

Согласовано:

Директор ГБОУ С(О)ОШ с. Хрищевка

Кравченко В.В. Врф
«09» января 2024 г.

Представитель родительской общественности:

Шевчук Т.Ю. Шевчук
«09» января 2024 г.

Утверждаю

Директор ООО «Детское питание»

Полуляхова
Т.А. Полуляхова
«Детское питание»
«09» января 2024 г.

ПРИМЕРНОЕ

10 - ти ДНЕВНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ

для организации питания обучающихся 1 - (9) 11 классов

в ГБОУ С(О)ОШ с. Хрищевка

на 2023/2024 уч. год

период: зимний
весенний

Цикличное меню на 2023/2024 уч.год с 01.01.2024 г. (ОВЗ)

Наименование блюда		№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Вторник		1-я неделя		Завтрак												
Сыр полутвердый (порционно)	1-4 классы	СТО 71063300-003-	016	4.600	5.800		72.000	0.010	0.320	0.090	0.060	200.000	108.000	10.000	0.220	
	5-11 классы	СТО 71063300-003-2012	016	4.600	5.800		72.000	0.010	0.320	0.090	0.060	200.000	108.000	10.000	0.220	
Каша геркулесовая молочная жидкая с маслом, сахаром	1-4 классы	109 Сб.2008г.	160	4.988	8.935	25.262	190.354	0.151	1.320	0.066	2.256	176.695	203.345	44.880	1.366	
	5-11 классы	109 Сб.2008г.	210	6.623	8.033	32.660	236.336	0.201	1.760	0.075	3.135	234.760	270.460	59.740	1.810	
Сок фруктовый, (1 шт)	1-4 классы	293 Сб.2008г.	200	1.000		23.400	94.000	0.020	4.000			14.000	14.000	8.000	0.600	
	5-11 классы	293 Сб.2008г.	200	1.000		23.400	94.000	0.020	4.000			14.000	14.000	8.000	0.600	
Какао	1-4 классы	762Сб.1997г.	180	1.900	1.850	10.090	101.385	0.020	0.650	0.020	0.081	60.150	45.000	7.000	0.050	
	5-11 классы	762Сб.1997г.	180	1.900	1.850	10.090	101.385	0.020	0.650	0.020	0.081	60.150	45.000	7.000	0.050	
Батон	1-4 классы	ГОСТ 31805-2018	040	3.160	0.400	20.760	94.400	0.060			1.000	10.000	32.800	13.200	0.600	
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2018	050	3.950	0.500	25.950	118.000	0.075			1.250	12.500	41.000	16.500	0.750	
Вторник		1-я неделя		Обед												
Салат из свеклы отварной с зеленым горошком	1-4 классы	62 Сб. 2011г.	060	1.000	2.510	4.910	79.260	0.030	5.880			16.860	25.180	11.140	7.980	
	5-11 классы	62 Сб. 2011г.	100	1.660	4.180	8.190	132.100	0.050	9.800			27.830	41.960	18.570	11.310	
Щи из свежей капусты с картофелем,со сметаной	1-4 классы	120 Сб.1996г.	220	1.804	5.530	8.801	85.780	0.066	26.510	0.006	1.774	37.540	43.204	18.240	19.102	
	5-11 классы	120 Сб.1996г.	260	2.181	6.538	10.929	104.325	0.082	33.125	0.006	2.214	44.675	52.455	22.550	23.875	
Азу с говядиной	1-4 классы	402 сб. 2015 г.	180	16.020	18.000	15.930	299.600	0.100	6.300	0.009	3.690	23.400	184.500	37.800	2.700	
	5-11 классы	402 сб. 2015 г.	230	20.470	23.000	20.350	380.000	0.130	8.000	0.012	4.700	29.900	236.000	48.300	3.450	
Компот из кураги	1-4 классы	507 сб. 2018 г.	200	1.040	0.000	30.960	123.000	0.020	0.010	0.000	0.000	32.400	29.200	21.000	0.700	
	5-11 классы	507 сб. 2018 г.	200	1.040	0.000	30.960	123.000	0.020	0.010	0.000	0.000	32.400	29.200	21.000	0.700	
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1.520	0.180	9.940	45.200	0.022			0.280	4.000	13.000	2.800	0.180	
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2.280	0.270	14.910	67.800	0.033			0.500	6.000	19.500	4.200	0.270	
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1.102	0.200	6.416	38.000	0.016			0.280	4.200	17.400	3.800	0.400	
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1.653	0.300	9.624	57.000	0.024			0.500	6.300	26.100	5.700	0.600	
ИТОГО:	Завтрак		1-4 классы	596	15.65	16.9850	79.5120	552.1390	0.2610	6.2900	0.1760	3.3970	460.8450	403.1450	83.0800	2.8360
			5-11 классы	656	18.07	16.1830	92.1000	621.7210	0.3260	6.7300	0.1850	4.5260	521.4100	478.4600	101.2400	3.4300
	Обед		1-4 классы	700	22.486	26.420	76.957	670.840	0.254	38.700	0.015	6.024	118.400	312.484	94.780	31.062
			5-11 классы	850	29.284	34.288	94.963	864.225	0.339	50.935	0.018	7.914	147.105	405.215	120.320	40.205

* - действует с 01 марта

Циклическое меню на 2023/2024 уч.год с 01.01.2024 г. (ОВЗ)

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Белки	Жиры	Углеводы		B1	C	A	E	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
<u>Среда</u>	<u>1-я неделя</u>		<u>Завтрак</u>												
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
Палочки с крупой с соусом	1-4 классы	428 Сб.1996г.	90	7.630	10.170	9.450	158.000	0.022	1.150	0.003	1.306	5.957	15.412	4.748	36.981
	5-11 классы	428 Сб.1996г.	100	11.355	13.566	12.415	176.020	0.025	0.970	0.002	1.798	6.379	17.384	4.856	27.818
Макаронные изделия отварные с овощами	1-4 классы	205 Сб. 2011 г.	150	5.28	4.89	33.46	199.490	0.010	0.010	0.010	0.400	8.270	6.890	1.600	0.060
	5-11 классы	205 Сб. 2011 г.	180	6.340	5.870	40.150	239.380	0.012	0.012	0.012	0.480	9.920	8.260	1.920	0.072
Сок фруктовый	1-4 классы	293 Сб.2008г.	200	1.000		23.400	94.000	0.020	4.000			16.000	18.000	10.000	0.400
	5-11 классы	293 Сб.2008г.	200	1.000		23.400	94.000	0.020	4.000			16.000	18.000	10.000	0.400
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1.520	0.180	9.940	45.200	0.022			0.280	4.000	13.000	2.800	0.180
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	025	1.900	0.250	12.425	56.500	0.028			0.420	5.000	16.250	3.500	0.225
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1.102	0.200	6.416	38.000	0.016			0.280	4.200	17.400	3.800	0.400
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	025	1.378	0.250	8.020	47.500	0.020			0.420	5.250	21.750	4.750	0.500
<u>Среда</u>	<u>1-я неделя</u>		<u>Обед</u>												
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.	250	5.933	5.378	23.215	159.475	0.253	11.625		4.019	32.275	86.875	35.250	1.945
	5-11 классы	138 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
Плов из птицы (филе куриное)	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 сахаром	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0.200	0.051	15.010	57.267		0.001		0.346			0.053	
	5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0.200	0.051	15.010	57.267		0.001		0.346			0.053	
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1.520	0.180	9.940	45.200	0.022			0.280	4.000	13.000	2.800	0.180
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2.280	0.270	14.910	67.800	0.033			0.500	6.000	19.500	4.200	0.270
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1.102	0.200	6.416	38.000	0.016			0.280	4.200	17.400	3.800	0.400
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1.653	0.300	9.624	57.000	0.024			0.500	6.300	26.100	5.700	0.600
ИТОГО:	Завтрак	1-4 классы	500	17.152	15.840	84.086	542.890	0.112	7.160	0.013	2.506	41.627	81.302	27.148	38.161
		5-11 классы	560	22.903	20.536	98.540	625.700	0.138	7.982	0.014	3.478	47.349	97.544	31.326	29.225
	Обед	1-4 классы	700	25.337	24.437	94.195	674.796	0.403	18.580	0.019	10.185	77.363	294.329	79.550	4.624
		5-11 классы	810	30.753	29.564	117.419	851.231	0.471	22.766	0.025	13.393	98.435	377.227	99.486	5.760

* - действует с 01 марта

Циклическое меню на 2023/2024 уч.год с 01.01.2024 г. (ОВЗ)

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		
Пятница		1-я неделя		Завтрак												
Фрукты	1-4 классы	24 сб.1996г.	150	0.600		14.700	60.000									
	5-11 классы	24 сб.1996г.	150	0.600		14.700	60.000									
Каша рисовая молочная жидкая с маслом,сахаром	1-4 классы	114 Сб.2008г.	160	11.586	14.844	29.730	259.000	0.019		0.020	0.293	6.919	23.407	5.001	0.452	
	5-11 классы	114 Сб.2008г.	210	12.760	17.584	37.963	297.077	0.025		0.020	0.352	8.792	30.786	6.618	0.594	
Чай с лимоном	1-4 классы	629 сб.1996г.	187	0.243	0.046	13.761	53.710	0.003	2.801			3.111	1.540	0.840	0.090	
	5-11 классы	629 сб.1996г.	187	0.243	0.046	13.761	53.710	0.003	2.801			3.111	1.540	0.840	0.090	
Батон	1-4 классы	ГОСТ 31805-2018	040	3.160	0.400	20.760	98.600	0.060			1.000	10.000	32.800	13.200	0.600	
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2018	050	3.950	0.500	25.950	118.000	0.075			1.250	12.500	41.000	16.500	0.750	
Пятница		1-я неделя		Обед												
Салат из белокочанной капусты /Салат из огурцов*	1-4 классы	62 Сб.1997г.	060	0.929	3.003	5.968	53.564	0.032	23.950		1.298	24.878	17.963	9.848	0.489	
	5-11 классы	62 Сб.1997г.	100	1.550	5.005	9.951	89.292	0.053	39.950		2.163	41.494	29.959	16.424	0.816	
Рассольник ленинградский со сметаной	1-4 классы	42 Сб.2008г.	210	2.288	5.588	16.298	116.572	0.085	12.850	0.006	1.771	24.280	54.000	19.240	0.808	
	5-11 классы	42 Сб.2008г.	260	2.785	6.610	20.300	142.815	0.106	16.050	0.006	2.211	28.100	65.950	23.800	1.007	
Стейк (Шницель) из курицы с соусом	1-4 классы	520 Сб.1997г.	090	11.648	8.565	2.097	169.992	0.006	0.960	0.003	1.306	2.764	5.192	2.472	36.838	
	5-11 классы	520 Сб.1997г.	100	12.895	9.188	5.094	207.500	0.004	0.720	0.002	1.798	2.073	3.894	1.854	27.628	
Картофель и овощи тушеные	1-4 классы	251 Сб.1997г.	150	3.675	11.419	35.220	250.013	0.215	35.625		4.787	23.400	108.525	43.575	1.622	
	5-11 классы	251 Сб.1997г.	180	4.410	13.703	42.264	300.015	0.258	42.750		5.745	28.080	130.230	52.290	1.946	
Компот из сухофруктов	1-4 классы	283 Сб.2008г.	180	0.878		32.139	126.104	0.005	0.549			30.740	21.137	16.470	4.158	
	5-11 классы	283 Сб.2008г.	180	0.878		32.139	126.104	0.005	0.549			30.740	21.137	16.470	4.158	
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1.520	0.180	9.940	45.200	0.022			0.280	4.000	13.000	2.800	0.180	
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2.280	0.270	14.910	67.800	0.033			0.500	6.000	19.500	4.200	0.270	
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1.102	0.200	6.416	38.000	0.016			0.280	4.200	17.400	3.800	0.400	
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1.653	0.300	9.624	57.000	0.024			0.500	6.300	26.100	5.700	0.600	
ИТОГО:	Завтрак		1-4 классы	537	15.59	15.29	78.95	471.31	0.08	2.80	0.02	1.29	20.03	57.75	19.04	1.14
			5-11 классы	597	17.55	18.13	92.37	528.79	0.10	2.80	0.02	1.60	24.40	73.33	23.96	1.43
	Обед		1-4 классы	730	22.040	28.955	108.078	799.445	0.381	73.934	0.009	9.722	114.262	237.217	98.205	44.495
			5-11 классы	880	26.451	35.076	134.282	990.526	0.483	100.019	0.008	12.917	142.787	296.770	120.738	36.425

* - действует с 01 марта

Циклическое меню на 2023/2024 уч.год с 01.01.2024 г. (ОВЗ)

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	
Понедельник	2-я неделя		Завтрак												
Кондитерские изделия	1-4 классы	29 Сб.1997г.	025	0.800	7.550	15.070	131.500								
	5-11 классы	29 Сб.1997г.	025	0.800	7.550	15.070	131.500								
Каша молочная жидкая -Дружба- с маслом, сахаром	1-4 классы	102 Сб.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 Сб.2008г.	260	10.598	7.324	31.238	240.936	0.097		0.040	0.769	10.603	50.216	17.412	1.316
Какао	1-4 классы	762Сб.1997г.	200	2.700	2.930	22.840	125.166	0.030	1.000	0.020	0.090	0.300	91.000	14.000	0.045
	5-11 классы	762Сб.1997г.	200	2.700	2.930	22.840	125.166	0.030	1.000	0.020	0.090	0.300	91.000	14.000	0.045
Бутерброды с повидлом	1-4 классы	2 Сб.1997г.	25/40	3.260	0.400	27.085	156.150	0.063	0.125			13.500	35.050	14.950	1.050
	5-11 классы	2 Сб.1997г.	25/50	4.050	0.500	32.275	179.750	0.078	0.125			16.000	43.250	18.250	1.200
Понедельник	2-я неделя		Обед												
Салат из свеклы отварной с огурцами солеными	1-4 классы	55 Сб. 2015г.	060	1.400	3.100	4.500	50.900	0.020	5.880	0.000	0.000	22.000	27.000	13.000	0.800
	5-11 классы	55 Сб. 2015г.	100	2.300	5.160	7.500	84.800	0.030	9.800	0.000	0.000	36.600	45.000	22.000	1.300
Суп картофельный с макаронными изделиями	1-4 классы	139 Сб.1996г.	200	2.272	2.138	19.156	100.420	0.094	13.200		1.074	14.000	50.800	19.240	0.710
	5-11 классы	139 Сб.1996г.	250	2.840	2.673	23.945	125.525	0.118	16.500		1.343	17.500	63.500	24.050	0.887
Тефтели с соусом	1-4 классы	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
Пюре из гороха	1-4 классы	270 Сб.1996г.	150	16.131	4.924	40.245	260.29	0.629		0.021		63.42	158.888	61.617	4.899
	5-11 классы	270 Сб.1996г.	180	17.358	8.908	48.015	312.349	0.755		0.025		76.103	190.671	73.942	5.879
Чай с сахаром	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0.200	0.051	15.010	57.267		0.001			0.346			0.053
	5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0.200	0.051	15.010	57.267		0.001			0.346			0.053
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1.520	0.180	9.940	45.200	0.022			0.280	4.000	13.000	2.800	0.180
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2.280	0.270	14.910	67.800	0.033			0.500	6.000	19.500	4.200	0.270
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1.102	0.200	6.416	38.000	0.016			0.280	4.200	17.400	3.800	0.400
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1.653	0.300	9.624	57.000	0.024			0.500	6.300	26.100	5.700	0.600
ИТОГО:	Завтрак	1-4 классы	510	15.05	17.46	89.03	628.12	0.17	1.13	0.06	0.77	23.07	168.23	43.51	2.20
		5-11 классы	560	18.148	18.304	101.423	677.352	0.205	1.125	0.060	0.859	26.903	184.466	49.662	2.561
	Обед	1-4 классы	740	29.427	17.707	104.890	673.977	0.929	21.541	0.021	3.780	116.786	287.729	106.414	44.113
		5-11 классы	890	33.832	26.776	130.788	863.505	0.987	29.121	0.025	4.897	153.526	370.388	136.638	36.945

* - действует с 01 марта

Циклическое меню на 2023/2024 уч.год с 01.01.2024 г. (ОВЗ)

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	
Среда	2-я неделя		Завтрак												
Йогурт	1-4 классы	ТУ 10.51.56-045-18255315-2017	100	5.000	1.500	3.500	51.000	0.030	0.600	0.010		124.000	95.000	15.000	0.100
	5-11 классы	ТУ 10.51.56-045-18255315-2017	100	5.000	1.500	3.500	51.000	0.030	0.600	0.010		124.000	95.000	15.000	0.100
Оладьи с молоком сгущенным	1-4 классы	682 С6.1996г.	200	10.690	14.398	64.563	430.594	0.216	1.238	0.044	3.922	216.692	238.287	40.677	2.361
	5-11 классы	682 С6.1996г.	250	14.655	17.904	81.148	564.348	0.273	1.520	0.054	5.025	256.679	290.726	49.870	3.021
Чай с сахаром	1-4 классы	628 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
Среда	2-я неделя		Обед												
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 бобовыми (фасолью)	1-4 классы	102 с6.2015 г.	200	5.120	3.600	14.880	112.800	0.128	4.800	0.168	0.240	40.000	111.200	30.400	1.520
	5-11 классы	102 с6.2015 г.	250	6.400	4.500	18.600	141.000	0.160	6.000	0.210	0.300	50.000	139.000	38.000	1.900
Биточки с соусом	1-4 классы	423 С6.1996г.	90	10.843	10.030	9.974	133.166	0.020	1.160	0.003	1.306	5.792	14.492	4.558	36.970
	5-11 классы	423 С6.1996г.	100	12.665	13.566	12.404	175.920	0.025	1.020	0.002	2.210	6.539	3.894	4.846	27.818
Рис припущенный с овощами	1-4 классы	690 с6.2011 г.	150	4.400	4.600	31.500	255.180	0.040	0.600	0.000	0.000	8.600	0.000	0.900	0.900
	5-11 классы	690 с6.2011 г.	180	5.600	5.800	40.200	306.210	0.050	0.900	0.000	0.000	11.560	0.000	1.100	1.100
Компот из сухофруктов	1-4 классы	283 С6.2008г.	180	0.878		32.139	126.104	0.005	0.549			30.740	21.137	16.470	4.158
	5-11 классы	283 С6.2008г.	180	0.878		32.139	126.104	0.005	0.549			30.740	21.137	16.470	4.158
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1.520	0.180	9.940	45.200	0.022			0.280	4.000	13.000	2.800	0.180
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2.280	0.270	14.910	67.800	0.033			0.500	6.000	19.500	4.200	0.270
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1.102	0.200	6.416	38.000	0.016			0.280	4.200	17.400	3.800	0.400
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1.653	0.300	9.624	57.000	0.024			0.500	6.300	26.100	5.700	0.600
ИТОГО:	Завтрак	1-4 классы	500	15.890	16.633	30.822	538.861	0.180	29.910	0.171	2.844	70.670	143.655	44.806	38.979
		5-11 классы	550	19.855	24.371	99.658	672.615	0.303	2.121	0.064	5.025	381.025	385.726	64.870	3.174
	Обед	1-4 классы	720	24.792	21.613	110.817	764.014	0.263	31.059	0.171	3.404	118.210	195.192	68.776	44.617
		5-11 классы	870	31.026	29.441	137.828	963.326	0.350	48.419	0.212	5.673	152.633	239.590	86.740	36.662

* - действует с 01 марта

Цикличное меню на 2023/2024 уч.год.

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Вторник	1-я неделя	Завтрак													
Сыр полутвердый (порционно)	1-4 классы	СТО 71063300-003-	016	4.600	5.800		72.000	0.010	0.320	0.090	0.060	200.000	108.000	10.000	0.220
	5-11 классы	СТО 71063300-003-2012	016	4.600	5.800		72.000	0.010	0.320	0.090	0.060	200.000	108.000	10.000	0.220
Каша геркулесовая молочная жидкая с маслом, сахаром	1-4 классы	109 Сб.2008г.	160	4.988	8.935	25.262	190.354	0.151	1.320	0.066	2.256	176.695	203.345	44.880	1.366
	5-11 классы	109 Сб.2008г.	210	6.623	8.033	32.660	236.336	0.201	1.760	0.075	3.135	234.760	270.460	59.740	1.810
Сок фруктовый, (1 шт)	1-4 классы	293 Сб.2008г.	200	1.000		23.400	94.000	0.020	4.000			14.000	14.000	8.000	0.600
	5-11 классы	293 Сб.2008г.	200	1.000		23.400	94.000	0.020	4.000			14.000	14.000	8.000	0.600
Какао	1-4 классы	762Сб.1997г.	180	1.900	1.850	10.090	101.385	0.020	0.650	0.020	0.081	60.150	45.000	7.000	0.050
	5-11 классы	762Сб.1997г.	180	1.900	1.850	10.090	101.385	0.020	0.650	0.020	0.081	60.150	45.000	7.000	0.050
Батон	1-4 классы	ГОСТ 31805-2018	040	3.160	0.400	20.760	94.400	0.060			1.000	10.000	32.800	13.200	0.600
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2018	050	3.950	0.500	25.950	118.000	0.075			1.250	12.500	41.000	16.500	0.750
Вторник	1-я неделя	Обед													
Салат из свеклы отварной с зеленым горошком	1-4 классы	62 Сб. 2011г.	060	1.000	2.510	4.910	79.260	0.030	5.880			16.860	25.180	11.140	7.980
	5-11 классы	62 Сб. 2011г.	100	1.660	4.180	8.190	132.100	0.050	9.800			27.830	41.960	18.570	11.310
Щи из свежей капусты с картофелем,со сметаной	1-4 классы	120 Сб.1996г.	220	1.804	5.530	8.801	85.780	0.066	26.510	0.006	1.774	37.540	43.204	18.240	19.102
	5-11 классы	120 Сб.1996г.	260	2.181	6.538	10.929	104.325	0.082	33.125	0.006	2.214	44.675	52.455	22.550	23.875
Азу	1-4 классы	402 сб. 2015 г.	180	16.020	18.000	15.930	299.600	0.100	6.300	0.009	3.690	23.400	184.500	37.800	2.700
	5-11 классы	402 сб. 2015 г.	230	20.470	23.000	20.350	380.000	0.130	8.000	0.012	4.700	29.900	236.000	48.300	3.450
Компот из кураги	1-4 классы	507 сб. 2018 г.	200	1.040	0.000	30.960	123.000	0.020	0.010	0.000	0.000	32.400	29.200	21.000	0.700
	5-11 классы	507 сб. 2018 г.	200	1.040	0.000	30.960	123.000	0.020	0.010	0.000	0.000	32.400	29.200	21.000	0.700
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1.520	0.180	9.940	45.200	0.022			0.280	4.000	13.000	2.800	0.180
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2.280	0.270	14.910	67.800	0.033			0.500	6.000	19.500	4.200	0.270
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1.102	0.200	6.416	38.000	0.016			0.280	4.200	17.400	3.800	0.400
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1.653	0.300	9.624	57.000	0.024			0.500	6.300	26.100	5.700	0.600
ИТОГО:	Завтрак	1-4 классы	596	15.65	16.9850	79.5120	552.1390	0.2610	6.2900	0.1760	3.3970	460.8450	403.1450	83.0800	2.8360
		5-11 классы	656	18.07	16.1830	92.1000	621.7210	0.3260	6.7300	0.1850	4.5260	521.4100	478.4600	101.2400	3.4300
	Обед	1-4 классы	700	22.486	26.420	76.957	670.840	0.254	38.700	0.015	6.024	118.400	312.484	94.780	31.062
		5-11 классы	850	29.284	34.288	94.963	864.225	0.339	50.935	0.018	7.914	147.105	405.215	120.320	40.205

* - действует с 01 марта

Циклическое меню на 2023/2024 уч.год.

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
<u>Среда</u>	<u>1-я неделя</u>													<u>Завтрак</u>	
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
Палочки с крупой с соусом	1-4 классы	428 Сб.1996г.	90	7.630	10.170	9.450	158.000	0.022	1.150	0.003	1.306	5.957	15.412	4.748	36.981
	5-11 классы	428 Сб.1996г.	100	11.355	13.566	12.415	176.020	0.025	0.970	0.002	1.798	6.379	17.384	4.856	27.818
Макаронные изделия отварные с овощами	1-4 классы	205 Сб. 2011 г.	150	5.28	4.89	33.46	199.490	0.010	0.010	0.010	0.400	8.270	6.890	1.600	0.060
	5-11 классы	205 Сб. 2011 г.	180	6.340	5.870	40.150	239.380	0.012	0.012	0.012	0.480	9.920	8.260	1.920	0.072
Сок фруктовый	1-4 классы	293 Сб.2008г.	200	1.000		23.400	94.000	0.020	4.000			16.000	18.000	10.000	0.400
	5-11 классы	293 Сб.2008г.	200	1.000		23.400	94.000	0.020	4.000			16.000	18.000	10.000	0.400
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1.520	0.180	9.940	45.200	0.022			0.280	4.000	13.000	2.800	0.180
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	025	1.900	0.250	12.425	56.500	0.028			0.420	5.000	16.250	3.500	0.225
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1.102	0.200	6.416	38.000	0.016			0.280	4.200	17.400	3.800	0.400
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	025	1.378	0.250	8.020	47.500	0.020			0.420	5.250	21.750	4.750	0.500
<u>Среда</u>	<u>1-я неделя</u>													<u>Обед</u>	
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.	250	5.933	5.378	23.215	159.475	0.253	11.625		4.019	32.275	86.875	35.250	1.945
	5-11 классы	138 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
Плов из птицы (филе куриное)	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 сахаром	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0.200	0.051	15.010	57.267		0.001		0.346			0.053	
	5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0.200	0.051	15.010	57.267		0.001		0.346			0.053	
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1.520	0.180	9.940	45.200	0.022			0.280	4.000	13.000	2.800	0.180
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2.280	0.270	14.910	67.800	0.033			0.500	6.000	19.500	4.200	0.270
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1.102	0.200	6.416	38.000	0.016			0.280	4.200	17.400	3.800	0.400
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1.653	0.300	9.624	57.000	0.024			0.500	6.300	26.100	5.700	0.600
ИТОГО:	Завтрак	1-4 классы	500	17.152	15.840	84.086	542.890	0.112	7.160	0.013	2.506	41.627	81.302	27.148	38.161
		5-11 классы	560	22.903	20.536	98.540	625.700	0.138	7.982	0.014	3.478	47.349	97.544	31.326	29.225
	Обед	1-4 классы	700	25.337	24.437	94.195	674.796	0.403	18.580	0.019	10.185	77.363	294.329	79.550	4.624
		5-11 классы	810	30.753	29.564	117.419	851.231	0.471	22.766	0.025	13.393	98.435	377.227	99.486	5.760

* - действует с 01 марта

Циклическое меню на 2023/2024 уч.год.

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

* - действует с 01 марта

Циклическое меню на 2023/2024 уч.год.

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

* - действует с 01 марта

Циклическое меню на 2023/2024 уч.год.

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)								
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо					
Среда	2-я неделя						Завтрак												
Йогурт	1-4 классы	ТУ 10.51.56-045-18255315-2017	100	5.000	1.500	3.500	51.000	0.030	0.600	0.010		124.000	95.000	15.000	0.100				
	5-11 классы	ТУ 10.51.56-045-18255315-2017	100	5.000	1.500	3.500	51.000	0.030	0.600	0.010		124.000	95.000	15.000	0.100				
Оладьи с молоком сгущенным	1-4 классы	682 С6.1996г.	200	10.690	14.398	64.563	430.594	0.216	1.238	0.044	3.922	216.692	238.287	40.677	2.361				
	5-11 классы	682 С6.1996г.	250	14.655	17.904	81.148	564.348	0.273	1.520	0.054	5.025	256.679	290.726	49.870	3.021				
Чай с сахаром	1-4 классы	628 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				
Среда	2-я неделя											Обед							
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 бобовыми (фасолью)	1-4 классы	102 с6.2015 г.	200	5.100	3.600	14.800	112.800	0.128	9.300	0.168	0.240	40.000	111.200	30.400	1.520				
	5-11 классы	102 с6.2015 г.	250	6.400	4.500	18.600	141.000	0.160	11.620	0.210	0.300	50.000	139.000	38.000	1.900				
Биточки с соусом	1-4 классы	423 С6.1996г.	90	10.843	10.030	9.974	133.166	0.020	1.160	0.003	1.306	5.792	14.492	4.558	36.970				
	5-11 классы	423 С6.1996г.	100	12.665	13.566	12.404	175.920	0.025	1.020	0.002	2.210	6.539	3.894	4.846	27.818				
Рис припущенный с овощами	1-4 классы	690 с6.2011 г.	150	4.400	4.600	31.500	255.180	0.040	0.600	0.000	0.000	8.600	0.000	0.900	0.900				
	5-11 классы	690 с6.2011 г.	180	5.600	5.800	40.200	306.210	0.050	0.900	0.000	0.000	11.560	0.000	1.100	1.100				
Компот из сухофруктов	1-4 классы	283 С6.2008г.	180	0.878		32.139	126.104	0.005	0.549			30.740	21.137	16.470	4.158				
	5-11 классы	283 С6.2008г.	180	0.878		32.139	126.104	0.005	0.549			30.740	21.137	16.470	4.158				
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1.520	0.180	9.940	45.200	0.022			0.280	4.000	13.000	2.800	0.180				
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2.280	0.270	14.910	67.800	0.033			0.500	6.000	19.500	4.200	0.270				
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1.102	0.200	6.416	38.000	0.016			0.280	4.200	17.400	3.800	0.400				
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1.653	0.300	9.624	57.000	0.024			0.500	6.300	26.100	5.700	0.600				

ИТОГО:	Завтрак	1-4 классы	500	15.890	16.633	30.742	538.861	0.180	34.410	0.171	2.844	70.670	143.655	44.806	38.979
		5-11 классы	550	19.855	24.371	99.658	672.615	0.303	2.121	0.064	5.025	381.025	385.726	64.870	3.174
	Обед	1-4 классы	720	24.772	21.613	110.737	764.014	0.263	35.559	0.171	3.404	118.210	195.192	68.776	44.617
		5-11 классы	870	31.026	29.441	137.828	963.326	0.350	54.039	0.212	5.673	152.633	239.590	86.740	36.662

* - действует с 01 марта

Циклическое меню на 2023/2024 уч. год.

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Четверг		2-я неделя		Завтрак											
Огурцы солёные	1-4 классы	24 Сб.1996г.	040	1.120		0.520	6.440					10.000	8.000		0.480
	5-11 классы	24 Сб.1996г.	040	1.120		0.520	6.440					10.000	8.000		0.480
Плов из говядины	1-4 классы	193 Сб.2008г.	200	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 Сб.2008г.	250	17.996	17.934	54.034	433.536	0.126	3.595		3.650	41.941	90.771	27.628	3.449
Чай с сахаром	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0.200	0.051	15.010	57.267		0.001			0.346			0.053
	5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0.200	0.051	15.010	57.267		0.001			0.346			0.053
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	030	2.280	0.270	14.910	67.800	0.033			0.500	6.000	19.500	4.200	0.270
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2.280	0.270	14.910	67.800	0.033			0.500	6.000	19.500	4.200	0.270
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1.653	0.300	9.624	57.000	0.024			0.500	6.300	26.100	5.700	0.600
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1.653	0.300	9.624	57.000	0.024			0.500	6.300	26.100	5.700	0.600
Четверг		2-я неделя		Обед											
Салат из моркови и яблок/Салат из помидоров*	1-4 классы	11 Сб.2008г.	060	0.512	6.031	8.678	93.000	0.024	2.154		2.751	18.702	21.210	15.708	0.085
	5-11 классы	11 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
Котлеты рыбные любительские с соусом	1-4 классы	162 Сб.2008г.	90	9.080	5.499	9.271	167.800	0.057	1.845	0.022	1.717	14.986	29.764	31.461	28.195
	5-11 классы	162 Сб.2008г.	100	10.384	7.516	12.206	186.400	0.078	2.295	0.03	2.39	20.153	40.117	43.305	28.422
Картофельное пюре	1-4 классы	472 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
Сок фруктовый	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 пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1.520	0.180	9.940	45.200	0.022			0.280	4.000	13.000	2.800	0.180
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2.280	0.270	14.910	67.800	0.033			0.500	6.000	19.500	4.200	0.270
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1.102	0.200	6.416	38.000	0.016			0.280	4.200	17.400	3.800	0.400
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1.653	0.300	9.624	57.000	0.024			0.500	6.300	26.100	5.700	0.600
ИТОГО:	Завтрак	1-4 классы	500	19.924	16.834	80.592	550.580	0.163		0.000	3.849	55.881	121.723	31.037	4.504
		5-11 классы	550	23.249	18.555	94.098	622.043	0.183	3.596	0.000	4.650	64.587	144.371	37.528	4.852
	Обед	1-4 классы	730	20.210	21.929	93.443	678.880	0.346	50.304	0.054	6.991	135.498	239.456	122.694	86.654
		5-11 классы	880	24.203	27.760	118.470	847.040	0.446	61.560	0.067	10.416	172.720	308.274	161.401	101.515

* - действует с 01 марта

ИТОГО за 1 день:	Завтрак	1-4 классы	514	17.680	16.200	76.790	546.700	0.003	9.290	0.070	2.670	90.800	162.300	40.050	30.400
		5-11 классы	571	21.210	19.480	95.530	634.400	0.250	7.360	0.080	3.760	134.200	211.100	48.630	23.600
	Обед	1-4 классы	724	23.890	23.290	99.440	714.000	0.395	52.600	10.250	6.430	98.800	247.500	76.750	43.200
		5-11 классы	870	29.560	30.660	123.900	899.900	0.490	63.200	12.850	8.630	127.000	316.100	99.140	40.500

Циклическое меню на 2023/2024 уч.год с 01.01.2024 г. (мобилизованные)

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн.	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Среда		2-я неделя		Завтрак											
Йогурт	1-4 классы	ТУ 10.51.56-045-	100	5.00	1.50	3.50	51.00	0.03	0.60	0.01		124.00	95.00	15.00	0.10
	5-11 классы	ТУ 10.51.56-045-	100	5.00	1.50	3.50	51.00	0.03	0.60	0.01		124.00	95.00	15.00	0.10
Оладьи с молоком сгущенным	1-4 классы	682 Сб.1996г.	200	10.69	14.40	64.56	430.59	0.22	1.24	0.04	3.92	216.69	238.29	40.68	2.36
	5-11 классы	682 Сб.1996г.	250	14.66	17.90	81.15	564.35	0.27	1.52	0.05	5.03	256.68	290.73	49.87	3.02
Чай с сахаром	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0.20	0.05	15.01	57.27		0.00			0.35			0.05
	5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0.20	0.05	15.01	57.27		0.00			0.35			0.05
Среда		2-я неделя		Обед											
Салат из белокочанной капусты /Салат из овощей*	1-4 классы	62 Сб.1997г.	060	0.93	3.00	5.97	53.56	0.03	23.95		1.30	24.88	17.96	9.85	0.49
	5-11 классы	62 Сб.1997г.	100	1.55	5.01	9.95	89.29	0.05	39.95		2.16	41.49	29.96	16.42	0.82
Суп картофельный с бобовыми (фасолью)	1-4 классы	102 сб.2015 г.	200	5.12	3.60	14.88	112.80	0.13	4.80	0.17	0.24	40.00	111.20	30.40	1.52
	5-11 классы	102 сб.2015 г.	250	6.40	4.50	18.60	141.00	0.16	6.00	0.21	0.30	50.00	139.00	38.00	1.90
Биточки с соусом	1-4 классы	423 Сб.1996г.	90	10.84	10.03	9.97	133.17	0.02	1.16	0.00	1.31	5.79	14.49	4.56	36.97
	5-11 классы	423 Сб.1996г.	100	12.67	13.57	12.40	175.92	0.03	1.02	0.00	2.21	6.54	3.89	4.85	27.82
Рис припущенный с овощами	1-4 классы	690 сб.2011 г.	150	4.40	4.60	31.50	255.18	0.04	0.60	0.00	0.00	8.60	0.00	0.90	0.90
	5-11 классы	690 сб.2011 г.	180	5.60	5.80	40.20	306.21	0.05	0.90	0.00	0.00	11.56	0.00	1.10	1.10
Компот из сухофруктов	1-4 классы	283 Сб.2008г.	180	0.88		32.14	126.10	0.01	0.55			30.74	21.14	16.47	4.16
	5-11 классы	283 Сб.2008г.	180	0.88		32.14	126.10	0.01	0.55			30.74	21.14	16.47	4.16
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1.52	0.18	9.94	45.20	0.02			0.28	4.00	13.00	2.80	0.18
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2.28	0.27	14.91	67.80	0.03			0.50	6.00	19.50	4.20	0.27
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1.10	0.20	6.42	38.00	0.02			0.28	4.20	17.40	3.80	0.40
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1.65	0.30	9.62	57.00	0.02			0.50	6.30	26.10	5.70	0.60
Среда		2-я неделя		Полдник											
Сок фруктовый, (1 шт)	1-4 классы	293 Сб.2008г.	200	1.00		23.40	94.00	0.02	4.00			14.00	14.00	8.00	0.60
	5-11 классы	293 Сб.2008г.	200	1.00		23.40	94.00	0.02	4.00			14.00	14.00	8.00	0.60
Кондитерские изделия в инд. уп. (вафля)	1-4 классы	29 Сб.1997г.	050	1.60	15.10	30.14	263.00								
	5-11 классы	29 Сб.1997г.	050	1.60	15.10	30.14	263.00								
ИТОГО:	Завтрак	1-4 классы	500	15.89	16.63	30.82	538.86	0.18	29.91	0.17	2.84	70.67	143.66	44.81	38.98
		5-11 классы	550	19.86	24.37	99.66	672.62	0.30	2.12	0.06	5.03	381.03	385.73	64.87	3.17
	Обед	1-4 классы	720	24.79	21.61	110.82	764.01	0.26	31.06	0.17	3.40	118.21	195.19	68.78	44.62
		5-11 классы	870	31.03	29.44	137.83	963.33	0.35	48.42	0.21	5.67	152.63	239.59	86.74	36.66
	Полдник	1-4 классы	250	2.60	15.10	53.54	357.00	0.02	4.00	0.00	0.00	14.00	14.00	8.00	0.60
		5-11 классы	250	2.60	15.10	53.54	357.00	0.02	4.00	0.00	0.00	14.00	14.00	8.00	0.60

* - действует с 01 марта

