

СОГЛАСОВАНО:

Начальник территориального отдела  
Управления Роспотребнадзора  
по Самарской области в городе Сызрань  
И.В. Ефимов



«15»

20 20 г.

УТВЕРЖДАЮ:

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



«15»

декабря

2020 г.

Примерное циклическое меню  
для организации питания  
в ГБОУ ООШ

Осенне-зимнее (весеннее - \*)

СОГЛАСОВАНО

Председатель общешкольного родительского комитета  
ГБОУ ООШ № 23 г. Сызрани

Борисенко Борисенко И.А.  
Протокол № 3 от 30.12.2020



СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ ООШ № 23 г. Сызрани  
А. М. Мерс

30 декабря 2020

**Циклическое меню**

Наименование блюда	№ тех	Масса	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)					
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо		
<b>Понедельник</b>	<b>1-я неделя</b>		<b>Завтрак</b>													
Кукуруза консервированная	1-4 классы	24 Сб.1996г.	020	2,06	0,98	13,5	67,68	0,08					9,2			0,084
	5-11 классы	24 Сб.1996г.	030	3,09	1,47	20,25	101,52	0,12					13,8			0,126
Колбаса отварная с соусом	1-4 классы	205 Сб.2008г.	090	6,85	11,4		130						14,5	89	11	0,85
	5-11 классы	205 Сб.2008г.	140	13,7	22,8		260						29	178	22	1,7
Макаронные изделия отварные	1-4 классы	469 Сб.1996г.	150	5,365	4,265	38,347	203,79	0,087		0,021	1,193	10,427	45,359	8,306	0,622	
	5-11 классы	469 Сб.1996г.	180	6,437	5,117	46,011	244,528	0,105		0,025	1,431	12,512	54,426	9,967	0,746	
Чай с сахаром	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0,2	0,051	15,01	57,267		0,001			0,346			0,053	
	5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0,2	0,051	15,01	57,267		0,001			0,346			0,053	
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044				0,672	8	26	5,6	0,36
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	050	3,8	0,3	26,15	116,5	0,055				0,84	10	32,5	7	0,45
<b>Понедельник</b>	<b>1-я неделя</b>		<b>Обед</b>													
Икра кабачковая(порционно)	1-4 классы	31 Сб.1997г.	020	0,4	1,8	1,72	24,4	0,004	1,4				8,2	13,4	7	1,4
	5-11 классы	31 Сб.1997г.	030	0,6	2,7	2,58	36,6	0,006	2,1				12,3	20,1	10,5	2,1
Суп картофельный с горохом	1-4 классы	138 Сб.1996г.	200	4,746	4,302	18,572	127,58	0,202	9,3		3,215	25,82	69,5	28,2	1,556	
	5-11 классы	138 Сб.1996г.	250	5,933	5,378	23,215	159,475	0,253	11,625		4,019	32,275	86,875	35,25	1,945	
Котлеты Куриные с соусом	1-4 классы	0	090	10,47	9,33	6,93	265	0,25	114,75	0,7		318,15	246,9	115,4	4,6	
	5-11 классы	0	100	14,66	13,06	9,7	371	0,35	160,65	0,98		445,41	345,66	161,56	6,44	
Капуста тушеная	1-4 классы	482 Сб.1996г.	150	3,593	5,267	16,511	123,461	0,111	88,32		2,241	83,598	62,415	31,572	84,606	
	5-11 классы	482 Сб.1996г.	180	4,316	6,321	19,838	148,28	0,133	105,985		2,689	100,33	74,925	37,886	101,068	
Компот из сухофруктов**	1-4 классы	283 Сб.2008г.	200	0,976		35,71	140,115	0,006	0,61			34,155	23,485	18,3	4,62	
	5-11 классы	283 Сб.2008г.	200	0,976		35,71	140,115	0,006	0,61			34,155	23,485	18,3	4,62	
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6	0,36	
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	060	4,56	0,36	31,38	139,8	0,066			1,008	12	39	8,4	0,54	
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>500,000</b>	<b>17,515</b>	<b>16,936</b>	<b>87,777</b>	<b>551,937</b>	<b>0,211</b>	<b>0,001</b>	<b>0,021</b>	<b>1,865</b>	<b>42,473</b>	<b>160,359</b>	<b>24,906</b>	<b>1,969</b>	
		<b>5-11 классы</b>	<b>600,000</b>	<b>27,227</b>	<b>29,738</b>	<b>107,421</b>	<b>779,815</b>	<b>0,280</b>	<b>0,001</b>	<b>0,025</b>	<b>2,271</b>	<b>65,658</b>	<b>264,926</b>	<b>38,967</b>	<b>3,075</b>	
	<b>Обед</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>700,000</b>	<b>23,225</b>	<b>20,939</b>	<b>100,363</b>	<b>773,756</b>	<b>0,617</b>	<b>214,380</b>	<b>0,700</b>	<b>6,128</b>	<b>477,923</b>	<b>441,700</b>	<b>206,072</b>	<b>97,142</b>	
		<b>5-11 классы</b>	<b>820,000</b>	<b>31,045</b>	<b>27,819</b>	<b>122,423</b>	<b>995,270</b>	<b>0,814</b>	<b>280,970</b>	<b>0,980</b>	<b>7,716</b>	<b>636,470</b>	<b>590,045</b>	<b>271,896</b>	<b>116,713</b>	

\* - действует с 01 марта

\*\* - витаминизация блюд проводится под контролем медицинского работника (при его отсутствии иным ответственным лицом)

**Циклическое меню**

Наименование блюда	№ тех	Масса	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
<b>Вторник</b>	<b>1-я неделя</b>		<b>Завтрак</b>												
Сыр плавленый	1-4 классы	ТУ 10.51.40-001-78634349-2016	1шт.(18)	3,58	3,5		47,4		0,51	0,025	0,06	129	102	6,8	136
	5-11 классы	ТУ 10.51.40-001-78634349-2016	1шт.(18)	3,58	3,5		47,4		0,51	0,025	0,06	129	102	6,8	136
Запеканка из творога с молоком сгущенным	1-4 классы	297 Сб.1996г.	200/35	36,229	27,610	51,770	565,568	0,128	1,337	0,13	3,534	433,150	517,000	63,845	1,368
	5-11 классы	297 Сб.1996г.	240/35	43,520	32,748	55,914	651,425	0,150	1,507	0,150	4,305	489,962	605,567	73,766	1,652
Чай с лимоном	1-4 классы	629 сб.1996г.	200/7	0,263	0,051	15,262	59,437	0,003	2,801			3,146	1,54	0,84	0,095
	5-11 классы	629 сб.1996г.	200/7	0,263	0,051	15,262	59,437	0,003	2,801			3,146	1,54	0,84	0,095
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6	0,36
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	050	3,8	0,3	26,15	116,5	0,055			0,84	10	32,5	7	0,45
<b>Вторник</b>	<b>1-я неделя</b>		<b>Обед</b>												
Сельдь с гарниром	1-4 классы	83 Сб.1996г.	060	4,24	8,098	4,468	86,115	0,026	4,29	0,012	2,902	24,787	69,462	18,845	408,381
	5-11 классы	83 Сб.1996г.	100	5,17	14,603	8,659	164,247	0,05	8,317	0,022	5,601	35,305	91,592	30,098	408,738
Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	1-4 классы	120 Сб.1996г.	210/10	1,804	5,53	8,801	85,78	0,066	26,51	0,006	1,774	37,54	43,204	18,24	19,102
	5-11 классы	120 Сб.1996г.	250/10	2,181	6,538	10,929	104,325	0,082	33,125	0,006	2,214	44,675	52,455	22,55	23,875
Жаркое По-домашнему(говядина)	1-4 классы	394 Сб.1996г.	180	11,701	6,702	25,368	248,634	0,178	26,496		2,814	20,562	78,612	31,715	68,648
	5-11 классы	394 Сб.1996г.	230	18,232	8,776	30,487	343,961	0,227	31,896		3,696	26,71	94,531	38,635	88,105
Компот из апельсинов с яблоками**	1-4 классы	278 Сб.2008г.	200	0,42		30,52	118,6	0,019	24,54		0,088	14	11	8,2	0,12
	5-11 классы	278 Сб.2008г.	200	0,42		30,52	118,6	0,019	24,54		0,088	14	11	8,2	0,12
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6	0,36
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	060	4,56	0,36	31,38	139,8	0,066			1,008	12	39	8,4	0,54
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>500,000</b>	<b>43,112</b>	<b>31,401</b>	<b>87,952</b>	<b>765,605</b>	<b>0,175</b>	<b>4,648</b>	<b>0,150</b>	<b>4,266</b>	<b>573,296</b>	<b>646,540</b>	<b>77,085</b>	<b>137,823</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>550,000</b>	<b>51,163</b>	<b>36,599</b>	<b>97,326</b>	<b>874,762</b>	<b>0,208</b>	<b>4,818</b>	<b>0,175</b>	<b>5,205</b>	<b>632,108</b>	<b>741,607</b>	<b>88,406</b>	<b>138,197</b>
	<b>Обед</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>700,000</b>	<b>21,205</b>	<b>20,570</b>	<b>90,077</b>	<b>632,329</b>	<b>0,333</b>	<b>81,836</b>	<b>0,018</b>	<b>8,250</b>	<b>104,889</b>	<b>228,278</b>	<b>82,600</b>	<b>496,611</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>850,000</b>	<b>30,563</b>	<b>30,277</b>	<b>111,975</b>	<b>870,933</b>	<b>0,444</b>	<b>97,878</b>	<b>0,028</b>	<b>12,607</b>	<b>132,690</b>	<b>288,578</b>	<b>107,883</b>	<b>521,378</b>

\* - действует с 01 марта

\*\* - витаминизация блюд проводится под контролем медицинского работника (при его отсутствии иным ответственным лицом)

**Цикличное меню**

Наименование блюда	№ тех	Масса	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)									
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо						
<b>Среда</b>	<b>1-я неделя</b>						<b>Завтрак</b>													
Огурцы порционно	1-4 классы	522 Сб.1996г.	020	0,14		0,36	2	0,004	1,4	0,006	0,02	3,4	8,4		0,004					
	5-11 классы	522 Сб.1996г.	030	0,21		0,54	3	0,006	2,1	0,009	0,03	5,1	12,6		0,006					
Котлеты рыбные любительские с соусом	1-4 классы	162 Сб.2008г.	90	7,491	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 Сб.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					
Картофельное пюре	1-4 классы	472 Сб.1996г.	150	3,263	4,497	26,37	154,2	0,161	25,875	0,026	0,144	41,31	95,91	32,805	1,39					
	5-11 классы	472 Сб.1996г.	180	3,916	5,396	31,644	185,04	0,193	31,05	0,031	0,172	49,572	115,092	39,366	1,668					
Сок фруктовый	1-4 классы	293.08	200	1		23,4	94	0,02	4			16	18	10	0,4					
	5-11 классы	293.08	200	1		23,4	94	0,02	4			16	18	10	0,4					
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6	0,36					
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	050	3,8	0,3	26,15	116,5	0,055			0,84	10	32,5	7	0,45					
<b>Среда</b>	<b>1-я неделя</b>								<b>Обед</b>											
Салат из свеклы отварной	1-4 классы	23 Сб.2008г.	060	0,969	2,997	6,156	54,33	0,011	5,7		1,34	21,09	24,51	24,51	0,798					
	5-11 классы	23 Сб.2008г.	100	1,615	4,995	10,26	90,55	0,019	9,5		2,233	35,15	40,85	40,85	1,33					
Суп картофельный с макаронными изделиями	1-4 классы	139 Сб.1996г.	250	2,84	2,673	23,945	125,525	0,118	16,5		1,343	17,5	63,5	24,05	0,887					
	5-11 классы	139 Сб.1996г.	250	2,84	2,673	23,945	125,525	0,118	16,5		1,343	17,5	63,5	24,05	0,887					
Плов из птицы(филе куриное)	1-4 классы	893 Сб1998г.	150	10,315	8,435	34,129	245,147	0,077	1,434	0,019	2,91	22,412	150,786	25,502	1,556					
	5-11 классы	893 Сб.1998г.	200	13,742	11,244	45,518	326,844	0,103	1,94	0,025	3,88	29,964	200,972	34,006	2,076					
Чай с сахаром	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0,2	0,051	15,01	57,267		0,001			0,346			0,053					
	5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0,2	0,051	15,01	57,267		0,001			0,346			0,053					
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6	0,36					
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	060	4,56	0,36	31,38	139,8	0,066			1,008	12	39	8,4	0,54					
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	1-4 классы	<b>500,000</b>	<b>14,934</b>	<b>10,236</b>	<b>80,321</b>	<b>439,102</b>	<b>0,286</b>	<b>33,120</b>	<b>0,054</b>	<b>2,553</b>	<b>83,696</b>	<b>178,074</b>	<b>79,866</b>	<b>30,349</b>					
		5-11 классы	<b>560,00</b>	<b>19,31</b>	<b>13,21</b>	<b>93,94</b>	<b>527,64</b>	<b>0,35</b>	<b>39,45</b>	<b>0,07</b>	<b>3,43</b>	<b>100,83</b>	<b>218,31</b>	<b>99,67</b>	<b>30,95</b>					
	<b>Обед</b>	1-4 классы	<b>700,000</b>	<b>17,364</b>	<b>14,396</b>	<b>100,160</b>	<b>575,469</b>	<b>0,250</b>	<b>23,635</b>	<b>0,019</b>	<b>6,265</b>	<b>69,348</b>	<b>264,796</b>	<b>79,662</b>	<b>3,654</b>					
		5-11 классы	<b>810,000</b>	<b>22,957</b>	<b>19,323</b>	<b>126,113</b>	<b>739,986</b>	<b>0,306</b>	<b>27,941</b>	<b>0,025</b>	<b>8,464</b>	<b>94,960</b>	<b>344,322</b>	<b>107,306</b>	<b>4,886</b>					

\* - действует с 01 марта

\*\* - витаминизация блюд проводится под контролем медицинского работника (при его отсутствии иным ответственным лицом)

**Цикличное меню**

Наименование блюда	№ тех	Масса	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
<b>Четверг</b>	<b>1-я неделя</b>		<b>Завтрак</b>												
Свекла вареная	1-4 классы	24 Сб.1996г.	020	0,34		2,16	9,6	0,004	2		0,028	7,4	8,6	8,6	0,28
	5-11 классы	24 Сб.1997г.	030	0,51		3,24	14,4	0,006	3		0,042	11,1	12,9	12,9	0,42
Сосиски отварные с соусом	1-4 классы	393 Сб.1997г.	90	5,2	6,6	0,15	85,5					14,5	80,5	10	0,85
	5-11 классы	393 Сб.1997г.	140	10,4	13,2	0,3	171					29	161	20	1,7
Макаронные изделия отварные	1-4 классы	469 Сб.1996г.	150	5,365	4,265	38,347	203,79	0,087		0,021	1,193	10,427	45,359	8,306	0,622
	5-11 классы	469 Сб.1996г.	180	6,437	5,117	46,011	244,528	0,105		0,025	1,431	12,512	54,426	9,967	0,746
Компот из свежих яблок**	1-4 классы	702 Сб.1997г.	200	0,08		33,552	127,76	0,004	0,72			0,48	2,4	4	0,152
	5-11 классы	702 Сб.1997г.	200	0,08		33,552	127,76	0,004	0,72			0,48	2,4	4	0,152
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6	0,36
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	050	3,8	0,3	26,15	116,5	0,055			0,84	10	32,5	7	0,45
<b>Четверг</b>	<b>1-я неделя</b>		<b>Обед</b>												
Салат витаминный/Винегрет овощной*	1-4 классы	2 Сб.2008г.	060	0,659	6,01	8,262	88,218	0,025	12,996		2,618	19,056	16,74	10,968	0,292
	5-11 классы	2 Сб.2008г.	100	1,098	10,016	13,77	147,03	0,042	21,66		4,364	31,76	27,9	18,28	0,486
Борщ с капустой и картофелем, со сметаной	1-4 классы	110 Сб.1996г.	210	1,833	5,522	11,708	96,08	0,048	16,83	0,006	1,819	37,9	45,972	27,12	56,044
	5-11 классы	110 Сб.1996г.	260	2,217	6,528	14,562	117,2	0,06	21,025	0,006	2,27	45,125	55,915	33,65	70,053
Ёжики в соусе	1-4 классы	0	090	8,83	13,38	13,62	253	0,08	3,39	4,76		49,15	113,25	34,55	1,25
	5-11 классы	0	100	11,77	17,84	18,16	337	0,106	4,52	6,34		65,53	151	46,06	1,66
Каша гречневая рассыпчатая	1-4 классы	463 Сб.1996г.	150	7,716	5,384	41,323	232,585	0,255		0,021	4,16	30,396	154,621	0,158	2,985
	5-11 классы	463 Сб.1996г.	180	9,255	6,46	49,561	278,971	0,306		0,025	4,989	36,456	185,444	0,189	3,58
Напиток из шиповника	1-4 классы	289 Сб.2008г.	200	0,8		26,97	107,45	0,03	240		0,342	13,5	4	4	5,645
	5-11 классы	289 Сб.2008г.	200	0,8		26,97	107,45	0,03	240		0,342	13,5	4	4	5,645
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6	0,36
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	060	4,56	0,36	31,38	139,8	0,066			1,008	12	39	8,4	0,54
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>500,000</b>	<b>14,025</b>	<b>11,105</b>	<b>95,129</b>	<b>519,850</b>	<b>0,139</b>	<b>2,720</b>	<b>0,021</b>	<b>1,893</b>	<b>40,807</b>	<b>162,859</b>	<b>36,506</b>	<b>2,264</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>600,000</b>	<b>21,227</b>	<b>18,617</b>	<b>109,253</b>	<b>674,188</b>	<b>0,170</b>	<b>3,720</b>	<b>0,025</b>	<b>2,313</b>	<b>63,092</b>	<b>263,226</b>	<b>53,867</b>	<b>3,468</b>
	<b>Обед</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>750,000</b>	<b>22,878</b>	<b>30,536</b>	<b>122,803</b>	<b>870,533</b>	<b>0,482</b>	<b>273,216</b>	<b>4,787</b>	<b>9,611</b>	<b>158,002</b>	<b>360,583</b>	<b>82,396</b>	<b>66,576</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>900,000</b>	<b>29,700</b>	<b>41,204</b>	<b>154,403</b>	<b>1127,451</b>	<b>0,610</b>	<b>287,205</b>	<b>6,371</b>	<b>12,973</b>	<b>204,371</b>	<b>463,259</b>	<b>110,579</b>	<b>81,964</b>

\* - действует с 01 марта

\*\* - витаминизация блюд проводится под контролем медицинского работника (при его отсутствии иным ответственным лицом)

**Циклическое меню**

Наименование блюда	№ тех	Масса	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)					
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо		
<b>Пятница</b>	<b>1-я неделя</b>		<b>Завтрак</b>													
Фрукты	1-4 классы	24 Сб.1996г.	150	3		38,4	165									
	5-11 классы	24 Сб.1996г.	150	3		38,4	165									
Каша рисовая молочная жидкая с маслом, сахаром	1-4 классы	114 Сб.2008г.	150/5/5	3,923	5,764	30,395	187,237	0,043	0,8	0,036	0,293	103,743	96,225	16,204	1,252	
	5-11 классы	114 Сб. 2008г.	200/5/5	5,209	6,477	38,848	232,32	0,057	1,067	0,041	0,352	137,899	127,973	21,556	1,661	
Кофейный напиток с молоком	1-4 классы	762Сб.1997г.	200	3,10	2,60	23,970	133,350	0,030	1,0	0,020	0,081	121,30	91,0	14,0	1,045	
	5-11 классы	762Сб.1997г.	200	3,10	2,60	23,970	133,350	0,030	1,0	0,020	0,081	121,30	91,0	14,0	1,045	
Батон	1-4 классы	ГОСТ 31752-2012	040	2,96	1,16	20,56	0,1	0,06			1	10	32,8	13,2	0,6	
	5-11 классы	ГОСТ 31752-2012	050	3,7	1,45	25,7	0,125	0,075			1,25	12,5	41	16,5	0,75	
<b>Пятница</b>	<b>1-я неделя</b>		<b>Обед</b>													
Салат из белокочанной капусты/огурцы порционно*	1-4 классы	62 Сб.1997г.	060	0,929	3,003	5,968	53,564	0,032	23,95		1,298	24,878	17,963	9,848	0,489	
	5-11 классы	62 Сб.1997г.	100	1,55	5,005	9,951	89,292	0,053	39,95		2,163	41,494	29,959	16,424	0,816	
Рассольник ленинградский со сметаной	1-4 классы	42 Сб.2008г.	200/10	2,288	5,588	16,298	116,572	0,085	12,85	0,006	1,771	24,28	54	19,24	0,808	
	5-11 классы	42 Сб.2008г.	250/10	2,785	6,61	20,3	142,815	0,106	16,05	0,006	2,211	28,1	65,95	23,8	1,007	
Тефтели Мясные с соусом	1-4 классы	0	090	10,47	9,33	6,93	265	0,25	114,75	0,7		318,15	246,9	115,4	4,6	
	5-11 классы	0	100	14,65	13,06	9,7	371	0,35	160,65	0,98		445,41	345,66	161,56	6,44	
Картофель и овощи тушеные	1-4 классы	251 Сб.1997г.	150	3,675	11,419	35,22	250,013	0,215	35,625		4,787	23,4	108,525	43,575	1,622	
	5-11 классы	251 Сб.1997г.	180	4,41	13,703	42,264	300,015	0,258	42,75		5,745	28,08	130,23	52,29	1,946	
Компот из сухофруктов**	1-4 классы	283 Сб.2008г.	200	0,976		35,71	140,115	0,006	0,61			34,155	23,485	18,3	4,62	
	5-11 классы	283 Сб.2008г.	200	0,976		35,71	140,115	0,006	0,61			34,155	23,485	18,3	4,62	
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6	0,36	
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	060	4,56	0,36	31,38	139,8	0,066			1,008	12	39	8,4	0,54	
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	1-4 классы	<b>550,000</b>	<b>12,983</b>	<b>9,524</b>	<b>113,325</b>	<b>485,687</b>	<b>0,133</b>	<b>1,800</b>	<b>0,056</b>	<b>1,374</b>	<b>235,043</b>	<b>220,025</b>	<b>43,404</b>	<b>2,897</b>	
		5-11 классы	<b>610,000</b>	<b>15,009</b>	<b>10,527</b>	<b>126,918</b>	<b>530,795</b>	<b>0,162</b>	<b>2,067</b>	<b>0,061</b>	<b>1,683</b>	<b>271,699</b>	<b>259,973</b>	<b>52,056</b>	<b>3,456</b>	
	<b>Обед</b>	1-4 классы	<b>750,000</b>	<b>21,378</b>	<b>29,580</b>	<b>121,046</b>	<b>918,464</b>	<b>0,632</b>	<b>187,785</b>	<b>0,706</b>	<b>8,528</b>	<b>432,863</b>	<b>476,873</b>	<b>211,963</b>	<b>12,499</b>	
		5-11 классы	<b>900,000</b>	<b>28,931</b>	<b>38,738</b>	<b>149,305</b>	<b>1183,037</b>	<b>0,839</b>	<b>260,010</b>	<b>0,986</b>	<b>11,127</b>	<b>589,239</b>	<b>634,284</b>	<b>280,774</b>	<b>15,369</b>	

\* - действует с 01 марта

\*\* - витаминизация блюд проводится под контролем медицинского работника (при его отсутствии иным ответственным лицом)

**Цикличное меню**

Наименование блюда	№ тех	Масса	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
<b>Суббота</b>	<b>1-я неделя</b>		<b>Завтрак</b>												
Икра кабачковая(порционно)	1-4 классы	31 Сб.1997г.	020	0,4	1,8	1,72	24,4	0,004	1,4			8,2	13,4	7	1,4
	5-11 классы	31 Сб.1997г.	030	0,6	2,7	2,58	36,6	0,006	2,1			12,3	20,1	10,5	2,1
Котлеты Куриные с соусом	1-4 классы	0	090	10,47	9,33	6,93	265	0,25	114,75	0,7		318,15	246,9	115,4	4,6
	5-11 классы	0	100	14,66	13,06	9,7	371	0,35	160,65	0,98		445,41	345,66	161,56	6,44
Капуста тушеная	1-4 классы	482 Сб.1996г.	150	3,593	5,267	16,511	123,461	0,111	88,32		2,241	83,598	62,415	31,572	84,606
	5-11 классы	482 Сб.1996г.	180	4,316	6,321	19,838	148,28	0,133	105,985		2,689	100,33	74,925	37,886	101,068
Чай с сахаром	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0,2	0,051	15,01	57,267		0,001			0,346			0,053
	5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0,2	0,051	15,01	57,267		0,001			0,346			0,053
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6	0,36
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	050	3,8	0,3	26,15	116,5	0,055			0,84	10	32,5	7	0,45
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	1-4 классы	<b>500,000</b>	<b>17,703</b>	<b>16,688</b>	<b>61,091</b>	<b>563,328</b>	<b>0,409</b>	<b>204,471</b>	<b>0,700</b>	<b>2,913</b>	<b>418,294</b>	<b>348,715</b>	<b>159,572</b>	<b>91,019</b>
		5-11 классы	<b>560,000</b>	<b>23,576</b>	<b>22,432</b>	<b>73,278</b>	<b>729,647</b>	<b>0,544</b>	<b>268,736</b>	<b>0,980</b>	<b>3,529</b>	<b>568,386</b>	<b>473,185</b>	<b>216,946</b>	<b>110,111</b>

\* - действует с 01 марта

\*\* - витаминизация блюд проводится под контролем медицинского работника (при его отсутствии иным ответственным лицом)

**Циклическое меню**

Наименование блюда	№ тех	Масса	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
<b>Понедельник</b>		<b>2-я неделя</b>		<b>Завтрак</b>											
Йогурт	1-4 классы	ТУ 10.51.56-045-18255315-2017	100	5	1,5	3,5	51	0,03	0,6	0,01		124	95	15	0,1
	5-11 классы	ТУ 10.51.56-045-18255315-2017	100	5	1,5	3,5	51	0,03	0,6	0,01		124	95	15	0,1
Оладьи с молоком густенным	1-4 классы	682 Сб.1996г.	175/25	15,69	14,398	89,563	555,924	0,216	1,238	0,044	3,922	216,692	238,287	40,677	2,361
	5-11 классы	682 Сб.1996г.	225/25	19,61	17,990	111,953	694,905	0,270	1,547	0,055	4,903	270,865	297,858	50,846	2,951
Чай с сахаром	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0,2	0,051	15,01	57,267		0,001			0,346			0,053
	5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0,2	0,051	15,01	57,267		0,001			0,346			0,053
<b>Понедельник</b>		<b>2-я неделя</b>		<b>Обед</b>											
Салат из свеклы отварной	1-4 классы	23 Сб.2008г.	060	0,969	2,997	6,156	54,33	0,011	5,7		1,34	21,09	24,51	24,51	0,798
	5-11 классы	23 Сб.2008г.	100	1,615	4,995	10,26	90,55	0,019	9,5		2,233	35,15	40,85	40,85	1,33
Суп картофельный с макаронными изделиями	1-4 классы	139 Сб.1996г.	200	2,272	2,138	19,156	100,42	0,094	13,2		1,074	14	50,8	19,24	0,71
	5-11 классы	139 Сб.1996г.	250	2,84	2,673	23,945	125,525	0,118	16,5		1,343	17,5	63,5	24,05	0,887
Ёжики в соусе	1-4 классы	0	090	8,83	13,38	13,62	253	0,08	3,39	4,76		49,15	113,25	34,55	1,25
	5-11 классы	0	100	11,77	17,84	18,16	337	0,106	4,52	6,34		65,53	151	46,06	1,66
Пюре из гороха	1-4 классы	270 Сб.1996г.	150	16,131	4,924	40,345	260,286	0,629		0,021	6,479	63,418	158,888	61,617	4,899
	5-11 классы	270 Сб.1996г.	180	19,358	5,908	48,415	312,349	0,755		0,025	7,775	76,103	190,671	73,942	5,879
Напиток из шиповника	1-4 классы	289 Сб.2008г.	200	0,8		26,97	107,45	0,03	240		0,342	13,5	4	4	5,645
	5-11 классы	289 Сб.2008г.	200	0,8		26,97	107,45	0,03	240		0,342	13,5	4	4	5,645
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6	0,36
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	060	4,56	0,36	31,38	139,8	0,066			1,008	12	39	8,4	0,54
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>500,00</b>	<b>20,89</b>	<b>15,95</b>	<b>108,07</b>	<b>664,19</b>	<b>0,25</b>	<b>1,84</b>	<b>0,05</b>	<b>3,92</b>	<b>341,04</b>	<b>333,29</b>	<b>55,68</b>	<b>2,51</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>550,00</b>	<b>24,81</b>	<b>19,54</b>	<b>130,46</b>	<b>108,27</b>	<b>0,30</b>	<b>2,15</b>	<b>0,07</b>	<b>4,90</b>	<b>395,21</b>	<b>392,86</b>	<b>65,85</b>	<b>0,15</b>
	<b>Обед</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>740,000</b>	<b>32,042</b>	<b>23,679</b>	<b>127,167</b>	<b>868,686</b>	<b>0,888</b>	<b>262,290</b>	<b>4,781</b>	<b>9,907</b>	<b>169,158</b>	<b>377,448</b>	<b>149,517</b>	<b>13,662</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>890,000</b>	<b>40,943</b>	<b>31,776</b>	<b>159,13</b>	<b>1 112,674</b>	<b>1,094</b>	<b>270,52</b>	<b>6,365</b>	<b>12,701</b>	<b>219,783</b>	<b>489,021</b>	<b>197,302</b>	<b>15,941</b>

\* - действует с 01 марта

\*\* - витаминизация блюд проводится под контролем медицинского работника (при его отсутствии иным ответственным лицом)



**Цикличное меню**

Наименование блюда	№ тех	Масса	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)						
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо			
<b>Вторник</b>	<b>2-я неделя</b>		<b>Завтрак</b>														
Горошек зеленый консервированный	1-4 классы	31 Сб.1997г.	020	0,62	0,4	1,42	8,2	0,022	2		0,24	3,2	10,6	4,2	0,14		
	5-11 классы	31 Сб.1997г.	030	0,93	0,6	2,13	12,3	0,033	3		0,36	4,8	15,9	6,3	0,21		
Котлеты Куриные с соусом	1-4 классы	0	090	10,47	9,33	6,93	265	0,25	114,75	0,7		318,15	246,9	115,4	4,6		
	5-11 классы	0	100	14,66	13,06	9,7	371	0,35	160,65	0,98		445,41	345,66	161,56	6,44		
Каша гречневая рассыпчатая	1-4 классы	463 Сб.1996г.	150	7,716	5,384	41,323	232,585	0,255		0,021	4,16	30,396	154,621	0,158	2,985		
	5-11 классы	463 Сб.1996г.	180	9,255	6,46	49,561	278,971	0,306		0,025	4,989	36,456	185,444	0,189	3,58		
Компот из свежих яблок**	1-4 классы	702 Сб.1997г.	200	0,08		33,552	127,76	0,004	0,72			0,48	2,4	4	0,152		
	5-11 классы	702 Сб.1997г.	200	0,08		33,552	127,76	0,004	0,72			0,48	2,4	4	0,152		
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6	0,36		
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	050	3,8	0,3	26,15	116,5	0,055			0,84	10	32,5	7	0,45		
<b>Вторник</b>	<b>2-я неделя</b>		<b>Обед</b>														
Салат витаминный/Винегрет овощной*	1-4 классы	2 Сб.2008г.	060	0,659	6,01	8,262	88,218	0,025	12,996		2,618	19,056	16,74	10,968	0,292		
	5-11 классы	2 Сб.2008г.	100	1,098	10,016	13,77	147,03	0,042	21,66		4,364	31,76	27,9	18,28	0,486		
Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	1-4 классы	120 Сб.1996г.	200/10	1,804	5,53	8,801	85,78	0,066	26,51	0,006	1,774	37,54	43,204	18,24	19,102		
	5-11 классы	120 Сб.1996г.	250/10	2,181	6,538	10,929	104,325	0,082	33,125	0,006	2,214	44,675	52,455	22,55	23,875		
Тефтели Мясные с соусом	1-4 классы	0	090	10,47	9,33	6,93	265	0,25	114,75	0,7		318,15	246,9	115,4	4,6		
	5-11 классы	0	100	14,65	13,06	9,7	371	0,35	160,65	0,98		445,41	345,66	161,56	6,44		
Макаронные изделия отварные	1-4 классы	469 Сб.1996г.	150	5,365	4,265	38,347	203,79	0,087		0,021	1,193	10,427	45,359	8,306	0,622		
	5-11 классы	469 Сб.1996г.	180	6,437	5,117	46,011	244,528	0,105		0,025	1,431	12,512	54,426	9,967	0,746		
Чай с лимоном	1-4 классы	629 сб.1996г.	200/7	0,263	0,051	15,262	59,437	0,003	2,801			3,146	1,54	0,84	0,095		
	5-11 классы	629 сб.1996г.	200/7	0,263	0,051	15,262	59,437	0,003	2,801			3,146	1,54	0,84	0,095		
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6	0,36		
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	060	4,56	0,36	31,38	139,8	0,066			1,008	12	39	8,4	0,54		
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>500,000</b>	<b>21,926</b>	<b>15,354</b>	<b>104,145</b>	<b>726,745</b>	<b>0,575</b>	<b>117,470</b>	<b>0,721</b>	<b>5,072</b>	<b>360,226</b>	<b>440,521</b>	<b>129,358</b>	<b>8,237</b>		
		<b>5-11 классы</b>	<b>560,000</b>	<b>28,725</b>	<b>20,420</b>	<b>121,093</b>	<b>906,531</b>	<b>0,748</b>	<b>164,370</b>	<b>1,005</b>	<b>6,189</b>	<b>497,146</b>	<b>581,904</b>	<b>179,049</b>	<b>10,832</b>		
	<b>Обед</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>757,000</b>	<b>21,601</b>	<b>25,426</b>	<b>98,522</b>	<b>795,425</b>	<b>0,475</b>	<b>157,057</b>	<b>0,727</b>	<b>6,257</b>	<b>396,319</b>	<b>379,743</b>	<b>159,354</b>	<b>25,071</b>		
		<b>5-11 классы</b>	<b>907,000</b>	<b>29,189</b>	<b>35,142</b>	<b>127,052</b>	<b>1066,120</b>	<b>0,648</b>	<b>218,236</b>	<b>1,011</b>	<b>9,017</b>	<b>549,503</b>	<b>520,981</b>	<b>221,597</b>	<b>32,182</b>		

\* - действует с 01 марта

\*\* - витаминизация блюд проводится под контролем медицинского работника (при его отсутствии иным ответственным лицом)

**Циклическое меню**

Наименование блюда	№ тех	Масса	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
<b>Среда</b>	<b>2-я неделя</b>		<b>Завтрак</b>												
Колбаса п/к порциями	1-4 классы	29 Сб.1997г.	040	4,4	17,6		176	0,076				4	90,4	10,8	1,08
	5-11 классы	29 Сб.1997г.	040	4,4	17,6		176	0,076				4	90,4	10,8	1,08
Каша молочная жидкая -Дружба-с маслом,сахаром	1-4 классы	102 Сб.2008г.	200/5/5	5,291	6,584	34,037	215,3	0,111	1,02	0,04	0,563	131,39	134	28,69	2,1
	5-11 классы	102 Сб.2008г.	250/5/5	6,610	8,230	42,540	269,1	0,138	1,28	0,05	0,703	154,23	168	35,86	2,6
Кофейный напиток с молоком	1-4 классы	762Сб.1997г.	200	3,10	2,60	23,970	133,350	0,030	1,0	0,020	0,081	121,30	91,0	14,0	1,045
	5-11 классы	762Сб.1997г.	200	3,10	2,60	23,970	133,350	0,030	1,0	0,020	0,081	121,30	91,0	14,0	1,045
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	050	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6	0,36
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	050	3,8	0,3	26,15	116,5	0,055			0,84	10	32,5	7	0,45
<b>Среда</b>	<b>2-я неделя</b>		<b>Обед</b>												
Помидоры порционные	1-4 классы	522 Сб.1996г.	020	0,12		0,84	3,8	0,012	5		0,078	2,8	5,2	4	0,28
	5-11 классы	522 Сб.1996г.	030	0,18		1,26	5,7	0,018	7,5		0,117	4,2	7,8	6	0,42
Борщ с капустой и картофелем,со сметаной	1-4 классы	110 Сб.1996г.	200/10	1,833	5,522	11,708	96,08	0,048	16,83	0,006	1,819	37,9	45,972	27,12	56,044
	5-11 классы	110 Сб.1996г.	250/10	2,217	6,528	14,562	117,2	0,06	21,025	0,006	2,27	45,125	55,915	33,65	70,053
Сосиски отварные с соусом	1-4 классы	393 Сб.1997г.	050/30	5,2	6,6	0,15	85,5					14,5	80,5	10	0,85
	5-11 классы	393 Сб.1997г.	100/30	10,4	13,2	0,3	171					29	161	20	1,7
Картофельное пюре	1-4 классы	472 Сб.1996г.	150	3,263	4,497	26,37	154,2	0,161	25,875	0,026	0,144	41,31	95,91	32,805	1,39
	5-11 классы	472 Сб.1996г.	180	3,916	5,396	31,644	185,04	0,193	31,05	0,031	0,172	49,572	115,092	39,366	1,668
Компот из сухофруктов**	1-4 классы	283 Сб.2008г.	200	0,976		35,71	140,115	0,006	0,61			34,155	23,485	18,3	4,62
	5-11 классы	283 Сб.2008г.	200	0,976		35,71	140,115	0,006	0,61			34,155	23,485	18,3	4,62
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6	0,36
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	060	4,56	0,36	31,38	139,8	0,066			1,008	12	39	8,4	0,54
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	1-4 классы	<b>500,000</b>	<b>15,831</b>	<b>27,024</b>	<b>78,927</b>	<b>617,850</b>	<b>0,261</b>	<b>2,020</b>	<b>0,060</b>	<b>1,316</b>	<b>264,690</b>	<b>341,400</b>	<b>59,090</b>	<b>4,585</b>
		5-11 классы	<b>550,000</b>	<b>17,910</b>	<b>28,730</b>	<b>92,660</b>	<b>694,975</b>	<b>0,299</b>	<b>2,275</b>	<b>0,070</b>	<b>1,624</b>	<b>289,530</b>	<b>381,400</b>	<b>67,660</b>	<b>5,200</b>
	<b>Обед</b>	1-4 классы	<b>700,000</b>	<b>14,432</b>	<b>16,859</b>	<b>95,698</b>	<b>572,895</b>	<b>0,271</b>	<b>48,315</b>	<b>0,032</b>	<b>2,713</b>	<b>138,665</b>	<b>277,067</b>	<b>97,825</b>	<b>63,544</b>
		5-11 классы	<b>860,000</b>	<b>22,249</b>	<b>25,484</b>	<b>114,856</b>	<b>758,855</b>	<b>0,343</b>	<b>60,185</b>	<b>0,037</b>	<b>3,567</b>	<b>174,052</b>	<b>402,292</b>	<b>125,716</b>	<b>79,001</b>

\* - действует с 01 марта

\*\* - витаминизация блюд проводится под контролем медицинского работника (при его отсутствии иным ответственным лицом)

**Циклическое меню**

Наименование блюда	№ тех	Масса	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)					
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо		
<b>Четверг</b>		<b>2-я неделя</b>		<b>Завтрак</b>												
Кукуруза консервированная	1-4 классы	24 Сб.1996г.	040	4,12	1,96	27,0	135,36	0,16					18,4			0,168
	5-11 классы	24 Сб.1996г.	040	4,12	1,96	27,0	135,36	0,16					18,4			0,168
Плов из Говядины	1-4 классы	193 Сб.2008г.	050/150	18,908	6,133	40,528	362,073	0,106	2,697		2,849	33,235	68,123	21,137	3,101	
	5-11 классы	193 Сб.2008г.	050/200	23,635	7,666	50,660	452,591	0,133	3,371	3,561	41,543	85,153	26,421	3,876		
Чай с сахаром	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0,2	0,051	15,01	57,267		0,001			0,346			0,053	
	5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0,2	0,051	15,01	57,267		0,001			0,346			0,053	
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	060	4,56	0,36	31,38	139,8	0,066			1,008	12	39	8,4	0,54	
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	060	4,56	0,36	31,38	139,8	0,066			1,008	12	39	8,4	0,54	
<b>Четверг</b>		<b>2-я неделя</b>		<b>Обед</b>												
Икра кабачковая(порционно)	1-4 классы	31 Сб.1997г.	020	0,4	1,8	1,72	24,4	0,004	1,4			8,2	13,4	7	1,4	
	5-11 классы	31 Сб.1997г.	030	0,6	2,7	2,58	36,6	0,006	2,1			12,3	20,1	10,5	2,1	
Суп картофельный с горохом	1-4 классы	138 Сб.1996г.	200	4,746	4,302	18,572	127,58	0,202	9,3		3,215	25,82	69,5	28,2	1,556	
	5-11 классы	138 Сб.1996г.	250	5,933	5,378	23,215	159,475	0,253	11,625		4,019	32,275	86,875	35,25	1,945	
Котлеты рыбные любительские с соусом	1-4 классы	162 Сб.2008г.	90	7,491	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 Сб.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 Сб.1997г.	150	3,675	11,419	35,22	250,013	0,215	35,625		4,787	23,4	108,525	43,575	1,622	
	5-11 классы	251 Сб.1997г.	180	4,41	13,703	42,264	300,015	0,258	42,75		5,745	28,08	130,23	52,29	1,946	
Сок фруктовый	1-4 классы	293.08	200	1		23,4	94	0,02	4			16	18	10	0,4	
	5-11 классы	293.08	200	1		23,4	94	0,02	4			16	18	10	0,4	
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6	0,36	
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	060	4,56	0,36	31,38	139,8	0,066			1,008	12	39	8,4	0,54	
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	1-4 классы	<b>500,000</b>	<b>27,788</b>	<b>8,504</b>	<b>113,918</b>	<b>694,500</b>	<b>0,332</b>	<b>2,698</b>	<b>0,000</b>	<b>3,857</b>	<b>63,981</b>	<b>107,123</b>	<b>29,537</b>	<b>3,862</b>	
		5-11 классы	<b>550,000</b>	<b>32,515</b>	<b>10,037</b>	<b>124,050</b>	<b>785,018</b>	<b>0,359</b>	<b>3,372</b>	<b>0,000</b>	<b>1,008</b>	<b>72,289</b>	<b>124,153</b>	<b>34,821</b>	<b>4,637</b>	
	<b>Обед</b>	1-4 классы	<b>700,000</b>	<b>20,352</b>	<b>23,260</b>	<b>109,103</b>	<b>684,895</b>	<b>0,542</b>	<b>52,170</b>	<b>0,022</b>	<b>10,391</b>	<b>96,406</b>	<b>265,189</b>	<b>125,836</b>	<b>33,533</b>	
		5-11 классы	<b>820,000</b>	<b>26,887</b>	<b>29,657</b>	<b>135,045</b>	<b>858,988</b>	<b>0,681</b>	<b>62,770</b>	<b>0,030</b>	<b>13,162</b>	<b>120,808</b>	<b>334,322</b>	<b>159,745</b>	<b>35,353</b>	

\* - действует с 01 марта

\*\* - витаминизация блюд проводится под контролем медицинского работника (при его отсутствии иным ответственным лицом)

**Циклическое меню**

Наименование блюда	№ тех	Масса	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
<b>Пятница</b>	<b>2-я неделя</b>		<b>Завтрак</b>												
Свекла вареная	1-4 классы	24 Сб.1996г.	020	0,34		2,16	9,6	0,004	2		0,028	7,4	8,6	8,6	0,28
	5-11 классы	24 Сб.1997г.	030	0,51		3,24	14,4	0,006	3		0,042	11,1	12,9	12,9	0,42
Стейк из курицы (или шницель из мяса птицы) с соусом	1-4 классы	520 Сб.1997г.	090	8,661	10,451	1,944	135,737	0,053	0,72	0,03		9,073	150,894	19,354	28,678
	5-11 классы	520 Сб.1997г.	100	11,061	13,649	1,944	174,125	0,067	0,72	0,038		11,073	192,894	24,354	28,978
Макаронные изделия отварные	1-4 классы	469 Сб.1996г.	150	5,365	4,265	38,347	203,79	0,087		0,021	1,193	10,427	45,359	8,306	0,622
	5-11 классы	469 Сб.1996г.	180	6,437	5,117	46,011	244,528	0,105		0,025	1,431	12,512	54,426	9,967	0,746
Напиток из шиповника	1-4 классы	289 Сб.2008г.	200	0,8		26,97	107,45	0,03	240		0,342	13,5	4	4	5,645
	5-11 классы	289 Сб.2008г.	200	0,8		26,97	107,45	0,03	240		0,342	13,5	4	4	5,645
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6	0,36
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	050	3,8	0,3	26,15	116,5	0,055			0,84	10	32,5	7	0,45
<b>Пятница</b>	<b>2-я неделя</b>		<b>Обед</b>												
Сельдь с гарниром	1-4 классы	83 Сб.1996г.	060	4,24	8,098	4,468	86,115	0,026	4,29	0,012	2,902	24,787	69,462	18,845	408,381
	5-11 классы	83 Сб.1996г.	100	5,17	14,603	8,659	164,247	0,05	8,317	0,022	5,601	35,305	91,592	30,098	408,738
Суп из овощей	1-4 классы	132 Сб.1996г.	200	1,514	3,525	10,49	76,426	0,073	17,8		1,55	18,88	40,38	17,18	0,636
	5-11 классы	132 Сб.1996г.	250	1,893	4,406	13,113	95,533	0,091	22,25		1,937	23,6	50,475	21,475	0,795
Печень говяжья по-строгановски	1-4 классы	387Сб.1996г.	90	11,177	8,546	3,401	129,011	0,188	20,679	2,275	2,044	15,365	213,295	13,706	60,586
	5-11 классы	387Сб.1996г.	100	13,752	10,204	3,401	154,303	0,232	25,563	2,842	2,548	16,105	263,467	16,37	61,918
Рис отварной	1-4 классы	465 Сб.1996г.	150	3,868	5,218	41,803	219,038	0,044		0,027	0,402	14,58	53,73	11,543	0,986
	5-11 классы	465 Сб.1996г.	180	4,641	6,261	50,163	262,845	0,053		0,032	0,482	17,496	64,476	13,851	1,183
Чай с лимоном	1-4 классы	629 сб.1996г.	200/7	0,263	0,051	15,262	59,437	0,003	2,801			3,146	1,54	0,84	0,095
	5-11 классы	629 сб.1996г.	200/7	0,263	0,051	15,262	59,437	0,003	2,801			3,146	1,54	0,84	0,095
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6	0,36
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	060	4,56	0,36	31,38	139,8	0,066			1,008	12	39	8,4	0,54
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	1-4 классы	<b>500,000</b>	<b>18,206</b>	<b>14,956</b>	<b>90,341</b>	<b>549,777</b>	<b>0,218</b>	<b>242,720</b>	<b>0,051</b>	<b>2,235</b>	<b>48,400</b>	<b>234,853</b>	<b>45,860</b>	<b>35,585</b>
		5-11 классы	<b>560,000</b>	<b>22,608</b>	<b>19,066</b>	<b>104,315</b>	<b>657,003</b>	<b>0,263</b>	<b>243,720</b>	<b>0,063</b>	<b>2,655</b>	<b>58,185</b>	<b>296,720</b>	<b>58,221</b>	<b>36,239</b>
	<b>Обед</b>	1-4 классы	<b>747,000</b>	<b>24,102</b>	<b>25,678</b>	<b>96,344</b>	<b>663,227</b>	<b>0,378</b>	<b>45,570</b>	<b>2,314</b>	<b>7,570</b>	<b>84,758</b>	<b>404,407</b>	<b>67,714</b>	<b>471,044</b>
		5-11 классы	<b>897,000</b>	<b>30,279</b>	<b>35,885</b>	<b>121,978</b>	<b>876,165</b>	<b>0,495</b>	<b>58,931</b>	<b>2,896</b>	<b>11,576</b>	<b>107,652</b>	<b>510,550</b>	<b>91,034</b>	<b>473,269</b>

\* - действует с 01 марта

\*\* - витаминизация блюд проводится под контролем медицинского работника (при его отсутствии иным ответственным лицом)

**Циклическое меню**

Наименование блюда	№ тех	Масса	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)						
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо			
<b>Суббота</b>	<b>2-я неделя</b>						<b>Завтрак</b>										
Огурцы порционно	1-4 классы	522 Сб.1996г.	040	0,28		0,72	4	0,008	2,8	0,012	0,04	6,8	16,8		0,008		
	5-11 классы	522 Сб.1996г.	040	0,28		0,72	4	0,008	2,8	0,012	0,04	6,8	16,8		0,008		
Омлет натуральный	1-4 классы	284 Сб.1996г.	200	21,076	25,854	3,838	335,305	0,125	0,571	0,583	3,323	155,233	335,804	90,57	4,705		
	5-11 классы	284 Сб.1996г.	250	26,345	32,317	4,798	419,131	0,156	0,714	0,729	4,154	194,041	419,755	113,21	5,880		
Чай с сахаром	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0,2	0,051	15,01	57,267		0,001			0,346			0,053		
	5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0,2	0,051	15,01	57,267		0,001			0,346			0,053		
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	060	4,56	0,36	31,38	139,8	0,066			1,008	12	39	8,4	0,54		
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	060	4,56	0,36	31,38	139,8	0,066			1,008	12	39	8,4	0,54		

<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>500,000</b>	<b>26,116</b>	<b>26,265</b>	<b>50,948</b>	<b>536,372</b>	<b>0,199</b>	<b>3,372</b>	<b>0,595</b>	<b>4,371</b>	<b>174,379</b>	<b>391,604</b>	<b>98,970</b>	<b>5,306</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>550,000</b>	<b>31,385</b>	<b>32,728</b>	<b>51,908</b>	<b>620,198</b>	<b>0,230</b>	<b>3,515</b>	<b>0,741</b>	<b>5,202</b>	<b>213,187</b>	<b>55,800</b>	<b>121,612</b>	<b>6,481</b>

\* - действует с 01 марта

\*\* - витаминизация блюд проводится под контролем медицинского работника (при его отсутствии иным ответственным лицом)

<b>Среднее значение за период</b>	<b>Завтрак</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>504,167</b>	<b>20,919</b>	<b>16,995</b>	<b>89,329</b>	<b>592,912</b>	<b>0,265</b>	<b>51,407</b>	<b>0,207</b>	<b>2,970</b>	<b>220,527</b>	<b>297,113</b>	<b>69,986</b>	<b>27,201</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>566,667</b>	<b>26,289</b>	<b>21,804</b>	<b>102,719</b>	<b>657,403</b>	<b>0,326</b>	<b>61,516</b>	<b>0,273</b>	<b>3,334</b>	<b>268,943</b>	<b>337,838</b>	<b>89,760</b>	<b>29,400</b>
<b>Среднее значение за период</b>	<b>Обед</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>724,400</b>	<b>21,858</b>	<b>23,092</b>	<b>106,128</b>	<b>735,568</b>	<b>0,487</b>	<b>134,625</b>	<b>1,411</b>	<b>7,562</b>	<b>212,833</b>	<b>347,608</b>	<b>126,294</b>	<b>128,334</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>865,400</b>	<b>29,274</b>	<b>31,531</b>	<b>132,228</b>	<b>958,948</b>	<b>0,627</b>	<b>162,465</b>	<b>1,873</b>	<b>10,291</b>	<b>282,953</b>	<b>457,765</b>	<b>167,383</b>	<b>137,606</b>