760         | 17,584   | 37,963              | 287,077       | 0,025 |         | 0,020 | 0,352                     | 8,792   | 30,786  | 6,618   | 0,594  |  |  |
| Чай с лимоном с сахарозаменителем                       | 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 ржаной   | 1-4 классы     | ГОСТ 26983-2015   | 040                  | 2,204          | 0,400    | 12,832              | 76,000        | 0,032 |         |       | 0,560                     | 8,400   | 34,800  | 7,600   | 0,800  |  |  |
|   | 5-11 классы    | ГОСТ 26983-2015   | 050                  | 2,756          | 0,500    | 16,040              | 95,000        | 0,040 |         |       | 0,840                     | 10,500  | 43,500  | 9,500   | 1,000  |  |  |
| <b>Пятница</b>  |                | <b>1-я неделя</b> |                      | <b>Обед</b>    |          |                     |               |       |         |       |                           |         |         |         |        |  |  |
| Салат из белокачанной 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 (крупа перловая)   | 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 с сахарозаменителем               | 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 ржаной   | 1-4 классы     | ГОСТ 26983-2015   | 040                  | 2,204          | 0,400    | 12,832              | 76,000        | 0,032 |         |       | 0,560                     | 8,400   | 34,800  | 7,600   | 0,800  |  |  |
|   | 5-11 классы    | ГОСТ 26983-2015   | 060                  | 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> | 1-4 классы        | 537                  | 14,63          | 15,29    | 71,02               | 428,71        | 0,05  | 2,80    | 0,02  | 0,85                      | 18,43   | 59,75   | 13,44   | 1,34   |  |  |
|   |                | 5-11 классы       | 597                  | 16,36          | 18,13    | 82,46               | 492,79        | 0,07  | 2,80    | 0,02  | 1,19                      | 22,40   | 75,83   | 16,96   | 1,68   |  |  |
|   | <b>Обед</b>    | 1-4 классы        | 730                  | 21,622         | 28,975   | 104,554             | 792,245       | 0,375 | 73,934  | 0,009 | 9,722                     | 114,462 | 241,617 | 99,205  | 44,715 |  |  |
|   |                | 5-11 классы       | 880                  | 24,171         | 34,806   | 119,372             | 922,726       | 0,450 | 100,019 | 0,008 | 12,417                    | 136,787 | 277,270 | 116,538 | 36,155 |  |  |

\* - действует с 01 марта

**Циклическое меню**

| Наименование блюда               | № рецептуры    | Вес блюда         | Пищевая ценность (г) |                |               | Эн. ценность (ккал) | Витамины (мг)  |              |               |              | Минеральные вещества (мг) |               |                |               |               |
|----------------------------------|----------------|-------------------|----------------------|----------------|---------------|---------------------|----------------|--------------|---------------|--------------|---------------------------|---------------|----------------|---------------|---------------|
|                                  |                |                   | Белки                | Жиры           | Углеводы      |                     | В1             | С            | А             | Е            | Кальций                   | Фосфор        | Магний         | Железо        |               |
| <b>Суббота</b>                   |                | <b>1-я неделя</b> |                      | <b>Завтрак</b> |               |                     |                |              |               |              |                           |               |                |               |               |
| Икра кабачковая(порционно)       | 1-4 классы     | 31 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     | 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        |
| Капуста тушеная                  | 1-4 классы     | 482 Сб.1996г.     | 150                  | 3,593          | 5,267         | 20,611              | 148,561        | 0,111        | 88,320        |              | 2,241                     | 83,598        | 62,415         | 31,572        | 84,606        |
|                                  | 5-11 классы    | 482 Сб.1996г.     | 180                  | 4,316          | 6,321         | 23,938              | 168,280        | 0,133        | 105,985       |              | 2,689                     | 100,330       | 74,925         | 37,886        | 101,068       |
| Чай с сахарозаменителем          | 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 ржаной                      | 1-4 классы     | ГОСТ 26983-2015   | 040                  | 2,204          | 0,400         | 12,832              | 76,000         | 0,032        |               |              | 0,560                     | 8,400         | 34,800         | 7,600         | 0,800         |
|                                  | 5-11 классы    | ГОСТ 26983-2015   | 050                  | 2,756          | 0,500         | 16,040              | 95,000         | 0,040        |               |              | 0,840                     | 10,500        | 43,500         | 9,500         | 1,000         |
| <b>Суббота</b>                   |                | <b>1-я неделя</b> |                      | <b>Обед</b>    |               |                     |                |              |               |              |                           |               |                |               |               |
| Горошек зеленый консервированный | 1-4 классы     | 31 Сб.1997г.      | 020                  | 0,620          | 0,400         | 1,420               | 8,200          | 0,022        | 2,000         |              | 0,240                     | 3,200         | 10,600         | 4,200         | 0,140         |
|                                  | 5-11 классы    | 31 Сб.1997г.      | 030                  | 0,930          | 0,600         | 2,130               | 12,300         | 0,033        | 3,000         |              | 0,360                     | 4,800         | 15,900         | 6,300         | 0,210         |
| Суп из овощей                    | 1-4 классы     | 132 Сб.1996г.     | 200                  | 3,514          | 3,525         | 10,490              | 76,426         | 0,073        | 17,800        |              | 1,550                     | 18,880        | 40,380         | 17,180        | 0,636         |
|                                  | 5-11 классы    | 132 Сб.1996г.     | 250                  | 3,893          | 4,406         | 13,113              | 95,533         | 0,091        | 22,250        |              | 1,937                     | 23,600        | 50,475         | 21,475        | 0,795         |
| Биточки с соусом                 | 1-4 классы     | 423 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        |
| 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         |
| Сок фруктовый без сахара         | 1-4 классы     | 293 Сб.2008г.     | 180                  | 0,900          |               | 21,060              | 84,600         | 0,018        | 3,600         |              |                           | 14,400        | 16,200         | 9,000         | 0,360         |
|                                  | 5-11 классы    | 293 Сб.2008г.     | 180                  | 0,900          |               | 21,060              | 84,600         | 0,018        | 3,600         |              |                           | 14,400        | 16,200         | 9,000         | 0,360         |
| Хлеб ржаной                      | 1-4 классы     | ГОСТ 26983-2015   | 040                  | 2,204          | 0,400         | 12,832              | 76,000         | 0,032        |               |              | 0,560                     | 8,400         | 34,800         | 7,600         | 0,800         |
|                                  | 5-11 классы    | ГОСТ 26983-2015   | 060                  | 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> | 1-4 классы        | <b>500</b>           | <b>15,34</b>   | <b>17,55</b>  | <b>60,15</b>        | <b>439,39</b>  | <b>0,17</b>  | <b>90,88</b>  | <b>0,00</b>  | <b>4,11</b>               | <b>106,34</b> | <b>125,11</b>  | <b>50,73</b>  | <b>123,83</b> |
|                                  |                | 5-11 классы       | <b>560</b>           | <b>19,21</b>   | <b>23,14</b>  | <b>69,97</b>        | <b>533,07</b>  | <b>0,20</b>  | <b>109,11</b> | <b>0,00</b>  | <b>5,74</b>               | <b>130,02</b> | <b>142,42</b>  | <b>62,73</b>  | <b>132,04</b> |
|                                  | <b>Обед</b>    | 1-4 классы        | <b>680</b>           | <b>25,797</b>  | <b>19,739</b> | <b>82,099</b>       | <b>610,977</b> | <b>0,420</b> | <b>24,560</b> | <b>0,024</b> | <b>7,816</b>              | <b>81,068</b> | <b>271,093</b> | <b>42,696</b> | <b>41,891</b> |
|                                  |                | 5-11 классы       | <b>800</b>           | <b>28,756</b>  | <b>25,332</b> | <b>90,892</b>       | <b>704,324</b> | <b>0,497</b> | <b>29,870</b> | <b>0,027</b> | <b>9,996</b>              | <b>92,095</b> | <b>298,013</b> | <b>47,510</b> | <b>33,363</b> |

**Цикличное меню**

| Наименование блюда  | № рецептуры    | Вес блюда         | Пищевая ценность (г) |                |               | Эн. ценность (ккал) | Витамины (мг)  |              |               |              | Минеральные вещества (мг) |                |                |                |               |  |  |
|---|----------------|-------------------|----------------------|----------------|---------------|---------------------|----------------|--------------|---------------|--------------|---------------------------|----------------|----------------|----------------|---------------|--|--|
|   |                |                   | Белки                | Жиры           | Углеводы      |                     | В1             | С            | А             | Е            | Кальций                   | Фосфор         | Магний         | Железо         |               |  |  |
| <b>Понедельник</b>  |                | <b>2-я неделя</b> |                      | <b>Завтрак</b> |               |                     |                |              |               |              |                           |                |                |                |               |  |  |
| Кондитерские изделия диетические                          | 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, сахарозаменителем | 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         |  |  |
| Кофейный напиток с молоком, сахарозаменителем             | 1-4 классы     | 762С6.1997г.      | 200                  | 2,500          | 2,640         | 20,560              | 112,650        | 0,030        | 1,000         | 0,020        | 0,090                     | 0,300          | 91,000         | 14,000         | 0,045         |  |  |
|   | 5-11 классы    | 762С6.1997г.      | 200                  | 2,500          | 2,640         | 20,560              | 112,650        | 0,030        | 1,000         | 0,020        | 0,090                     | 0,300          | 91,000         | 14,000         | 0,045         |  |  |
| Сыр плавленый   | 1-4 классы     | СТО 71063300-003- | 016                  | 3,580          | 3,500         |                     | 47,400         |              | 0,510         | 0,025        | 0,060                     | 129,000        | 102,000        | 6,800          | 136,000       |  |  |
|   | 5-11 классы    | СТО 71063300-003- | 016                  | 3,580          | 3,500         |                     | 47,400         |              | 0,510         | 0,025        | 0,060                     | 129,000        | 102,000        | 6,800          | 136,000       |  |  |
| Хлеб ржаной   | 1-4 классы     | 2 С6.1997г.       | 040                  | 2,204          | 0,400         | 12,832              | 76,000         | 0,032        |               |              | 0,560                     | 8,400          | 34,800         | 7,600          | 0,800         |  |  |
|   | 5-11 классы    | 2 С6.1997г.       | 050                  | 2,756          | 0,500         | 16,040              | 95,000         | 0,040        |               |              | 0,840                     | 10,500         | 43,500         | 9,500          | 1,000         |  |  |
| <b>Понедельник</b>  |                | <b>2-я неделя</b> |                      | <b>Обед</b>    |               |                     |                |              |               |              |                           |                |                |                |               |  |  |
| Салат из свеклы отварной                                  | 1-4 классы     | 23 С6.2008г.      | 060                  | 0,969          | 6,997         | 6,156               | 109,330        | 0,011        | 5,700         |              | 1,340                     | 21,090         | 24,510         | 24,510         | 0,798         |  |  |
|   | 5-11 классы    | 23 С6.2008г.      | 100                  | 1,615          | 8,995         | 10,260              | 145,550        | 0,019        | 9,500         |              | 2,233                     | 35,150         | 40,850         | 40,850         | 1,330         |  |  |
| Суп из овощей   | 1-4 классы     | 132 С6.1996г.     | 200                  | 3,514          | 3,525         | 10,490              | 76,426         | 0,073        | 17,800        |              | 1,550                     | 18,880         | 40,380         | 17,180         | 0,636         |  |  |
|   | 5-11 классы    | 132 С6.1996г.     | 250                  | 3,893          | 4,406         | 13,113              | 95,533         | 0,091        | 22,250        |              | 1,937                     | 23,600         | 50,475         | 21,475         | 0,795         |  |  |
| Тефтели с соусом  | 1-4 классы     | 423 С6.1996г.     | 090                  | 6,802          | 7,114         | 9,623               | 121,904        | 0,022        | 2,460         |              | 2,146                     | 8,822          | 20,641         | 5,957          | 37,071        |  |  |
|   | 5-11 классы    | 423 С6.1996г.     | 100                  | 7,201          | 9,414         | 11,784              | 158,764        | 0,027        | 2,820         |              | 2,554                     | 10,677         | 25,617         | 6,746          | 27,956        |  |  |
| Пюре из гороха  | 1-4 классы     | 270 С6.1996г.     | 150                  | 15,131         | 5,924         | 40,345              | 260,286        | 0,629        |               | 0,021        | 6,479                     | 63,418         | 158,888        | 61,617         | 4,899         |  |  |
|   | 5-11 классы    | 270 С6.1996г.     | 180                  | 17,358         | 8,908         | 48,015              | 312,349        | 0,755        |               | 0,025        | 7,775                     | 76,103         | 190,671        | 73,942         | 5,879         |  |  |
| Напиток лимонный с сахарозаменителем                      | 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 ржаной   | 1-4 классы     | ГОСТ 26983-2015   | 040                  | 2,204          | 0,400         | 12,832              | 76,000         | 0,032        |               |              | 0,560                     | 8,400          | 34,800         | 7,600          | 0,800         |  |  |
|   | 5-11 классы    | ГОСТ 26983-2015   | 060                  | 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> | 1-4 классы        | <b>501</b>           | <b>17,38</b>   | <b>20,67</b>  | <b>72,50</b>        | <b>582,85</b>  | <b>0,14</b>  | <b>1,51</b>   | <b>0,09</b>  | <b>1,39</b>               | <b>146,97</b>  | <b>269,98</b>  | <b>42,96</b>   | <b>137,95</b> |  |  |
|   |                | 5-11 классы       | <b>551</b>           | <b>16,654</b>  | <b>18,014</b> | <b>82,908</b>       | <b>580,086</b> | <b>0,167</b> | <b>1,000</b>  | <b>0,060</b> | <b>1,699</b>              | <b>21,403</b>  | <b>184,716</b> | <b>40,912</b>  | <b>2,361</b>  |  |  |
|   | <b>Обед</b>    | 1-4 классы        | <b>720</b>           | <b>28,750</b>  | <b>23,960</b> | <b>101,521</b>      | <b>730,274</b> | <b>0,773</b> | <b>31,720</b> | <b>0,021</b> | <b>12,075</b>             | <b>126,802</b> | <b>282,387</b> | <b>118,592</b> | <b>44,355</b> |  |  |
|   |                | 5-11 классы       | <b>870</b>           | <b>31,850</b>  | <b>32,023</b> | <b>114,871</b>      | <b>855,524</b> | <b>0,922</b> | <b>40,330</b> | <b>0,025</b> | <b>14,999</b>             | <b>158,022</b> | <b>336,881</b> | <b>150,441</b> | <b>36,711</b> |  |  |

\* - действует с 01 марта



**Цикличное меню**

| Наименование блюда                             | № рецептуры    | Вес блюда         | Пищевая ценность (г) |                |               | Эн. ценность (ккал) | Витамины (мг)  |              |                |              | Минеральные вещества (мг) |                |                |               |                |
|--|----------------|-------------------|----------------------|----------------|---------------|---------------------|----------------|--------------|----------------|--------------|---------------------------|----------------|----------------|---------------|----------------|
|  |                |                   | Белки                | Жиры           | Углеводы      |                     | В1             | С            | А              | Е            | Кальций                   | Фосфор         | Магний         | Железо        |                |
| <b>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     | 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 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 с сахарозаменителем     | 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 ржаной                                    | 1-4 классы     | ГОСТ 26983-2015   | 040                  | 2,204          | 0,400         | 12,832              | 76,000         | 0,032        |                |              | 0,560                     | 8,400          | 34,800         | 7,600         | 0,800          |
|  | 5-11 классы    | ГОСТ 26983-2015   | 050                  | 2,756          | 0,500         | 16,040              | 95,000         | 0,040        |                |              | 0,840                     | 10,500         | 43,500         | 9,500         | 1,000          |
| <b>Вторник</b>                                 |                | <b>2-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        | 5,520          |              | 2,696                     | 14,130         | 26,268         | 12,198        | 0,490          |
|  | 5-11 классы    | 60 Сб.1996г.      | 100                  | 1,945          | 8,321         | 9,142               | 132,845        | 0,058        | 9,200          |              | 4,494                     | 23,550         | 43,780         | 20,330        | 0,816          |
| Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной | 1-4 классы     | 120 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     | 202 Сб.2008г.     | 090                  | 10,802         | 10,114        | 13,843              | 163,904        | 0,022        | 2,460          | 0,003        | 1,306                     | 8,822          | 20,641         | 5,957         | 37,071         |
|  | 5-11 классы    | 202 Сб.2008г.     | 100                  | 13,301         | 12,414        | 15,784              | 200,764        | 0,027        | 2,820          | 0,002        | 1,798                     | 10,677         | 25,617         | 6,746         | 27,956         |
| 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 лимоном, сахарозаменителем               | 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 ржаной                                    | 1-4 классы     | ГОСТ 26983-2015   | 040                  | 2,204          | 0,400         | 12,832              | 76,000         | 0,032        |                |              | 0,560                     | 8,400          | 34,800         | 7,600         | 0,800          |
|  | 5-11 классы    | ГОСТ 26983-2015   | 060                  | 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> | 1-4 классы        | <b>500</b>           | <b>19,084</b>  | <b>15,814</b> | <b>83,041</b>       | <b>571,511</b> | <b>0,315</b> | <b>3,280</b>   | <b>0,030</b> | <b>6,046</b>              | <b>48,468</b>  | <b>214,713</b> | <b>16,316</b> | <b>40,911</b>  |
|  |                | 5-11 классы       | <b>560</b>           | <b>23,101</b>  | <b>20,526</b> | <b>95,097</b>       | <b>680,651</b> | <b>0,381</b> | <b>3,840</b>   | <b>0,036</b> | <b>8,069</b>              | <b>59,075</b>  | <b>247,838</b> | <b>18,535</b> | <b>32,556</b>  |
|  | <b>Обед</b>    | 1-4 классы        | <b>737</b>           | <b>19,813</b>  | <b>27,550</b> | <b>71,233</b>       | <b>582,562</b> | <b>0,269</b> | <b>125,611</b> | <b>0,009</b> | <b>8,577</b>              | <b>155,601</b> | <b>188,868</b> | <b>76,407</b> | <b>142,159</b> |
|  |                | 5-11 классы       | <b>887</b>           | <b>23,639</b>  | <b>33,940</b> | <b>79,078</b>       | <b>696,924</b> | <b>0,327</b> | <b>153,931</b> | <b>0,008</b> | <b>11,695</b>             | <b>188,643</b> | <b>224,417</b> | <b>94,052</b> | <b>154,405</b> |

\* - действует с 01 марта

**Цикличное меню**

| Наименование блюда                                      | № рецептуры    | Вес блюда         | Пищевая ценность (г) |                |               | Эн. ценность (ккал) | Витамины (мг)  |              |               |              | Минеральные вещества (мг) |                |                |                |                |       |       |
|---|----------------|-------------------|----------------------|----------------|---------------|---------------------|----------------|--------------|---------------|--------------|---------------------------|----------------|----------------|----------------|----------------|-------|-------|
|   |                |                   | Белки                | Жиры           | Углеводы      |                     | В1             | С            | А             | Е            | Кальций                   | Фосфор         | Магний         | Железо         |                |       |       |
| <b>Среда</b>  |                | <b>2-я неделя</b> |                      | <b>Завтрак</b> |               |                     |                |              |               |              |                           |                |                |                |                |       |       |
| Фрукты  | 1-4 классы     | 24 сб.1996г.      | 100                  | 0,400          |               | 9,800               | 38,000         |              |               |              |                           |                |                |                |                |       |       |
|   | 5-11 классы    | 24 сб.1996г.      | 100                  | 0,400          |               | 9,800               | 38,000         |              |               |              |                           |                |                |                |                |       |       |
| Омлет натуральный                                       | 1-4 классы     | 284 Сб.1996г.     | 200                  | 20,835         | 25,910        | 3,362               | 329,800        | 0,125        | 0,571         | 0,583        | 3,323                     | 155,233        | 335,804        | 90,570         | 4,705          |       |       |
|   | 5-11 классы    | 284 Сб.1996г.     | 230                  | 23,819         | 31,052        | 3,769               | 389,634        | 0,143        | 0,657         | 0,670        | 3,821                     | 178,519        | 386,180        | 104,158        | 5,410          |       |       |
| Чай с сахарозаменителем                                 | 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 ржаной   | 1-4 классы     | ГОСТ 26983-2015   | 040                  | 2,204          | 0,400         | 12,832              | 76,000         | 0,032        |               |              |                           | 0,560          | 8,400          | 34,800         | 7,600          | 0,800 |       |
|   | 5-11 классы    | ГОСТ 26983-2015   | 050                  | 2,756          | 0,500         | 16,040              | 95,000         | 0,040        |               |              |                           | 0,840          | 10,500         | 43,500         | 9,500          | 1,000 |       |
| <b>Среда</b>  |                | <b>2-я неделя</b> |                      | <b>Обед</b>    |               |                     |                |              |               |              |                           |                |                |                |                |       |       |
| Салат из моркови и яблок без сахара/Салат из помидоров* | 1-4 классы     | 11 Сб.2008г.      | 060                  | 0,512          | 6,031         | 8,678               | 89,400         | 0,024        | 2,154         |              |                           | 2,751          | 18,702         | 21,210         | 15,708         | 0,085 |       |
|   | 5-11 классы    | 11 Сб.2008г.      | 100                  | 0,853          | 7,750         | 14,464              | 149,000        | 0,040        | 3,590         |              |                           | 4,584          | 31,170         | 35,350         | 26,180         | 0,142 |       |
| Борщ с капустой и картофелем, со сметаной               | 1-4 классы     | 110 Сб.1996г.     | 210                  | 3,833          | 5,522         | 11,708              | 96,080         | 0,048        | 16,830        | 0,006        | 1,819                     | 37,900         | 45,972         | 27,120         | 56,044         |       |       |
|   | 5-11 классы    | 110 Сб.1996г.     | 260                  | 4,217          | 6,528         | 14,562              | 117,200        | 0,060        | 21,025        | 0,006        | 2,270                     | 45,125         | 55,915         | 33,650         | 70,053         |       |       |
| Биточки с соусом  | 1-4 классы     | 423 Сб.1996г.     | 90                   | 10,843         | 10,030        | 9,974               | 133,166        | 0,020        | 1,160         | 0,003        | 1,306                     | 5,792          | 14,492         | 4,558          | 36,970         |       |       |
|   | 5-11 классы    | 423 Сб.1996г.     | 100                  | 12,665         | 13,566        | 12,404              | 175,920        | 0,025        | 1,020         | 0,002        | 2,210                     | 6,539          | 3,894          | 4,846          | 27,818         |       |       |
| Картофельное пюре                                       | 1-4 классы     | 472 Сб.1996г.     | 150                  | 3,263          | 4,497         | 26,370              | 154,200        | 0,161        | 25,875        | 0,026        | 0,144                     | 41,310         | 95,910         | 32,805         | 1,390          |       |       |
|   | 5-11 классы    | 472 Сб.1996г.     | 180                  | 3,916          | 5,396         | 31,644              | 185,040        | 0,193        | 31,050        | 0,031        | 0,172                     | 49,572         | 115,092        | 39,366         | 1,668          |       |       |
| Компот из сухофруктов с сахарозаменителем               | 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 ржаной   | 1-4 классы     | ГОСТ 26983-2015   | 040                  | 2,204          | 0,400         | 12,832              | 76,000         | 0,032        |               |              |                           | 0,560          | 8,400          | 34,800         | 7,600          | 0,800 |       |
|   | 5-11 классы    | ГОСТ 26983-2015   | 060                  | 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> | 1-4 классы        | <b>500</b>           | <b>21,435</b>  | <b>25,961</b> | <b>28,172</b>       | <b>425,067</b> | <b>0,125</b> | <b>0,572</b>  | <b>0,583</b> | <b>3,323</b>              | <b>155,579</b> | <b>335,804</b> | <b>90,570</b>  | <b>4,758</b>   |       |       |
|   |                | 5-11 классы       | <b>530</b>           | <b>24,419</b>  | <b>31,103</b> | <b>28,579</b>       | <b>484,901</b> | <b>0,143</b> | <b>0,658</b>  | <b>0,670</b> | <b>3,821</b>              | <b>178,865</b> | <b>386,180</b> | <b>104,158</b> | <b>5,463</b>   |       |       |
|   | <b>Обед</b>    | 1-4 классы        | <b>730</b>           | <b>21,533</b>  | <b>26,480</b> | <b>101,701</b>      | <b>674,950</b> | <b>0,290</b> | <b>46,568</b> | <b>0,035</b> | <b>6,580</b>              | <b>142,844</b> | <b>233,521</b> | <b>104,261</b> | <b>99,447</b>  |       |       |
|   |                | 5-11 классы       | <b>880</b>           | <b>24,182</b>  | <b>33,540</b> | <b>114,837</b>      | <b>810,264</b> | <b>0,347</b> | <b>57,234</b> | <b>0,039</b> | <b>9,736</b>              | <b>169,446</b> | <b>257,488</b> | <b>126,212</b> | <b>104,439</b> |       |       |

\* - действует с 01 марта

**Цикличное меню**

| Наименование блюда                              | № рецептуры    | Вес блюда         | Пищевая ценность (г) |                |               | Эн. ценность (ккал) | Витамины (мг)  |              |                |              | Минеральные вещества (мг) |                |                |                |               |
|---|----------------|-------------------|----------------------|----------------|---------------|---------------------|----------------|--------------|----------------|--------------|---------------------------|----------------|----------------|----------------|---------------|
|   |                |                   | Белки                | Жиры           | Углеводы      |                     | В1             | С            | А              | Е            | Кальций                   | Фосфор         | Магний         | Железо         |               |
| <b>Четверг</b>                                  |                | <b>2-я неделя</b> |                      | <b>Завтрак</b> |               |                     |                |              |                |              |                           |                |                |                |               |
| Огурцы 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 (крупа перловая)               | 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 сахарозаменителем                         | 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 ржаной                                     | 1-4 классы     | ГОСТ 26983-2015   | 060                  | 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   | 060                  | 1,653          | 0,300         | 9,624               | 57,000         | 0,024        |                |              | 0,500                     | 6,300          | 26,100         | 5,700          | 0,600         |
| <b>Четверг</b>                                  |                | <b>2-я неделя</b> |                      | <b>Обед</b>    |               |                     |                |              |                |              |                           |                |                |                |               |
| Салат из белокочанной капусты/Салат из огурцов* | 1-4 классы     | 62 С6.1997г.      | 060                  | 0,929          | 3,003         | 5,968               | 53,564         | 0,032        | 23,950         |              | 1,298                     | 24,878         | 17,963         | 9,848          | 0,489         |
|   | 5-11 классы    | 62 С6.1997г.      | 100                  | 1,550          | 5,005         | 9,951               | 89,292         | 0,053        | 39,950         |              | 2,163                     | 41,494         | 29,959         | 16,424         | 0,816         |
| Суп картофельный с горохом                      | 1-4 классы     | 138 С6.1996г.     | 200                  | 4,746          | 4,302         | 18,572              | 127,580        | 0,202        | 9,300          |              | 3,215                     | 25,820         | 69,500         | 28,200         | 1,556         |
|   | 5-11 классы    | 138 С6.1996г.     | 250                  | 5,933          | 5,378         | 23,215              | 159,475        | 0,253        | 11,625         |              | 4,019                     | 32,275         | 86,875         | 35,250         | 1,945         |
| Котлеты рыбные любительские с соусом            | 1-4 классы     | 162 С6.2008г.     | 90                   | 9,080          | 5,499         | 9,271               | 95,702         | 0,057        | 1,845          | 0,022        | 1,717                     | 14,986         | 29,764         | 31,461         | 28,195        |
|   | 5-11 классы    | 162 С6.2008г.     | 100                  | 10,384         | 7,516         | 12,206              | 129,098        | 0,078        | 2,295          | 0,03         | 2,39                      | 20,153         | 40,117         | 43,305         | 28,422        |
| Картофель и овощи тушеные                       | 1-4 классы     | 251 С6.1997г.     | 150                  | 3,676          | 11,419        | 35,220              | 250,013        | 0,215        | 35,625         |              | 4,787                     | 23,400         | 108,525        | 43,575         | 1,622         |
|   | 5-11 классы    | 251 С6.1997г.     | 180                  | 4,410          | 13,703        | 42,264              | 300,015        | 0,258        | 42,750         |              | 5,745                     | 28,080         | 130,230        | 52,290         | 1,946         |
| Сок фруктовый без сахара                        | 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 ржаной                                     | 1-4 классы     | ГОСТ 26983-2015   | 040                  | 2,204          | 0,400         | 12,832              | 76,000         | 0,032        |                |              | 0,560                     | 8,400          | 34,800         | 7,600          | 0,800         |
|   | 5-11 классы    | ГОСТ 26983-2015   | 060                  | 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> | 1-4 классы        | <b>500</b>           | <b>17,644</b>  | <b>16,564</b> | <b>65,682</b>       | <b>482,780</b> | <b>0,130</b> | <b>2,698</b>   | <b>0,000</b> | <b>3,349</b>              | <b>49,881</b>  | <b>102,223</b> | <b>26,837</b>  | <b>4,234</b>  |
|   |                | 5-11 классы       | <b>550</b>           | <b>20,969</b>  | <b>18,285</b> | <b>79,188</b>       | <b>554,243</b> | <b>0,150</b> | <b>3,596</b>   | <b>0,000</b> | <b>4,150</b>              | <b>58,587</b>  | <b>124,871</b> | <b>33,328</b>  | <b>4,582</b>  |
|   | <b>Обед</b>    | 1-4 классы        | <b>720</b>           | <b>21,535</b>  | <b>24,623</b> | <b>102,923</b>      | <b>687,459</b> | <b>0,556</b> | <b>74,320</b>  | <b>0,022</b> | <b>11,577</b>             | <b>111,884</b> | <b>276,752</b> | <b>129,684</b> | <b>33,022</b> |
|   |                | 5-11 классы       | <b>870</b>           | <b>24,830</b>  | <b>31,902</b> | <b>118,320</b>      | <b>819,480</b> | <b>0,684</b> | <b>100,220</b> | <b>0,030</b> | <b>14,817</b>             | <b>142,702</b> | <b>329,481</b> | <b>161,969</b> | <b>34,089</b> |

\* - действует с 01 марта

**Цикличное меню**

| Наименование блюда                                  | № рецептуры    | Вес блюда         | Пищевая ценность (г) |                |               | Эн. ценность (ккал) | Витамины (мг)  |              |               |              | Минеральные вещества (мг) |               |                |               |               |
|---|----------------|-------------------|----------------------|----------------|---------------|---------------------|----------------|--------------|---------------|--------------|---------------------------|---------------|----------------|---------------|---------------|
|   |                |                   | Белки                | Жиры           | Углеводы      |                     | В1             | С            | А             | Е            | Кальций                   | Фосфор        | Магний         | Железо        |               |
| <b>Пятница</b>                                      |                | <b>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     | 469 Сб.1996г.     | 150                  | 5,365          | 4,265         | 37,247              | 203,790        | 0,087        |               | 0,021        | 1,193                     | 10,427        | 45,359         | 8,306         | 0,622         |
|   | 5-11 классы    | 469 Сб.1996г.     | 180                  | 6,437          | 5,117         | 46,011              | 244,528        | 0,105        |               | 0,025        | 1,431                     | 12,512        | 54,426         | 9,967         | 0,746         |
| Компот из апельсинов с яблоками с сахарозаменителем | 1-4 классы     | 278 Сб.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 Сб.2008г.     | 200                  | 0,420          |               | 30,520              | 118,600        | 0,019        | 24,540        |              | 0,088                     | 14,000        | 11,000         | 8,200         | 0,120         |
| Хлеб ржаной   | 1-4 классы     | ГОСТ 26983-2015   | 040                  | 2,204          | 0,400         | 12,832              | 76,000         | 0,032        |               |              | 0,560                     | 8,400         | 34,800         | 7,600         | 0,800         |
|   | 5-11 классы    | ГОСТ 26983-2015   | 050                  | 2,756          | 0,500         | 16,040              | 95,000         | 0,040        |               |              | 0,840                     | 10,500        | 43,500         | 9,500         | 1,000         |
| <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 из овощей                                       | 1-4 классы     | 132 Сб.1996г.     | 200                  | 3,514          | 3,525         | 10,490              | 76,426         | 0,073        | 17,800        |              | 1,550                     | 18,880        | 40,380         | 17,180        | 0,636         |
|   | 5-11 классы    | 132 Сб.1996г.     | 250                  | 3,893          | 4,406         | 13,113              | 95,533         | 0,091        | 22,250        |              | 1,937                     | 23,600        | 50,475         | 21,475        | 0,795         |
| Тефтели с соусом                                    | 1-4 классы     | 423 Сб.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 Сб.1996г.     | 100                  | 7,201          | 9,414         | 11,784              | 158,764        | 0,027        | 2,820         |              | 2,554                     | 10,677        | 25,617         | 6,746         | 27,956        |
| Каша пшеничная рассыпчатая                          | 1-4 классы     | 465 Сб.1996г.     | 150                  | 7,527          | 6,081         | 41,369              | 239,700        | 0,176        |               | 0,030        |                           | 1,800         | 5,244          | 0,225         | 3,759         |
|   | 5-11 классы    | 465 Сб.1996г.     | 180                  | 9,032          | 7,297         | 49,642              | 287,640        | 0,212        |               | 0,036        |                           | 2,160         | 6,293          | 0,270         | 4,511         |
| Чай с лимоном, сахарозаменителем                    | 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 ржаной   | 1-4 классы     | ГОСТ 26983-2015   | 040                  | 2,204          | 0,400         | 12,832              | 76,000         | 0,032        |               |              | 0,560                     | 8,400         | 34,800         | 7,600         | 0,800         |
|   | 5-11 классы    | ГОСТ 26983-2015   | 060                  | 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> | 1-4 классы        | <b>500</b>           | <b>20,037</b>  | <b>15,030</b> | <b>84,416</b>       | <b>592,782</b> | <b>0,148</b> | <b>26,900</b> | <b>0,024</b> | <b>3,147</b>              | <b>43,791</b> | <b>109,751</b> | <b>33,578</b> | <b>39,780</b> |
|   |                | 5-11 классы       | <b>560</b>           | <b>23,108</b>  | <b>17,505</b> | <b>100,245</b>      | <b>702,228</b> | <b>0,174</b> | <b>27,360</b> | <b>0,027</b> | <b>4,157</b>              | <b>51,385</b> | <b>132,920</b> | <b>40,021</b> | <b>31,594</b> |
|   | <b>Обед</b>    | 1-4 классы        | <b>727</b>           | <b>25,191</b>  | <b>24,122</b> | <b>95,808</b>       | <b>664,976</b> | <b>0,365</b> | <b>31,221</b> | <b>0,051</b> | <b>7,050</b>              | <b>50,961</b> | <b>141,641</b> | <b>45,686</b> | <b>42,932</b> |
|   |                | 5-11 классы       | <b>877</b>           | <b>25,128</b>  | <b>33,057</b> | <b>110,812</b>      | <b>814,707</b> | <b>0,455</b> | <b>41,471</b> | <b>0,071</b> | <b>4,991</b>              | <b>62,428</b> | <b>175,085</b> | <b>58,171</b> | <b>34,912</b> |

\* - действует с 01 марта

**Цикличное меню**

| Наименование блюда                        | № рецептуры    | Вес блюда         | Пищевая ценность (г) |                |               | Эн. ценность (ккал) | Витамины (мг)  |              |               |              | Минеральные вещества (мг) |                |                |                |                |
|---|----------------|-------------------|----------------------|----------------|---------------|---------------------|----------------|--------------|---------------|--------------|---------------------------|----------------|----------------|----------------|----------------|
|   |                |                   | Белки                | Жиры           | Углеводы      |                     | В1             | С            | А             | Е            | Кальций                   | Фосфор         | Магний         | Железо         |                |
| <b>Суббота</b>                            |                | <b>2-я неделя</b> |                      | <b>Завтрак</b> |               |                     |                |              |               |              |                           |                |                |                |                |
| Сельдь с гарниром                         | 1-4 классы     | 83 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.      | 060                  | 4,240          | 8,098         | 4,468               | 86,115         | 0,026        | 4,290         | 0,012        | 2,902                     | 24,787         | 69,462         | 18,845         | 408,381        |
| Омлет натуральный                         | 1-4 классы     | 284 С6.1996г.     | 200                  | 20,835         | 25,910        | 3,362               | 329,800        | 0,125        | 0,571         | 0,583        | 3,323                     | 155,233        | 335,804        | 90,570         | 4,705          |
|   | 5-11 классы    | 284 С6.1996г.     | 230                  | 23,819         | 31,052        | 3,769               | 389,634        | 0,143        | 0,657         | 0,670        | 3,821                     | 178,519        | 386,180        | 104,158        | 5,410          |
| Чай с сахарозаменителем                   | 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 ржаной                               | 1-4 классы     | ГОСТ 26983-2015   | 040                  | 2,204          | 0,400         | 12,832              | 76,000         | 0,032        |               |              | 0,560                     | 8,400          | 34,800         | 7,600          | 0,800          |
|   | 5-11 классы    | ГОСТ 26983-2015   | 050                  | 2,756          | 0,500         | 16,040              | 95,000         | 0,040        |               |              | 0,840                     | 10,500         | 43,500         | 9,500          | 1,000          |
| <b>Суббота</b>                            |                | <b>2-я неделя</b> |                      | <b>Обед</b>    |               |                     |                |              |               |              |                           |                |                |                |                |
| Огурцы солёные                            | 1-4 классы     | 24 С6.1996г.      | 020                  | 0,560          |               | 0,260               | 3,220          |              |               |              |                           | 5,000          | 4,000          |                | 0,240          |
|   | 5-11 классы    | 24 С6.1996г.      | 030                  | 0,840          |               | 0,390               | 4,830          |              |               |              |                           | 7,500          | 6,000          |                | 0,360          |
| 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         |
| ЁЖИКИ в соусе                             | 1-4 классы     | 202 С6.2008г.     | 090                  | 10,802         | 10,114        | 13,843              | 163,904        | 0,022        | 2,460         | 0,003        | 1,306                     | 8,822          | 20,641         | 5,957          | 37,071         |
|   | 5-11 классы    | 202 С6.2008г.     | 100                  | 13,301         | 12,414        | 15,784              | 200,764        | 0,027        | 2,820         | 0,002        | 1,798                     | 10,677         | 25,617         | 6,746          | 27,956         |
| Картофель отварной                        | 1-4 классы     | 239 С6.2008г.     | 150                  | 3,094          | 0,155         | 30,474              | 128,393        | 0,186        | 30,938        |              |                           | 15,469         | 89,720         | 35,579         | 1,392          |
|   | 5-11 классы    | 239 С6.2008г.     | 180                  | 3,713          | 0,186         | 36,569              | 154,073        | 0,223        | 37,126        |              |                           | 18,563         | 107,665        | 42,695         | 1,671          |
| Сок фруктовый без сахара                  | 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 ржаной                               | 1-4 классы     | ГОСТ 26983-2015   | 040                  | 2,204          | 0,400         | 12,832              | 76,000         | 0,032        |               |              | 0,560                     | 8,400          | 34,800         | 7,600          | 0,800          |
|   | 5-11 классы    | ГОСТ 26983-2015   | 060                  | 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> | 1-4 классы        | <b>500</b>           | <b>27,479</b>  | <b>34,459</b> | <b>35,672</b>       | <b>549,182</b> | <b>0,183</b> | <b>4,862</b>  | <b>0,595</b> | <b>6,785</b>              | <b>188,766</b> | <b>440,066</b> | <b>117,015</b> | <b>413,939</b> |
|   |                | 5-11 классы       | <b>540</b>           | <b>31,015</b>  | <b>39,701</b> | <b>39,287</b>       | <b>628,016</b> | <b>0,209</b> | <b>4,948</b>  | <b>0,682</b> | <b>7,563</b>              | <b>214,152</b> | <b>499,142</b> | <b>132,503</b> | <b>414,844</b> |
|   | <b>Обед</b>    | 1-4 классы        | <b>710</b>           | <b>21,493</b>  | <b>16,191</b> | <b>92,517</b>       | <b>561,597</b> | <b>0,308</b> | <b>54,228</b> | <b>0,009</b> | <b>3,685</b>              | <b>91,591</b>  | <b>213,133</b> | <b>86,256</b>  | <b>95,947</b>  |
|   |                | 5-11 классы       | <b>830</b>           | <b>24,724</b>  | <b>19,428</b> | <b>100,329</b>      | <b>627,867</b> | <b>0,354</b> | <b>64,971</b> | <b>0,008</b> | <b>4,568</b>              | <b>104,165</b> | <b>239,297</b> | <b>98,791</b>  | <b>101,040</b> |