

СОГЛАСОВАНО:  
Директор ГБОУ СОШ(ООШ)

*С. Старая Рашка*



*Чурикова С.В. Чурикова*

2022 г.

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



2022 г.

Примерное циклическое меню  
для детей с сахарным диабетом,  
для организации питания  
в образовательных учреждениях

Осенне-зимнее (весеннее - \*)

*Согласовано*

*«Муниципальное образование Самарской области»  
Директор / С.В. Чурикова*

22.08.2022 г.

Циклическое меню

Наименование блюда	№ рецептуры	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
		Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо		
<b>1-я неделя</b>															
<b>Понедельник</b>															
Куркуза консервированная	24 С6 1996г	0,700	3,120	20,200	0,080					9,200			0,084		
5-11 классы	24 С6 1996г	1,050	4,680	30,300	0,120					13,500			0,126		
Биточки с соусом	423 С6 1996г	9,793	10,030	9,974	133,168	0,020	1,160	0,003	1,306	5,792	14,492	4,558	36,970		
5-11 классы	423 С6 1996г	11,340	13,568	12,404	175,920	0,025	1,020	0,002	2,210	6,539	4,846	4,846	27,818		
Каша гречневая рассыпчатая	463 С6 1996г	7,716	5,384	41,323	232,585	0,255		0,021	4,160	30,396	154,621	0,158	2,985		
5-11 классы	463 С6 1996г	9,255	6,480	48,591	218,971	0,306		0,025	4,689	36,456	185,444	0,189	3,560		
Чай с сахарозаменителем	628 С6 1996г	0,200	0,051	16,010	57,267		0,001			0,346			0,063		
5-11 классы	628 С6 1996г	0,200	0,051	16,010	57,267		0,001			0,346			0,063		
Хлеб ржаной	ГОСТ 26983-2015	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032			0,560	6,400	34,600	7,600	0,600		
5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	2,756	0,500	16,040	95,000	0,040			0,840	10,500	43,500	9,500	1,000		
<b>2-я неделя</b>															
<b>Понедельник</b>															
Вяленая свинина	60 С6 1996г	1,167	6,193	5,485	79,707	0,035	5,520		2,686	14,130	26,298	12,198	0,480		
5-11 классы	60 С6 1996г	1,845	10,321	9,142	132,845	0,056	9,200		4,484	23,550	43,780	20,330	0,816		
Суп картофельный с горохом	138 С6 1996г	4,746	4,302	18,572	127,680	0,202	9,200		3,215	23,820	68,500	28,200	1,566		
5-11 классы	138 С6 1996г	5,933	5,378	23,215	159,475	0,253	11,625		4,019	32,275	86,875	35,250	1,945		
Хотлеты куриные с соусом	423 С6 1996г	8,190	10,030	9,974	133,168	0,020	1,160	0,003	1,306	5,792	14,492	4,558	36,970		
5-11 классы	423 С6 1996г	11,340	13,568	12,404	175,920	0,025	1,020	0,002	2,210	6,539	4,846	4,846	27,818		
Колбаса тушеная	482 С6 1996г	3,593	5,267	16,511	123,461	0,111	88,320		2,241	83,588	62,415	31,572	84,608		
5-11 классы	482 С6 1996г	4,316	6,321	19,838	148,280	0,133	105,965		2,689	100,330	74,925	37,886	101,068		
Компот из сухофруктов с сахарозаменителем	283 С6 2008г	0,878		32,139	126,104	0,005	0,549			30,740	21,137	16,470	4,158		
5-11 классы	283 С6 2008г	0,878		32,139	126,104	0,005	0,549			30,740	21,137	16,470	4,158		
Хлеб ржаной	ГОСТ 26983-2015	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032			0,560	6,400	34,600	7,600	0,600		
5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	2,756	0,500	16,040	95,000	0,040			0,840	10,500	43,500	9,500	1,000		
<b>3-я неделя</b>															
<b>Понедельник</b>															
Завтрак	1-4 классы	19,013	16,425	82,268	519,218	0,387	1,161	0,024	6,026	54,134	203,913	12,316	40,892		
Обед	5-11 классы	24,601	21,417	97,695	637,458	0,491	1,021	0,027	8,039	67,641	232,838	14,535	32,577		
Итого:	1-4 классы	20,781	26,192	95,513	666,018	0,405	104,949	0,003	10,018	168,480	228,512	100,598	128,590		
	5-11 классы	27,718	36,186	115,986	866,624	0,522	128,379	0,002	14,412	206,034	282,811	128,182	137,005		

\* - действует с 01 марта



Циклическое меню

Наименование блюда	№ рецептуры	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)			
		Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
														В1
<b>Завтрак</b>														
<b>Вторник</b>														
1-я неделя														
Сыр плавленый	СТО 710633300-003-2012	016	3,590		47,400	0,510	0,025	0,060	129,000	102,000	6,900	136,000		
Каши геркулесовая молочная	СТО 710633300-003-2012	016	3,590		47,400	0,510	0,025	0,060	129,000	102,000	6,900	136,000		
Каши геркулесовая молочная с маслом сахарозаменителем	109 СБ 2009г.	180	6,504	11,955	29,742	0,151	0,066	2,256	175,653	203,345	44,380	1,395		
Сок фруктовый без сахара (1 лит)	109 СБ 2009г.	210	8,628	13,360	37,932	0,201	0,075	0,135	294,760	270,460	98,740	1,810		
Сок фруктовый без сахара (1 лит)	293 СБ 2008г.	200	1,000	23,400	94,000	0,020	0,020		14,000	14,000	8,000	0,600		
Кофейный напиток с молоком сахарозаменителем	293 СБ 2008г.	200	1,000	23,400	94,000	0,020	0,020		14,000	14,000	8,000	0,600		
Кофейный напиток с молоком сахарозаменителем	762 СБ 1997г.	180	2,250	2,375	16,504	0,027	0,018	0,081	109,170	81,900	12,600	0,941		
Хлеб ржаной	762 СБ 1997г.	180	2,250	2,375	16,504	0,027	0,018	0,081	109,170	81,900	12,600	0,941		
Хлеб ржаной	ГОСТ 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	0,032		0,560	8,400	34,800	7,600	0,800		
Хлеб ржаной	ГОСТ 26983-2015	050	2,756	0,500	16,040	0,040		0,840	10,500	43,500	9,500	1,000		
<b>Вторник</b>														
1-я неделя														
Салат из моркови и яблок без сахара/Салат из помидоров*	11 СБ 2008г.	090	0,512	6,031	8,678	89,400	0,024	2,154	18,702	21,210	15,708	0,085		
Шницель картофельный с картофелем со сметаной	11 СБ 2008г.	100	0,853	10,051	14,494	149,000	0,040	3,590	31,170	35,350	26,180	0,142		
Рагу овощное с говядиной сахарозаменителем	120 СБ 1998г.	220	1,804	5,530	8,801	85,780	0,066	26,510	37,540	43,204	18,240	19,102		
Рагу овощное с говядиной сахарозаменителем	120 СБ 1998г.	260	2,181	6,538	10,929	104,325	0,082	33,125	44,575	52,455	22,550	23,875		
Компот из апельсинов с яблоками, с сахарозаменителем	394 СБ 1998г.	180	11,899	15,013	28,176	288,648	0,201	28,500	806,489	86,314	35,855	2,530		
Хлеб ржаной	394 СБ 1998г.	230	12,879	18,059	37,668	355,318	0,258	38,000	29,226	115,854	47,475	2,962		
Хлеб ржаной	278 СБ 2008г.	200	0,378	27,468	106,740	0,017	22,086	0,073	12,600	9,900	7,380	0,108		
Хлеб ржаной	ГОСТ 26983-2015	040	0,420	30,520	118,600	0,019	24,540	0,088	14,000	11,000	8,200	0,120		
Хлеб ржаной	ГОСТ 26983-2015	090	3,305	0,600	19,248	114,000	0,046	0,960	8,400	34,900	7,500	0,800		
<b>Завтрак</b>														
1-я неделя														
Сыр плавленый	1-4 классы	596	15,538	18,131	84,478	572,233	0,230	6,730	0,109	2,967	437,265	436,045	79,880	439,707
Каши геркулесовая молочная с маслом сахарозаменителем	5-11 классы	656	18,214	19,768	95,906	647,365	0,286	7,470	0,118	4,116	497,430	511,860	96,640	140,351
Хлеб ржаной	1-4 классы	700	16,797	26,974	85,955	646,568	0,340	79,250	0,006	5,164	383,731	196,028	84,783	22,625
<b>Итого:</b>	<b>5-11 классы</b>	<b>850</b>	<b>19,639</b>	<b>35,247</b>	<b>112,729</b>	<b>841,243</b>	<b>0,447</b>	<b>99,255</b>	<b>0,006</b>	<b>7,886</b>	<b>131,671</b>	<b>266,859</b>	<b>116,805</b>	<b>28,299</b>
<b>Обед</b>														

\* - Действует с 01 марта

Циклическое меню

Наименование блюда	№ рецептуры	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)								
		Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо						
														Вес блюда					
<b>Завтрак</b>																			
<b>Среда</b>																			
<b>1-я неделя</b>																			
Огурцы соленые	24 С6 1996г	0,260	0,390	3,220															
Рыба, тушеная в томате с овощами	24 С6 1996г	0,840	0,390	4,830															
Картофельное пюре	309 С6 1996г	8,330	3,029	5,112	78,054	0,056	3,700												
Компот из свежих яблок с сахарозаменителем	472 С6 1996г	10,261	5,442	107,489	0,036	3,700													
Хлеб ржаной	702 С6 1997г	0,080	0,000	12,750	0,004	0,720													
	ГОСТ 26883-2015	0,090	0,400	12,760	0,004	0,720													
	ГОСТ 26883-2015	2,204	0,400	76,000	0,032														
	ГОСТ 26883-2015	2,756	0,500	95,000	0,040														
<b>Обед</b>																			
<b>1-я неделя</b>																			
Салат из свежих овощей	23 С6 2006г	0,809	2,997	6,155	54,330	0,011	5,700												
Суп из овощей	132 С6 1996г	1,615	4,985	10,260	90,550	0,019	9,500												
Пюре из картофеля (филе куриное) из перловой крупы	863 С6 1998г	1,893	4,406	13,113	95,533	0,091	22,250												
Чай с сахарозаменителем	628 С6 1999г	0,200	0,051	15,010	57,267	0,001													
Хлеб ржаной	ГОСТ 26883-2015	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032													
	ГОСТ 26883-2015	3,506	0,600	19,248	114,000	0,048													
<b>Обед</b>																			
<b>1-я неделя</b>																			
Завтрак	1-4 классы	14,437	7,926	78,126	439,234	0,253	30,295												
Обед	5-11 классы	17,853	11,338	86,738	520,129	0,303	35,470												
Итого:	1-4 классы	15,202	15,408	78,617	509,170	0,193	24,935												
	5-11 классы	20,756	21,286	103,749	654,194	0,261	33,691												
	Итого:	35,958	36,694	182,366	1163,364	0,454	58,626												

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			
															Завтрак		
<b>Четверг</b>																	
1-я неделя																	
Горошек вареный	31 С6 1967г	020	0,620	0,400	1,420	8,200	0,022	2,000		0,240	3,200	10,600	4,200	0,140			
молсервированный	31 С6 1997г	020	0,830	0,600	2,130	12,300	0,033	3,000		0,360	4,800	15,900	6,300	0,210			
Пюре-кабач с соусом	428 С6 1969г	90	8,287	10,036	10,509	135,935	0,022	1,150	0,003	1,308	5,957	15,412	4,748	36,981			
Картофель отварной	239 С6 2008г	100	11,365	13,995	30,474	178,020	0,025	0,970	0,002	1,768	6,379	17,384	4,896	27,818			
Сок фруктовый без сахара	239 С6 2008г	180	3,094	0,155	30,474	128,383	0,186	30,938		15,489	89,720	36,579	1,382				
Хлеб ржаной	293 С6 2008г	200	1,000	3,713	0,186	36,589	154,073	0,223	37,126		16,583	107,665	42,695	1,671			
	ГОСТ 26683-2016	200	1,000	23,400	84,000	4,000	4,000			16,000	18,000	10,000	10,000	0,400			
	ГОСТ 26985-2016	040	2,704	0,400	23,400	84,000	0,020	4,000		0,560	18,000	7,600	0,800	0,400			
	ГОСТ 26985-2016	050	2,758	0,500	16,040	95,000	0,040			0,840	10,600	43,600	9,600	1,000			
<b>Четверг</b>																	
1-я неделя																	
<b>Обед</b>																	
Салат картофельный с огурцами	37 С6 2016г	060	1,276	1,336	7,317	49,219	0,044	7,078		0,813	12,707	28,457	10,584	0,533			
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	110 С6 1969г	210	1,833	5,522	11,708	96,080	0,048	16,830	0,006	1,819	37,900	45,972	27,120	56,044			
ЕЖИЖИ в соусе	110 С6 1969г	260	2,217	6,528	14,562	117,200	0,060	21,026	0,006	2,270	45,125	55,915	33,650	70,053			
Каша гречневая рассыпчатая	202 С6 2008г	090	6,802	7,114	9,623	121,904	0,022	2,460	0,003	1,306	8,822	20,641	5,967	37,071			
Напиток из шиповника с сахаром/молочным	202 С6 2008г	100	9,301	9,414	11,784	158,764	0,027	2,820	0,002	1,798	10,677	25,617	6,746	27,966			
Хлеб ржаной	463 С6 1969г	150	7,716	5,394	41,323	232,585	0,255	0,021	0,021	4,160	30,396	154,621	0,156	2,966			
	463 С6 1969г	180	9,355	6,460	49,591	278,971	0,306		0,025	4,869	36,456	185,444	0,169	3,560			
	ГОСТ 26683-2016	190	0,720	0,720	24,273	98,705	0,027	216,000		0,308	12,190	3,600	3,600	6,081			
	ГОСТ 26683-2016	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032	215,000		0,560	8,400	34,800	7,600	0,800			
	ГОСТ 26683-2016	060	3,306	0,600	19,248	114,000	0,048		1,000		12,600	52,200	11,400	1,200			
<b>Завтрак</b>																	
1-4 классы																	
5-11 классы																	
ИТОГО:		500	15,205	10,994	78,635	442,228	0,282	36,088	0,003	2,106	49,026	168,632	62,127	39,713			
1-4 классы																	
5-11 классы																	
ИТОГО:		560	19,754	14,852	90,552	531,363	0,341	45,036	0,002	2,998	66,242	202,449	73,351	31,099			
1-4 классы																	
5-11 классы																	
ИТОГО:		730	170,347	171,866	246,244	748,493	152,396	394,368	162,630	160,406	263,976	405,281	199,419	253,714			
1-4 классы																	
5-11 классы																	
ИТОГО:		880	26,925	26,082	131,624	847,672	0,541	251,641	0,033	11,719	139,186	370,203	73,224	108,758			

\* - действует с 01 марта

Циклическое меню

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда			Пищевая ценность (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
		Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А		Е	Кальций	Сосфор	Магний	Железо			
<b>Пятница</b>																
1-я неделя																
Фрукты	24 сб.1999г.	150	0,600	14,700	57,000											
Каша рисовая молочная жидкая с маслом, сахарозаменителем	24 сб.1999г.	150	0,500	14,700	57,000											
Чай с пиклом с сахарозаменителем	114 сб.2008г.	180	5,844	29,730	179,546	0,019	0,020	0,293	5,919	23,407	5,001	0,452				
Чай с пиклом с сахарозаменителем	114 сб.2008г.	210	4,780	37,983	222,077	0,025	0,023	0,352	8,792	30,786	5,618	0,594				
Хлеб ржаной	629 сб.1998г.	187	0,243	0,243	53,710	0,003	2,803		3,111	1,540	0,840	0,090				
	629 сб.1998г.	187	0,243	0,243	53,710	0,003	2,801		3,111	1,540	0,840	0,090				
	ГОСТ 26893-2015	040	2,204	0,400	12,832	75,000	0,032	0,560	8,400	34,800	7,600	0,800				
	ГОСТ 26893-2015	050	2,756	0,500	16,040	95,000	0,040	0,840	10,600	43,500	9,500	1,000				
<b>Суббота</b>																
1-я неделя																
Салат из белокочанной капусты/Салат из огурцов*	82 сб.1997г.	060	0,929	3,003	5,998	0,032	23,950	1,290	24,873	17,953	9,848	0,489				
Рассольник (пшеничный со сметаной (крупя перловая))	82 сб.1997г.	100	1,550	5,005	9,951	0,053	39,950	2,163	41,694	29,950	16,424	0,016				
Стейк(Шницель) из курицы с соусом	42 сб.2008г.	210	2,298	5,588	16,208	0,085	12,850	1,771	24,283	34,000	19,240	0,809				
	42 сб.2008г.	260	2,785	6,610	20,300	0,106	19,050	2,211	28,100	85,950	23,800	1,007				
	520 сб.1997г.	000	7,348	6,082	5,042	0,006	0,960	1,306	2,767	5,192	2,472	36,808				
	251 сб.1997г.	100	6,261	7,799	5,084	0,004	0,720	1,798	2,073	3,864	1,854	27,628				
	251 сб.1997г.	150	3,675	11,419	35,220	0,215	35,625	4,767	23,400	106,525	43,675	1,622				
	263 сб.2008г.	180	4,410	13,703	42,264	0,268	42,750	5,745	28,080	130,230	52,260	1,946				
	263 сб.2008г.	180	0,878	0,878	32,139	0,005	0,549		30,740	21,137	18,470	4,156				
	ГОСТ 26893-2015	040	2,204	0,400	12,832	75,000	0,032	0,560	8,400	34,800	7,600	0,800				
	ГОСТ 26893-2015	050	3,306	0,600	19,248	114,000	0,048	1,000	12,600	52,200	11,400	1,200				
<b>Воскресенье</b>																
1-я неделя																
Завтрак	1-4 классы	537	6,63	6,29	71,02	0,05	2,20	0,85	18,43	69,75	13,44	1,34				
	5-11 классы	597	8,36	7,13	82,46	0,07	2,80	1,19	22,40	75,83	16,96	1,68				
Обед	1-4 классы	730	17,322	26,462	107,489	0,375	73,934	9,722	114,462	241,617	99,205	44,715				
	5-11 классы	850	22,190	33,717	128,986	0,474	100,019	12,917	143,087	303,370	122,336	36,755				

\* - действует с 01 марта



Циклическое меню

Наименование блюда	№ рецептуры	Пищевая ценность (г)		Энергетическая 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>														
Мирра кабановая (порционная)	31 С6.1997г	0,450	1,500	1,720	24,400	0,004	1,400				8,500	13,400	7,000	1,400
1-4 классы		0,600	2,700	2,580	36,600	0,006	2,100				12,300	20,100	10,500	2,100
5-11 классы		6,193	10,974	9,974	193,166	0,020	1,180			0,003	5,792	14,492	4,568	36,970
Котлеты Курье с соусом	423 С6.1996г	11,340	13,596	12,404	175,920	0,025	1,020			0,002	2,210	3,884	4,846	27,818
1-4 классы		5,593	5,267	18,511	123,461	0,111	88,320				2,241	83,598	82,415	31,572
5-11 классы		4,316	6,727	19,898	148,280	0,153	105,995				2,689	100,330	74,925	37,986
Кабуста тушеная	492 С6.1998г	0,200	0,051	18,010	57,267	0,001	0,001				0,346			0,053
1-4 классы		0,200	0,051	18,010	57,267	0,001	0,001				0,346			0,053
5-11 классы		2,204	0,400	12,832	76,030	0,032	0,001				0,560	8,400	34,800	7,600
Чай с сахарозаменителем	ГОСТ 28963-2015	2,795	0,500	16,040	95,000	0,040					0,840	10,500	43,500	9,500
1-4 классы														
5-11 классы														
Хлеб ржачий	ГОСТ 28963-2015													
1-4 классы		14,590	17,548	56,047	414,294	0,167	90,881			0,003	4,107	106,336	125,107	50,730
5-11 классы		19,212	23,138	65,872	513,087	0,204	109,106			0,002	5,739	130,015	142,416	62,732
Итого:	Завтрак													
	Завтрак													
	1-4 классы	500	500	500	500	500	500	500	500	500	500	500	500	500
	5-11 классы	580	580	580	580	580	580	580	580	580	580	580	580	580

\* - действует с 01 марта

Циклическое меню

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Зн. ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо		
<b>2-я неделя</b>																
<b>Понедельник</b>																
Кондитерские изделия, диетические	28 С6 1897Г.	025	0,800	7,550	15,070	131,500										
1-4 классы																
5-11 классы	28 С6 1897Г.	025	0,800	7,550	15,070	131,500										
Каша молочная жидкая: Дружба-с маслом, сахарозаменителем	102 С6 2008Г.	230	4,928	10,311	38,225	257,506	0,051		0,040	0,580	9,270	42,180	14,560	1,105		
1-4 классы																
5-11 классы	102 С6 2008Г.	230	4,928	10,311	38,225	257,506	0,051		0,040	0,580	9,270	42,180	14,560	1,105		
Корейский напиток с молоком, сахарозаменителем	762С6 1897Г.	200	2,500	2,640	20,550	112,950	0,030	1,000	0,000	0,300	91,000	14,000	0,045			
1-4 классы																
5-11 классы	762С6 1897Г.	200	2,500	2,640	20,550	112,950	0,030	1,000	0,000	0,300	91,000	14,000	0,045			
Сыр плавленый	СТО 71083300-003-2012	016	3,580	3,500		47,400			0,510	0,070	0,060	129,000	102,000	8,800	136,000	
1-4 классы																
5-11 классы	СТО 71083300-003-2012	016	3,580	3,500		47,400			0,510	0,070	0,060	129,000	102,000	8,800	136,000	
Хлеб ржаной	ГОСТ 26985-2015	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032			0,560	8,400	34,800	7,600	0,800		
1-4 классы																
5-11 классы	ГОСТ 26985-2015	050	2,756	0,500	16,040	95,000	0,040			0,840	10,500	43,500	9,500	1,000		
<b>2-я неделя</b>																
<b>Понедельник</b>																
Салат из свежих овощей	23 С6 2006Г.	060	0,959	2,987	6,156	54,330	0,011			1,340	21,030	24,510	24,510	0,798		
1-4 классы																
5-11 классы	23 С6 2006Г.	100	1,615	4,995	10,260	90,550	0,019			2,233	36,150	40,950	40,950	1,330		
1-4 классы																
5-11 классы	132 С6 1995Г.	200	1,514	3,525	10,450	78,426	0,073			1,950	19,890	40,380	17,180	0,638		
Суп из овощей	132 С6 1995Г.	250	1,893	4,406	13,113	95,533	0,091			1,937	29,600	50,475	21,475	0,795		
1-4 классы																
5-11 классы	423 С6 1995Г.	090	6,802	7,114	9,823	121,904	0,022			2,145	8,922	20,641	5,957	37,071		
Тертель с соусом	423 С6 1995Г.	100	9,301	9,414	11,784	198,784	0,027			2,850	10,677	25,617	6,746	27,656		
1-4 классы																
5-11 классы	270 С6 1995Г.	150	16,131	4,924	40,345	260,296	0,029		0,021	6,479	65,418	158,888	61,617	4,899		
1-4 классы																
5-11 классы	270 С6 1995Г.	180	19,358	5,908	48,415	312,849	0,035		0,025	7,775	76,103	190,671	73,942	5,879		
1-4 классы																
5-11 классы	289 С6 2008Г.	180	0,130	0,130	22,075	86,328	0,006			5,760	6,192	3,168	1,728	0,151		
Напиток лимонный с сахарозаменителем	289 С6 2008Г.	180	0,130	0,130	22,075	86,328	0,006			5,760	6,192	3,168	1,728	0,151		
1-4 классы																
5-11 классы	ГОСТ 26985-2015	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032			0,560	8,400	34,800	7,600	0,800		
1-4 классы																
5-11 классы	ГОСТ 26985-2015	060	3,306	0,500	19,248	114,000	0,048			1,000	12,500	52,200	11,400	1,200		
<b>Обед</b>																
<b>Завтрак</b>																
ИТОГО:		870	35,603	25,323	124,895	857,624	0,945	40,330	0,025	15,499	164,322	352,951	156,141	37,311		
<b>Обед</b>																
<b>Завтрак</b>																
ИТОГО:		870	35,603	25,323	124,895	857,624	0,945	40,330	0,025	15,499	164,322	352,951	156,141	37,311		



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>2-я неделя</b>																
<b>Вторник</b>																
Огурцы порционно	522 С6.1996Г	020	0,140	0,380	2,000	0,004	1,400	0,006	0,020	3,400	8,400	0,004	0,006	0,004		
Котлеты куриные с соусом	483 С6.1996Г	090	6,193	9,974	133,186	0,006	2,100	0,008	0,030	5,100	12,600	0,006	0,006	0,006		
Чушка гречневая рассыпчатая	423 С6.1996Г	100	11,340	13,995	175,404	0,020	1,160	0,003	1,306	5,792	14,492	4,568	36,970	27,818		
Колпос из свежих яблок с сахарозаменителем	463 С6.1996Г	180	9,255	5,384	41,323	0,255	0,021	4,180	30,396	154,621	0,198	2,985	3,580	3,580		
Хлеб ржаной	702 С6.1997Г	200	0,080	33,552	127,780	0,004	0,720	0,025	4,988	36,456	185,444	0,188	4,000	0,152		
	ГОСТ 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	0,032	0,720		0,560	8,400	34,800	7,600	0,800	1,000		
	ГОСТ 26983-2015	050	2,755	0,500	16,040	0,040			0,840	10,500	43,500	9,500	1,000			
<b>2-я неделя</b>																
<b>Вторник</b>																
Винегрет овощной	60 С6.1996Г	100	1,990	10,621	136,580	0,075	10,700		2,804	13,320	29,238	14,088	0,445	0,445		
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	120 С6.1996Г	210	1,804	5,530	85,760	0,066	26,510	0,006	1,774	37,940	43,204	18,240	19,102	19,102		
ЕЖИКИ в соусе	202 С6.2003Г	260	2,181	6,538	104,325	0,082	33,125	0,006	2,214	44,675	52,455	22,550	23,875	23,875		
Капуста тушеная	482 С6.1996Г	090	6,802	7,114	9,623	0,022	2,480	0,003	1,308	8,822	20,641	5,957	37,071	37,071		
Чай с пивнем, сахарозаменителем	629 С6.1996Г	187	0,243	0,046	13,781	0,003	2,801	0,002	1,788	10,877	25,617	6,746	27,968	27,968		
Хлеб ржаной	ГОСТ 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	0,032	0,720		0,560	8,400	34,800	7,600	0,800	1,000		
	ГОСТ 26983-2015	060	3,306	0,600	19,248	0,048			1,000	12,600	52,200	11,400	1,200	1,200		
<b>Итого:</b>																
<b>Завтрак</b>																
	1-4 классы	500	18,333	15,814	98,041	0,315	3,280	0,030	6,046	48,468	214,713	16,316	40,911	40,911		
	5-11 классы	560	23,641	20,526	112,097	0,391	3,840	0,036	8,069	59,075	247,838	19,535	32,556	32,556		
<b>Обед</b>																
	1-4 классы	737	15,840	24,750	67,536	0,279	126,511	0,009	8,685	154,791	191,838	76,297	142,114	142,114		
	5-11 классы	887	21,337	33,840	85,572	0,368	155,431	0,008	12,378	193,983	295,467	102,902	164,930	164,930		

\* - 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>2-я неделя</b>														
<b>Средне</b>														
Йогурт	ТУ 10.51.56-045	100	5,000	1,500	3,500	51,000	0,030	0,600	0,010	124,000	95,600	15,000	0,100	
1-4 классы	ТУ 10.51.56-045	100	5,000	1,500	3,500	51,000	0,030	0,600	0,010	124,000	95,600	15,000	0,100	
5-11 классы	ТУ 10.51.56-045	100	5,000	1,500	3,500	51,000	0,030	0,600	0,010	124,000	95,600	15,000	0,100	
Омлет на уксусной	284 СБ 1996г	200	21,076	25,934	3,938	335,305	0,125	0,571	0,583	3,323	195,233	335,804	95,570	
1-4 классы	284 СБ 1996г	200	21,076	25,934	3,938	335,305	0,125	0,571	0,583	3,323	195,233	335,804	95,570	
5-11 классы	284 СБ 1996г	200	21,076	25,934	3,938	335,305	0,125	0,571	0,583	3,323	195,233	335,804	95,570	
Тост с сахаром	628 СБ 1996г	200	0,200	0,051	15,010	57,267	0,001	0,001	0,667	178,519	386,180	104,168	5,410	
1-4 классы	628 СБ 1996г	200	0,200	0,051	15,010	57,267	0,001	0,001	0,667	178,519	386,180	104,168	5,410	
5-11 классы	628 СБ 1996г	200	0,200	0,051	15,010	57,267	0,001	0,001	0,667	178,519	386,180	104,168	5,410	
Хлеб ржаной	ГОСТ 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032	0,001	0,001	0,960	8,400	34,800	7,600	
1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032	0,001	0,001	0,960	8,400	34,800	7,600	
5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	050	2,756	0,500	16,040	95,000	0,040	0,001	0,001	0,840	10,500	43,900	9,500	
<b>2-я неделя</b>														
<b>Средне</b>														
<b>Обед</b>														
Салат из моркови и яблок без сахара/Салат из помидоров	11 СБ 2008г	050	0,512	6,031	8,673	89,400	0,024	2,154	2,751	18,702	21,210	15,708	0,085	
1-4 классы	11 СБ 2008г	050	0,512	6,031	8,673	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	10,051	14,454	149,000	0,040	3,580	4,584	31,170	35,350	26,180	0,142	
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	110 СБ 1996г	210	1,933	5,322	11,708	96,080	0,048	16,830	0,006	37,900	45,972	27,120	58,044	
1-4 классы	110 СБ 1996г	280	2,217	6,528	14,562	117,200	0,060	21,025	0,006	45,125	55,915	33,630	70,053	
5-11 классы	110 СБ 1996г	90	8,193	10,030	9,974	133,166	0,020	1,160	0,003	5,792	14,492	4,558	36,970	
Витонки с соусом	423 СБ 1996г	100	11,340	13,566	12,404	175,920	0,025	1,020	0,002	6,536	3,894	4,846	27,619	
1-4 классы	423 СБ 1996г	150	3,263	4,497	26,370	154,200	0,161	25,875	0,028	0,144	41,310	95,910	32,805	
5-11 классы	423 СБ 1996г	180	3,916	5,386	31,644	185,040	0,193	31,050	0,031	0,172	115,092	39,366	1,688	
Картофельное пюре	472 СБ 1996г	180	0,878	0,878	32,139	126,104	0,005	0,549	0,005	30,740	21,137	16,470	4,158	
1-4 классы	472 СБ 1996г	180	0,878	0,878	32,139	126,104	0,005	0,549	0,005	30,740	21,137	16,470	4,158	
5-11 классы	472 СБ 1996г	180	0,878	0,878	32,139	126,104	0,005	0,549	0,005	30,740	21,137	16,470	4,158	
Компот из сухофруктов с сахарозаменителем	283 СБ 2008г	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032	0,001	0,001	0,960	8,400	34,800	7,600	
1-4 классы	283 СБ 2008г	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032	0,001	0,001	0,960	8,400	34,800	7,600	
5-11 классы	283 СБ 2008г	050	3,306	0,600	19,248	114,000	0,048	0,001	0,001	1,000	12,600	52,200	11,400	
Хлеб ржаной	ГОСТ 26983-2015	050	2,756	0,500	16,040	95,000	0,040	0,001	0,001	0,840	10,500	43,900	9,500	
1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	050	2,756	0,500	16,040	95,000	0,040	0,001	0,001	0,840	10,500	43,900	9,500	
5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	050	3,306	0,600	19,248	114,000	0,048	0,001	0,001	1,000	12,600	52,200	11,400	
<b>3-я неделя</b>														
<b>Средне</b>														
<b>Завтрак</b>														
Йогурт	ТУ 10.51.56-045	100	5,000	1,500	3,500	51,000	0,030	0,600	0,010	124,000	95,600	15,000	0,100	
1-4 классы	ТУ 10.51.56-045	100	5,000	1,500	3,500	51,000	0,030	0,600	0,010	124,000	95,600	15,000	0,100	
5-11 классы	ТУ 10.51.56-045	100	5,000	1,500	3,500	51,000	0,030	0,600	0,010	124,000	95,600	15,000	0,100	
Омлет на уксусной	284 СБ 1996г	200	21,076	25,934	3,938	335,305	0,125	0,571	0,583	3,323	195,233	335,804	95,570	
1-4 классы	284 СБ 1996г	200	21,076	25,934	3,938	335,305	0,125	0,571	0,583	3,323	195,233	335,804	95,570	
5-11 классы	284 СБ 1996г	200	21,076	25,934	3,938	335,305	0,125	0,571	0,583	3,323	195,233	335,804	95,570	
Тост с сахаром	628 СБ 1996г	200	0,200	0,051	15,010	57,267	0,001	0,001	0,667	178,519	386,180	104,168	5,410	
1-4 классы	628 СБ 1996г	200	0,200	0,051	15,010	57,267	0,001	0,001	0,667	178,519	386,180	104,168	5,410	
5-11 классы	628 СБ 1996г	200	0,200	0,051	15,010	57,267	0,001	0,001	0,667	178,519	386,180	104,168	5,410	
Хлеб ржаной	ГОСТ 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032	0,001	0,001	0,960	8,400	34,800	7,600	
1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032	0,001	0,001	0,960	8,400	34,800	7,600	
5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	050	2,756	0,500	16,040	95,000	0,040	0,001	0,001	0,840	10,500	43,900	9,500	
<b>Обед</b>														
<b>Средне</b>														
<b>Завтрак</b>														
Йогурт	ТУ 10.51.56-045	100	5,000	1,500	3,500	51,000	0,030	0,600	0,010	124,000	95,600	15,000	0,100	
1-4 классы	ТУ 10.51.56-045	100	5,000	1,500	3,500	51,000	0,030	0,600	0,010	124,000	95,600	15,000	0,100	
5-11 классы	ТУ 10.51.56-045	100	5,000	1,500	3,500	51,000	0,030	0,600	0,010	124,000	95,600	15,000	0,100	
Омлет на уксусной	284 СБ 1996г	200	21,076	25,934	3,938	335,305	0,125	0,571	0,583	3,323	195,233	335,804	95,570	
1-4 классы	284 СБ 1996г	200	21,076	25,934	3,938	335,305	0,125	0,571	0,583	3,323	195,233	335,804	95,570	
5-11 классы	284 СБ 1996г	200	21,076	25,934	3,938	335,305	0,125	0,571	0,583	3,323	195,233	335,804	95,570	
Тост с сахаром	628 СБ 1996г	200	0,200	0,051	15,010	57,267	0,001	0,001	0,667	178,519	386,180	104,168	5,410	
1-4 классы	628 СБ 1996г	200	0,200	0,051	15,010	57,267	0,001	0,001	0,667	178,519	386,180	104,168	5,410	
5-11 классы	628 СБ 1996г	200	0,200	0,051	15,010	57,267	0,001	0,001	0,667	178,519	386,180	104,168	5,410	
Хлеб ржаной	ГОСТ 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032	0,001	0,001	0,960	8,400	34,800	7,600	
1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032	0,001	0,001	0,960	8,400	34,800	7,600	
5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	050	2,756	0,500	16,040	95,000	0,040	0,001	0,001	0,840	10,500	43,900	9,500	
<b>Обед</b>														
<b>Средне</b>														
<b>Завтрак</b>														
Йогурт	ТУ 10.51.56-045	100	5,000	1,500	3,500	51,000	0,030	0,600	0,010	124,000	95,600	15,000	0,100	
1-4 классы	ТУ 10.51.56-045	100	5,000	1,500	3,500	51,000	0,030	0,600	0,010	124,000	95,600	15,000	0,100	
5-11 классы	ТУ 10.51.56-045	100	5,000	1,500	3,500	51,000	0,030	0,600	0,010	124,000	95,600	15,000	0,100	
Омлет на уксусной	284 СБ 1996г	200	21,076	25,934	3,938	335,305	0,125	0,571	0,583	3,323	195,233	335,804	95,570	
1-4 классы	284 СБ 1996г	200	21,076	25,934	3,938	335,305	0,125	0,571	0,583	3,323	195,233	335,804	95,570	
5-11 классы	284 СБ 1996г	200	21,076	25,934	3,938	335,305	0,125	0,571	0,583	3,323	195,233	335,804	95,570	
Тост с сахаром	628 СБ 1996г	200	0,200	0,051	15,010	57,267	0,001	0,001	0,667	178,519	386,180	104,168	5,410	
1-4 классы	628 СБ 1996г	200	0,200	0,051	15,010	57,267	0,001	0,001	0,667	178,519	386,180	104,168	5,410	
5-11 классы	628 СБ 1996г	200	0,200	0,051	15,010	57,267	0,001	0,001	0,667	178,519	386,180	104,168	5,410	
Хлеб ржаной	ГОСТ 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032	0,001	0,001	0,960	8,400	34,800	7,600	
1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	040	2,204	0,400	12,832	76,000	0,032	0,001	0,001	0,960	8,400	34,800	7,600	
5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	050	2,756	0,500	16,040	95,000	0,040	0,001	0,001	0,840	10,500	43,900	9,500	
<b>Обед</b>														
<b>Средне</b>														
<b>Завтрак</b>														
Йогурт	ТУ 10.51.56-045	100	5,000	1,500	3,500	51,000	0,030	0,600	0,010	124,000	95,600	15,000	0,100	
1-4 классы	ТУ 1													



Циклическое меню

Наименование блюда	№ рецептуры	Витаминная ценность (г)				Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)					
		Белки		Жиры			В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо			
		Вс	Блюда	Углеводы	Жир												
<b>Завтрак</b>																	
<b>Четверг</b>																	
Огурцы - соевые	1-4 классы 5-11 классы	24 Сб.1955г. 24 Сб.1956г.	040 040	1,120 1,120	0,520 0,520	6,440 6,440	0,032 0,032	23,900 23,900	0,032 0,032	1,298 1,298	24,878 24,878	17,963 17,963	9,848 9,848	0,480 0,480			
Плов из Говедины (руль куриный)	1-4 классы 5-11 классы	193 Сб.2008г. 193 Сб.2008г.	200 200	19,951 17,934	40,528 54,034	362,073 433,536	0,105 0,126	2,657 3,695	2,657 3,695	2,849 3,650	10,000 41,941	9,000 90,771	21,137 27,628	0,480 3,449			
Чай с сахаром и лимоном	1-4 классы 5-11 классы	628 Сб.1959г. 628 Сб.1959г.	200 200	0,200 0,051	15,010 15,010	57,267 57,267		0,001 0,001	0,001 0,001		0,346 0,346			0,053 0,053			
Хлеб ржаной	1-4 классы 5-11 классы	ГОСТ 26983-2015 ГОСТ 26983-2015	060 060	3,306 3,306	19,248 19,248	114,000 114,000	0,048 0,048	1,000 1,000		1,000 1,000	12,600 12,600	52,200 52,200	11,400 11,400	1,200 1,200			
<b>Пятница</b>																	
<b>Четверг</b>																	
<b>Обед</b>																	
<b>Четверг</b>																	
Салат из белокочанной капусты/Салат из огурцов	1-4 классы 5-11 классы	62 Сб.1937г. 62 Сб.1937г.	060 100	0,629 1,550	5,968 9,951	53,564 89,292	0,032 0,032	23,900 39,650	0,032 0,032	1,298 2,163	24,878 41,454	17,963 28,959	9,848 16,424	0,489 0,816			
Суп картофельный с горохом	1-4 классы 5-11 классы	138 Сб.1968г. 138 Сб.1968г.	200 250	4,746 5,932	18,572 23,215	127,880 159,475	0,202 0,253	9,300 11,625	9,300 11,625	3,215 4,019	25,820 32,275	69,400 86,875	28,200 35,250	1,556 1,945			
Котлеты рыбные Любительские с соусом	1-4 классы 5-11 классы	162 Сб.2008г. 162 Сб.2008г.	90 100	7,491 10,384	9,271 12,206	95,702 129,098	0,057 0,078	1,945 2,295	1,945 2,295	1,717 2,39	14,986 20,153	29,784 40,117	31,461 43,305	28,195 28,422			
Картофель и овощи тушеные	1-4 классы 5-11 классы	251 Сб.1937г. 251 Сб.1937г.	150 180	3,975 4,410	39,220 42,264	250,013 300,015	0,215 0,258	85,825 102,750	85,825 102,750	4,787 5,745	23,400 28,080	108,525 130,290	43,575 52,290	1,622 1,946			
Сок фруктовый без сахара	1-4 классы 5-11 классы	293 Сб.2008г. 293 Сб.2008г.	180 180	0,900 2,204	21,060 12,832	84,600 76,000	0,018 0,032	3,600 3,600	3,600 3,600		14,400 8,400	16,200 34,800	9,000 7,600	0,360 0,800			
Хлеб ржаной	1-4 классы 5-11 классы	ГОСТ 26983-2015 ГОСТ 26983-2015	040 060	2,204 3,306	12,832 19,248	76,000 114,000	0,032 0,048	1,000 1,000		1,000 1,000	12,600 12,600	52,200 52,200	11,400 11,400	1,200 1,200			
<b>Пятница</b>																	
<b>Суббота</b>																	
<b>Суббота</b>																	
<b>Воскресенье</b>																	
<b>Итого:</b>																	
Завтрак	1-4 классы 5-11 классы	23,497 24,622	16,864 18,565	75,306 88,812	539,780 611,243	0,154 0,174	2,698 3,696	0,000 0,000	3,849 4,887	0,000 0,000	56,181 64,887	328,323 350,971	32,637 35,028	4,834 5,182			
Обед	1-4 классы 5-11 классы	720 870	19,945 25,483	102,923 127,344	687,459 876,480	0,566 0,708	74,320 100,220	0,022 0,030	11,577 15,317	0,000 0,000	111,884 149,002	276,752 355,681	129,664 167,669	33,022 34,689			

\* - действует с 01 марта

Циклитное 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>																
Икра кабачковая(гор.чонью)	31 С6 1997г. 31 С6 1997г.	020 030	0,400 0,600	1,800 2,700	1,720 2,580	24,400 36,600	0,004 0,009	1,400 2,100				8,200 12,300	13,400 20,100	7,000 10,500	1,400 2,100	
Суп(Шницель) из курицы с соусом	520 С6 1997г. 520 С6 1997г.	060 100	7,348 9,261	6,062 7,789	5,042 6,384	269,992 341,525	0,006 0,004	0,960 0,720	0,003 0,002			1,306 1,798	5,192 3,894	2,472 1,854	36,938 27,628	
Каша гречневая рассыпчатая	463 С6 1999г. 463 С6 1999г.	180 150	9,255 6,460	5,364 7,716	41,323 49,561	232,565 276,971	0,255 0,306	24,540 24,540	0,025 0,025			4,160 0,088	30,386 14,000	154,021 185,444	0,158 0,169	2,985 3,580
Компот из яблок/слив с яблоками, с сахарозаместителем	278 С6 2008г. 278 С6 2008г.	200 220	0,420 0,420		30,520 30,520	118,600 118,600	0,019 0,019					0,088 0,088	11,000 11,000	8,200 8,200	0,120 0,120	
Хлеб ржаной	ГОСТ 26983-2015 ГОСТ 26983-2015	040 050	2,234 2,756	0,400 0,500	12,832 16,040	76,000 95,000	0,032 0,040					0,560 0,840	34,800 43,500	7,800 9,900	0,800 1,000	
<b>Пятница</b>																
<b>2-я неделя</b>																
Салат картофельный с зеленым горошком	31 С6 2008г. 31 С6 2008г.	060 100	1,864 3,106	8,956 11,594	7,733 12,888	97,236 162,060	0,059 0,068	8,160 13,600	0,021 0,035			2,794 16,580	36,036 65,060	13,884 23,140	0,576 0,960	
Суп из овощей	32 С6 1999г. 32 С6 1999г.	200 250	1,514 1,893	3,525 4,406	10,490 13,113	78,426 95,533	0,073 0,091	17,600 22,250				1,550 1,937	40,390 50,475	17,190 21,475	0,636 0,795	
Тфреши с соусом	423 С6 1999г. 423 С6 1999г.	090 100	6,802 9,301	7,114 9,414	8,623 11,794	121,904 158,764	0,022 0,027	2,460 2,820				2,146 2,454	20,641 25,617	5,957 6,748	37,071 27,966	
Каша пшеничная рассыпчатая	465 С6 1999г. 465 С6 1999г.	150 180	7,627 9,032	6,081 7,297	41,969 49,642	239,700 287,640	0,176 0,212					1,800 2,160	5,244 6,293	0,226 0,270	3,769 4,511	
Чай с лимоном, с сахарозаместителем	629 С6 1999г. ГОСТ 26983-2015	187 040	0,243 2,204	0,046 0,400	13,761 12,832	53,710 76,000	0,003 0,032	2,801 2,801				3,111 0,560	1,540 34,800	0,840 7,600	0,090 0,800	
Хлеб ржаной	ГОСТ 26983-2015	060	3,306	0,600	19,248	114,000	0,049					1,000	52,200	11,400	1,200	
<b>Итого:</b>	<b>Завтрак</b>	<b>500</b>	<b>18,098</b>	<b>13,636</b>	<b>91,437</b>	<b>721,577</b>	<b>0,316</b>	<b>26,900</b>	<b>0,024</b>	<b>6,114</b>	<b>63,760</b>	<b>219,013</b>	<b>25,430</b>	<b>42,143</b>		
	<b>Обед</b>	<b>560</b>	<b>22,292</b>	<b>17,459</b>	<b>103,795</b>	<b>870,696</b>	<b>0,375</b>	<b>27,360</b>	<b>0,027</b>	<b>7,715</b>	<b>75,329</b>	<b>263,938</b>	<b>30,243</b>	<b>31,428</b>		
		<b>727</b>	<b>20,164</b>	<b>24,122</b>	<b>95,808</b>	<b>664,916</b>	<b>0,365</b>	<b>31,221</b>	<b>0,051</b>	<b>7,050</b>	<b>50,951</b>	<b>141,641</b>	<b>45,666</b>	<b>42,932</b>		
		<b>877</b>	<b>26,881</b>	<b>33,357</b>	<b>120,436</b>	<b>871,707</b>	<b>0,479</b>	<b>41,471</b>	<b>0,071</b>	<b>5,481</b>	<b>68,728</b>	<b>201,195</b>	<b>63,871</b>	<b>35,512</b>		

\* - действует с 01 марта



Циклическое меню

Наименование блюда	На рецептура	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)			
		Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Завтрак														
Суббота														
2-я неделя														
Сельдь с гарниром	1-4 классы 5-11 классы	85 СБ 1998г	4,240	8,098	4,468	86,115	0,028	4,290	0,042	2,902	24,787	69,462	18,945	408,381
Салат картофельный	1-4 классы	83 СБ 1998г	4,240	8,098	4,468	86,115	0,028	4,290	0,042	2,902	24,787	69,462	18,945	408,381
Чай с сахаром/завтрак	5-11 классы	204 СБ 1998г	21,076	25,854	3,638	335,305	0,125	0,571	0,583	3,323	158,233	338,804	90,570	4,705
Хлеб ржаной	1-4 классы	204 СБ 1998г	24,128	26,734	4,414	335,618	0,143	0,657	0,670	3,821	178,619	386,180	104,158	5,410
Хлеб ржаной	1-4 классы	628 СБ 1998г	0,200	0,051	16,010	57,267	0,001	0,001			0,348			0,053
Хлеб ржаной	5-11 классы	628 СБ 1998г	0,200	0,051	16,010	57,267	0,001	0,001			0,348			0,053
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	0,400	0,400	12,832	76,000	0,032			0,560	8,400	34,800	7,600	0,800
Хлеб ржаной	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	0,500	0,500	16,040	95,000	0,040			0,840	10,500	43,500	9,500	1,000
Итого:			27,720	34,403	35,146	654,687	0,163	4,862	5,565	6,785	188,766	440,056	117,016	419,939
			31,434	38,303	36,552	624,000	0,206	4,948	6,662	7,563	214,152	499,142	132,503	414,844
Воскресенье														
3-я неделя														
Завтрак														
Итого:			27,720	34,403	35,146	654,687	0,163	4,862	5,565	6,785	188,766	440,056	117,016	419,939
			31,434	38,303	36,552	624,000	0,206	4,948	6,662	7,563	214,152	499,142	132,503	414,844

\* - действует с 01 марта