

Согласовано:

Директор ГБОУ С(О)ОШ с. Ташелка

Представитель родительской общественности:

Утверждаю

Директор ООО «Детское питание»

Т.А. Полуляхова

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 202\_\_ г.

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 202\_\_ г.

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 202\_\_ г.



## ПРИМЕРНОЕ

# 10 - ти ДНЕВНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ

для организации питания обучающихся 1 - (9) 11 классов

в ГБОУ С(О)ОШ с. Ташелка

на 2023/2024 уч. год

период: зимний  
весенний

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

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	
<b>Понедельник</b>		<b>1-я неделя</b>			<b>Завтрак</b>									
Кукуруза консервированная	1-4 классы	24 С6.1996г.	020	0,700	0,560	3,120	20,200	0,080	0,960	0,000	0,000	9,200		
	5-11 классы	24 С6.1996г.	030	1,050	0,840	4,680	30,300	0,120	1,440	0,000	0,000	13,800		
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
	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
Каша гречневая вязкая	1-4 классы	463 с6. 1996г.	150	7,700	5,380	26,320	232,580	0,255	0,000	0,021		30,390	154,620	0,158
	5-11 классы	463 с6. 1996г.	180	8,715	6,46	32,561	278,971	0,306	0,000	0,025		36,456	185,444	0,189
Чай с сахаром	1-4 классы	628 С6.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001			0,346		
	5-11 классы	628 С6.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001			0,346		
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
	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
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
	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
<b>Понедельник</b>		<b>1-я неделя</b>			<b>Обед</b>									
Салат из огурцов консерв. с зеленым горошком	1-4 классы	53 С6.2011	060	1,000	2,510	4,910	56,260	0,030	5,880		1,298	16,760	25,180	11,140
	5-11 классы	53 С6.2011	100	1,660	4,180	8,190	77,100	0,050	9,800		2,163	27,930	41,260	18,570
Суп картофельный с макаронными изделиями	1-4 классы	139 С6.1996г.	200	2,272	2,138	19,156	100,420	0,094	13,200		1,074	14,000	50,800	19,240
	5-11 классы	139 С6.1996г.	250	2,840	2,673	23,945	125,525	0,118	16,500		1,343	17,500	63,500	24,050
Котлеты Куриные с соусом	1-4 классы	423 С6.1996г.	090	8,944	10,030	9,974	133,166	0,020	1,160	0,003	1,306	5,792	14,492	4,558
	5-11 классы	423 С6.1996г.	100	11,340	13,566	12,404	175,920	0,025	1,020	0,002	2,210	6,539	3,894	4,846
Каша перловая рассыпчатая с овощами	1-4 классы	302 с6.2011 г.	150	4,400	4,900	31,500	212,900	0,040	0,600	0,030	0,600	8,600		0,900
	5-11 классы	302 с6.2011 г.	180	5,600	5,860	40,200	236,000	0,050	0,900	0,040	0,750	11,560		1,100
Напиток лимонный	1-4 классы	289 С6.2008г.	180	0,130		22,075	86,328	0,006	5,760			6,192	3,168	1,728
	5-11 классы	289 С6.2008г.	180	0,130		22,075	86,328	0,006	5,760			6,192	3,168	1,728
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
	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
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
	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
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>500</b>	<b>22,065</b>	<b>16,401</b>	<b>70,780</b>	<b>526,413</b>	<b>0,393</b>	<b>2,121</b>	<b>0,024</b>	<b>1,866</b>	<b>53,928</b>	<b>199,512</b>	<b>11,316</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>560</b>	<b>25,908</b>	<b>21,417</b>	<b>85,100</b>	<b>646,458</b>	<b>0,499</b>	<b>2,461</b>	<b>0,027</b>	<b>3,050</b>	<b>67,391</b>	<b>227,338</b>	<b>13,285</b>
	<b>Обед</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>720</b>	<b>19,368</b>	<b>19,958</b>	<b>103,971</b>	<b>672,274</b>	<b>0,228</b>	<b>26,600</b>	<b>0,033</b>	<b>4,838</b>	<b>59,544</b>	<b>124,040</b>	<b>44,166</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>870</b>	<b>25,503</b>	<b>26,849</b>	<b>131,348</b>	<b>825,673</b>	<b>0,306</b>	<b>33,980</b>	<b>0,042</b>	<b>7,466</b>	<b>82,021</b>	<b>157,422</b>	<b>60,194</b>

\* - действует с 01 марта

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

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний		
<b>Вторник</b>		<b>1-я неделя</b>		<b>Завтрак</b>											
Сыр полутвердый ( порционно)	1-4 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	
	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	
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	
	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	
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	
	5-11 классы	293 Сб.2008г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000			14,000	14,000	8,000	
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	
	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	
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	
	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	
<b>Вторник</b>		<b>1-я неделя</b>		<b>Обед</b>											
Салат из свеклы отварной с зеленым горошком	1-4 классы	62 Сб. 2011г.	060	1,000	2,510	4,910	79,260	0,030	5,880			16,860	25,180	11,140	
	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	
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	
	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	
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	
	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	
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	
	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	
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	
	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	
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	
	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	
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>		<b>1-4 классы</b>	<b>596</b>	<b>15,65</b>	<b>16,9850</b>	<b>79,5120</b>	<b>552,1390</b>	<b>0,2610</b>	<b>6,2900</b>	<b>0,1760</b>	<b>3,3970</b>	<b>460,8450</b>	<b>403,1450</b>	<b>83,0800</b>
			<b>5-11 классы</b>	<b>656</b>	<b>18,07</b>	<b>16,1830</b>	<b>92,1000</b>	<b>621,7210</b>	<b>0,3260</b>	<b>6,7300</b>	<b>0,1850</b>	<b>4,5260</b>	<b>521,4100</b>	<b>478,4600</b>	<b>101,2400</b>
	<b>Обед</b>		<b>1-4 классы</b>	<b>700</b>	<b>22,486</b>	<b>26,420</b>	<b>76,957</b>	<b>670,840</b>	<b>0,254</b>	<b>38,700</b>	<b>0,015</b>	<b>6,024</b>	<b>118,400</b>	<b>312,484</b>	<b>94,780</b>
			<b>5-11 классы</b>	<b>850</b>	<b>29,284</b>	<b>34,288</b>	<b>94,963</b>	<b>864,225</b>	<b>0,339</b>	<b>50,935</b>	<b>0,018</b>	<b>7,914</b>	<b>147,105</b>	<b>405,215</b>	<b>120,320</b>

\* - действует с 01 марта

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

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	
<b>Среда</b>		<b>1-я неделя</b>		<b>Завтрак</b>										
Горошек зеленый консервированный	1-4 классы	31 С6.1997г.	020	0,620	0,400	1,420	8,200	0,022	2,000		0,240	3,200	10,600	4,200
	5-11 классы	31 С6.1997г.	030	0,930	0,600	2,130	12,300	0,033	3,000		0,360	4,800	15,900	6,300
Палочки с крупой с соусом	1-4 классы	428 С6.1996г.	90	7,630	10,170	9,450	158,000	0,022	1,150	0,003	1,306	5,957	15,412	4,748
	5-11 классы	428 С6.1996г.	100	11,355	13,566	12,415	176,020	0,025	0,970	0,002	1,798	6,379	17,384	4,856
Макаронные изделия отварные с овощами	1-4 классы	205 С6.2011 г.	150	5,28	4,89	33,46	199,490	0,010	0,010	0,010	0,400	8,270	6,890	1,600
	5-11 классы	205 С6.2011 г.	180	6,340	5,870	40,150	239,380	0,012	0,012	0,012	0,480	9,920	8,260	1,920
Сок фруктовый	1-4 классы	293 С6.2008г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000			16,000	18,000	10,000
	5-11 классы	293 С6.2008г.	200	1,000		23,400	94,000	0,020	4,000			16,000	18,000	10,000
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
	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
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
	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
<b>Среда</b>		<b>1-я неделя</b>		<b>Обед</b>										
Винегрет овощной	1-4 классы	60 С6.1996г.	060	1,167	6,193	5,485	79,707	0,035	5,520		2,696	14,130	26,268	12,198
	5-11 классы	60 С6.1996г.	100	1,945	8,321	9,142	132,845	0,058	9,200		4,494	23,550	43,780	20,330
Суп картофельный с горохом	1-4 классы	138 С6.1996г.	250	5,933	5,378	23,215	159,475	0,253	11,625		4,019	32,275	86,875	35,250
	5-11 классы	138 С6.1996г.	250	5,933	5,378	23,215	159,475	0,253	11,625		4,019	32,275	86,875	35,250
Плов из птицы (филе куриное)	1-4 классы	893 С6.1998г.	150	15,415	12,435	34,129	295,147	0,077	1,434	0,019	2,910	22,412	150,786	25,502
	5-11 классы	893 С6.1998г.	200	18,742	15,244	45,518	376,844	0,103	1,940	0,025	3,880	29,964	200,972	34,006
Чай с сахаром	1-4 классы	628 С6.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001			0,346		
	5-11 классы	628 С6.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001			0,346		
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
	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
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
	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
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>500</b>	<b>17,152</b>	<b>15,840</b>	<b>84,086</b>	<b>542,890</b>	<b>0,112</b>	<b>7,160</b>	<b>0,013</b>	<b>2,506</b>	<b>41,627</b>	<b>81,302</b>	<b>27,148</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>560</b>	<b>22,903</b>	<b>20,536</b>	<b>98,540</b>	<b>625,700</b>	<b>0,138</b>	<b>7,982</b>	<b>0,014</b>	<b>3,478</b>	<b>47,349</b>	<b>97,544</b>	<b>31,326</b>
	<b>Обед</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>700</b>	<b>25,337</b>	<b>24,437</b>	<b>94,195</b>	<b>674,796</b>	<b>0,403</b>	<b>18,580</b>	<b>0,019</b>	<b>10,185</b>	<b>77,363</b>	<b>294,329</b>	<b>79,550</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>810</b>	<b>30,753</b>	<b>29,564</b>	<b>117,419</b>	<b>851,231</b>	<b>0,471</b>	<b>22,766</b>	<b>0,025</b>	<b>13,393</b>	<b>98,435</b>	<b>377,227</b>	<b>99,486</b>

\* - 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		
<b>Четверг</b>		<b>1-я неделя</b>		<b>Завтрак</b>											
Огурцы солёные	1-4 классы	24 Сб.1996г.	020	0,560		0,260	3,220					10,000	8,000		
	5-11 классы	24 Сб.1996г.	030	0,840		0,390	4,830					10,000	8,000		
Рыба, тушенная в томате с овощами	1-4 классы	309 Сб. 1996г.	90	8,330	10,229	5,112	92,600	0,056	3,700		1,276	14,540	19,460	39,142	
	5-11 классы	309 Сб.1996г.	100	10,261	12,642	5,112	107,499	0,066	3,700		2,255	14,540	19,460	46,062	
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	
	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	
Компот из свежих яблок	1-4 классы	702 Сб.1997г.	200	0,080		33,552	137,760	0,004	0,720			0,480	2,400	4,000	
	5-11 классы	702 Сб.1997г.	200	0,080		33,552	137,760	0,004	0,720			0,480	2,400	4,000	
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	
	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	
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	
	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	
<b>Четверг</b>		<b>1-я неделя</b>		<b>Обед</b>											
Салат картофельный с огурцами	1-4 классы	37 Сб.2015г.	060	1,276	1,836	7,317	49,219	0,044	7,078		0,813	12,707	28,457	10,584	
	5-11 классы	37 Сб.2015г.	100	2,126	3,060	12,196	82,032	0,073	11,796		1,354	21,177	47,427	17,639	
Борщ с фасолью и картофелем, со сметаной	1-4 классы	110 сб.1996 г.	210	4,100	4,870	12,680	112,560	0,070	5,880	0,180	0,250	47,880	85,680	28,560	
	5-11 классы	110 сб.1996 г.	260	5,000	6,000	16,200	139,360	0,100	8,700	0,230	0,310	59,280	106,000	35,360	
Голубцы ленивые с соусом	1-4 классы	423 Сб.1996г.	090	8,944	10,030	9,974	133,166	0,020	1,160	0,003	1,306	5,792	14,492	4,558	
	5-11 классы	423 Сб.1996г.	100	11,340	13,566	12,404	175,920	0,025	1,020	0,002	2,210	6,539	3,894	4,846	
Каша гречневая вязкая	1-4 классы	171 сб. 1996г.	150	7,700	5,380	26,320	232,580	0,255		0,021		30,390	154,620	0,158	
	5-11 классы	171 сб. 1996г.	180	8,715	6,46	32,561	278,971	0,306		0,025		36,456	185,444	0,189	
Напиток из шиповника	1-4 классы	289 Сб.2008г.	180	0,720		24,273	96,705	0,027	216,000		0,308	12,150	3,600	3,600	
	5-11 классы	289 Сб.2008г.	180	0,720		24,273	96,705	0,027	216,000		0,308	12,150	3,600	3,600	
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	
	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	
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	
	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	
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	<b>1-4 классы</b>		<b>500</b>	<b>14,855</b>	<b>15,106</b>	<b>81,650</b>	<b>470,980</b>	<b>0,259</b>	<b>30,295</b>	<b>0,026</b>	<b>1,980</b>	<b>74,530</b>	<b>156,170</b>	<b>82,547</b>
		<b>5-11 классы</b>		<b>560</b>	<b>18,375</b>	<b>18,538</b>	<b>91,143</b>	<b>539,129</b>	<b>0,311</b>	<b>35,470</b>	<b>0,031</b>	<b>3,267</b>	<b>84,842</b>	<b>182,952</b>	<b>97,678</b>
	<b>Обед</b>	<b>1-4 классы</b>		<b>730</b>	<b>25,362</b>	<b>22,496</b>	<b>96,920</b>	<b>707,430</b>	<b>0,454</b>	<b>230,118</b>	<b>0,204</b>	<b>3,237</b>	<b>117,119</b>	<b>317,249</b>	<b>54,060</b>
		<b>5-11 классы</b>		<b>880</b>	<b>31,834</b>	<b>29,656</b>	<b>122,168</b>	<b>897,788</b>	<b>0,588</b>	<b>237,516</b>	<b>0,257</b>	<b>5,182</b>	<b>147,902</b>	<b>391,965</b>	<b>71,534</b>

\* - действует с 01 марта

**Щипичное 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			
<b>Пятница</b>		<b>1-я неделя</b>		<b>Завтрак</b>												
Фрукты	1-4 классы	24 сб.1996г.	150	0,600		14,700	60,000									
	5-11 классы	24 сб.1996г.	150	0,600		14,700	60,000									
Каша рисовая молочная жидкая с маслом,сахаром	1-4 классы	114 Сб.2008г.	160	11,586	14,844	29,730	259,000	0,019		0,020	0,293	6,919	23,407	5,001		
	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		
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		
	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		
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		
	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		
<b>Пятница</b>		<b>1-я неделя</b>		<b>Обед</b>												
Салат из белокочанной капусты /Салат из огурцов*	1-4 классы	62 Сб.1997г.	060	0,929	3,003	5,968	53,564	0,032	23,950		1,298	24,878	17,963	9,848		
	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		
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		
	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		
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		
	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		
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		
	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		
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		
	5-11 классы	283 Сб.2008г.	180	0,878		32,139	126,104	0,005	0,549			30,740	21,137	16,470		
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		
	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		
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		
	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		
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>		<b>1-4 классы</b>		<b>537</b>	<b>15,59</b>	<b>15,29</b>	<b>78,95</b>	<b>471,31</b>	<b>0,08</b>	<b>2,80</b>	<b>0,02</b>	<b>1,29</b>	<b>20,03</b>	<b>57,75</b>	<b>19,04</b>
			<b>5-11 классы</b>		<b>597</b>	<b>17,55</b>	<b>18,13</b>	<b>92,37</b>	<b>528,79</b>	<b>0,10</b>	<b>2,80</b>	<b>0,02</b>	<b>1,60</b>	<b>24,40</b>	<b>73,33</b>	<b>23,96</b>
	<b>Обед</b>		<b>1-4 классы</b>		<b>730</b>	<b>22,040</b>	<b>28,955</b>	<b>108,078</b>	<b>799,445</b>	<b>0,381</b>	<b>73,934</b>	<b>0,009</b>	<b>9,722</b>	<b>114,262</b>	<b>237,217</b>	<b>98,205</b>
			<b>5-11 классы</b>		<b>880</b>	<b>26,451</b>	<b>35,076</b>	<b>134,282</b>	<b>990,526</b>	<b>0,483</b>	<b>100,019</b>	<b>0,008</b>	<b>12,917</b>	<b>142,787</b>	<b>296,770</b>	<b>120,738</b>

\* - действует с 01 марта

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

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	
<b>Понедельник</b>		<b>2-я неделя</b>		<b>Завтрак</b>										
Кондитерские изделия	1-4 классы	29 С6.1997г.	025	0,800	7,550	15,070	131,500							
	5-11 классы	29 С6.1997г.	025	0,800	7,550	15,070	131,500							
Каша молочная жидкая -Дружба- с маслом, сахаром	1-4 классы	102 С6.2008г.	220	8,291	6,584	24,037	215,300	0,081		0,040	0,680	9,270	42,180	14,560
	5-11 классы	102 С6.2008г.	260	10,598	7,324	31,238	240,936	0,097		0,040	0,769	10,603	50,216	17,412
Какао	1-4 классы	762С6.1997г.	200	2,700	2,930	22,840	125,166	0,030	1,000	0,020	0,090	0,300	91,000	14,000
	5-11 классы	762С6.1997г.	200	2,700	2,930	22,840	125,166	0,030	1,000	0,020	0,090	0,300	91,000	14,000
Бутерброды с повидлом	1-4 классы	2 С6.1997г.	25/40	3,260	0,400	27,085	156,150	0,063	0,125			13,500	35,050	14,950
	5-11 классы	2 С6.1997г.	25/50	4,050	0,500	32,275	179,750	0,078	0,125			16,000	43,250	18,250
<b>Понедельник</b>		<b>2-я неделя</b>		<b>Обед</b>										
Салат из свеклы отварной с огурцами солеными	1-4 классы	55 С6. 2015г.	060	1,400	3,100	4,500	50,900	0,020	5,880	0,000	0,000	22,000	27,000	13,000
	5-11 классы	55 С6. 2015г.	100	2,300	5,160	7,500	84,800	0,030	9,800	0,000	0,000	36,600	45,000	22,000
Суп картофельный с макаронными изделиями	1-4 классы	139 С6.1996г.	200	2,272	2,138	19,156	100,420	0,094	13,200		1,074	14,000	50,800	19,240
	5-11 классы	139 С6.1996г.	250	2,840	2,673	23,945	125,525	0,118	16,500		1,343	17,500	63,500	24,050
Тефтели с соусом	1-4 классы	423 С6.1996г.	090	6,802	7,114	9,623	121,904	0,022	2,460		2,146	8,822	20,641	5,957
	5-11 классы	423 С6.1996г.	100	7,201	9,414	11,784	158,764	0,027	2,820		2,554	10,677	25,617	6,746
Пюре из гороха	1-4 классы	270 С6.1996г.	150	16,131	4,924	40,245	260,29	0,629		0,021		63,42	158,888	61,617
	5-11 классы	270 С6.1996г.	180	17,358	8,908	48,015	312,349	0,755		0,025		76,103	190,671	73,942
Чай с сахаром	1-4 классы	628 С6.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001			0,346		
	5-11 классы	628 С6.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001			0,346		
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
	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
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
	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
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>510</b>	<b>15,05</b>	<b>17,46</b>	<b>89,03</b>	<b>628,12</b>	<b>0,17</b>	<b>1,13</b>	<b>0,06</b>	<b>0,77</b>	<b>23,07</b>	<b>168,23</b>	<b>43,51</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>560</b>	<b>18,148</b>	<b>18,304</b>	<b>104,423</b>	<b>677,352</b>	<b>0,205</b>	<b>1,125</b>	<b>0,060</b>	<b>0,859</b>	<b>26,903</b>	<b>184,466</b>	<b>49,662</b>
	<b>Обед</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>740</b>	<b>29,427</b>	<b>17,707</b>	<b>104,890</b>	<b>673,977</b>	<b>0,929</b>	<b>21,541</b>	<b>0,021</b>	<b>3,780</b>	<b>116,786</b>	<b>287,729</b>	<b>106,414</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>890</b>	<b>33,832</b>	<b>26,776</b>	<b>130,788</b>	<b>863,505</b>	<b>0,987</b>	<b>29,121</b>	<b>0,025</b>	<b>4,897</b>	<b>153,526</b>	<b>370,388</b>	<b>136,638</b>

\* - действует с 01 марта

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

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	
<b>Вторник</b>		<b>2-я неделя</b>		<b>Завтрак</b>										
Свекла вареная (порционно)	1-4 классы	24 С6.1996г.	020	0,336	0,036	1,800	9,000	0,010	4,500	0,240		2,800	5,200	4,000
	5-11 классы	24 С6.1996г.	030	0,504	0,045	2,700	13,500	0,015	6,750	0,360		4,200	7,800	6,000
Голубцы ленивые с соусом	1-4 классы	423 С6.1996г.	090	8,944	10,030	9,974	133,166	0,020	1,160	0,003	1,306	5,792	14,492	4,558
	5-11 классы	423 С6.1996г.	100	11,340	13,566	12,404	175,920	0,025	1,020	0,002	2,210	6,539	3,894	4,846
Каша гречневая рассыпчатая	1-4 классы	463 С6.1996г.	150	7,716	5,384	26,323	232,585	0,255		0,021	4,160	30,396	154,621	0,158
	5-11 классы	463 С6.1996г.	180	8,715	6,460	32,561	278,971	0,306		0,025	4,989	36,456	185,444	0,189
Компот из свежих яблок	1-4 классы	702 С6.1997г.	200	0,080		33,552	127,760	0,004	0,720			0,480	2,400	4,000
	5-11 классы	702 С6.1997г.	200	0,080		33,552	127,760	0,004	0,720			0,480	2,400	4,000
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
	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
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
	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
<b>Вторник</b>		<b>2-я неделя</b>		<b>Обед</b>										
Винегрет овощной	1-4 классы	60 С6.1996г.	060	1,167	6,193	5,485	79,707	0,035	5,520		2,696	14,130	26,268	12,198
	5-11 классы	60 С6.1996г.	100	1,945	8,321	9,142	132,845	0,058	9,200		4,494	23,550	43,780	20,330
Суп крестьянский с крупой	1-4 классы	132 С6.1996г.	200	2,140	2,240	13,710	122,200	0,090	6,600		1,550	20,880	66,120	22,800
	5-11 классы	132 С6.1996г.	250	3,893	4,406	13,113	152,750	0,110	8,250		1,937	26,100	82,650	28,500
Крокеты с соусом	1-4 классы	202 С6.2008г.	090	10,802	10,114	13,843	163,904	0,022	2,460	0,003	1,306	8,822	20,641	5,957
	5-11 классы	202 С6.2008г.	100	13,301	12,414	15,784	200,764	0,027	2,820	0,002	1,798	10,677	25,617	6,746
Макаронные изделия отварные	1-4 классы	469 С6.1996г.	150	5,365	4,265	37,247	203,790	0,087		0,021	1,193	10,427	45,359	8,306
	5-11 классы	469 С6.1996г.	180	6,437	5,117	46,011	244,528	0,105		0,025	1,431	12,512	54,426	9,967
Чай с лимоном	1-4 классы	629 с6.1996г.	187	0,243	0,046	13,761	53,710	0,003	2,801			3,111	1,540	0,840
	5-11 классы	629 с6.1996г.	187	0,243	0,046	13,761	53,710	0,003	2,801			3,111	1,540	0,840
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
	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
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
	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
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>500</b>	<b>19,698</b>	<b>15,830</b>	<b>88,005</b>	<b>585,711</b>	<b>0,327</b>	<b>6,380</b>	<b>0,264</b>	<b>6,026</b>	<b>47,668</b>	<b>207,113</b>	<b>19,316</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>560</b>	<b>23,917</b>	<b>20,571</b>	<b>101,662</b>	<b>700,151</b>	<b>0,398</b>	<b>8,490</b>	<b>0,387</b>	<b>8,039</b>	<b>57,925</b>	<b>237,538</b>	<b>23,285</b>
	<b>Обед</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>727</b>	<b>22,339</b>	<b>23,238</b>	<b>100,402</b>	<b>706,511</b>	<b>0,275</b>	<b>17,381</b>	<b>0,024</b>	<b>7,305</b>	<b>65,570</b>	<b>190,328</b>	<b>56,701</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>877</b>	<b>29,752</b>	<b>30,874</b>	<b>122,345</b>	<b>909,397</b>	<b>0,360</b>	<b>23,071</b>	<b>0,027</b>	<b>10,660</b>	<b>88,250</b>	<b>253,613</b>	<b>76,283</b>

\* - действует с 01 марта



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

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	
<b>Среда</b>		<b>2-я неделя</b>		<b>Завтрак</b>										
Йогурт	1-4 классы	ТУ 10.51.56-045-18255315-2017	100	5,000	1,500	3,500	51,000	0,030	0,600	0,010		124,000	95,000	15,000
	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
Оладьи с молоком сгущенным	1-4 классы	682 Сб.1996г.	200	10,690	14,398	64,563	430,594	0,216	1,238	0,044	3,922	216,692	238,287	40,677
	5-11 классы	682 Сб.1996г.	250	14,655	17,904	81,148	564,348	0,273	1,520	0,054	5,025	256,679	290,726	49,870
Чай с сахаром	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001			0,346		
	5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001			0,346		
<b>Среда</b>		<b>2-я неделя</b>		<b>Обед</b>										
Салат из белокочанной капусты /Салат из огурцов*	1-4 классы	62 Сб.1997г.	060	0,929	3,003	5,968	53,564	0,032	23,950		1,298	24,878	17,963	9,848
	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
Суп картофельный с бобовыми (фасолью)	1-4 классы	102 сб.2015 г.	200	5,100	3,600	14,800	112,800	0,128	9,300	0,168	0,240	40,000	111,200	30,400
	5-11 классы	102 сб.2015 г.	250	6,400	4,500	18,600	141,000	0,160	11,620	0,210	0,300	50,000	139,000	38,000
Биточки с соусом	1-4 классы	423 Сб.1996г.	90	10,843	10,030	9,974	133,166	0,020	1,160	0,003	1,306	5,792	14,492	4,558
	5-11 классы	423 Сб.1996г.	100	12,665	13,566	12,404	175,920	0,025	1,020	0,002	2,210	6,539	3,894	4,846
Рис припущенный с овощами	1-4 классы	690 сб.2011 г.	150	4,400	4,600	31,500	255,180	0,040	0,600	0,000	0,000	8,600	0,000	0,900
	5-11 классы	690 сб.2011 г.	180	5,600	5,800	40,200	306,210	0,050	0,900	0,000	0,000	11,560	0,000	1,100
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
	5-11 классы	283 Сб.2008г.	180	0,878		32,139	126,104	0,005	0,549			30,740	21,137	16,470
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
	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
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
	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
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>500</b>	<b>15,890</b>	<b>16,633</b>	<b>30,742</b>	<b>538,861</b>	<b>0,180</b>	<b>34,410</b>	<b>0,171</b>	<b>2,844</b>	<b>70,670</b>	<b>143,655</b>	<b>44,806</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>550</b>	<b>19,855</b>	<b>24,371</b>	<b>99,658</b>	<b>672,615</b>	<b>0,303</b>	<b>2,121</b>	<b>0,064</b>	<b>5,025</b>	<b>381,025</b>	<b>385,726</b>	<b>64,870</b>
	<b>Обед</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>720</b>	<b>24,772</b>	<b>21,613</b>	<b>110,737</b>	<b>764,014</b>	<b>0,263</b>	<b>35,559</b>	<b>0,171</b>	<b>3,404</b>	<b>118,210</b>	<b>195,192</b>	<b>68,776</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>870</b>	<b>31,026</b>	<b>29,441</b>	<b>137,828</b>	<b>963,326</b>	<b>0,350</b>	<b>54,039</b>	<b>0,212</b>	<b>5,673</b>	<b>152,633</b>	<b>239,590</b>	<b>86,740</b>

\* - действует с 01 марта

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

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	
<b>Четверг</b>		<b>2-я неделя</b>		<b>Завтрак</b>										
Огурцы солёные	1-4 классы	24 С6.1996г.	040	1,120		0,520	6,440					10,000	8,000	
	5-11 классы	24 С6.1996г.	040	1,120		0,520	6,440					10,000	8,000	
Плов из говядины	1-4 классы	193 С6.2008г.	200	14,671	16,213	40,528	362,073	0,106	2,697		2,849	33,235	68,123	21,137
	5-11 классы	193 С6.2008г.	250	17,996	17,934	54,034	433,536	0,126	3,595		3,650	41,941	90,771	27,628
Чай с сахаром	1-4 классы	628 С6.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001			0,346		
	5-11 классы	628 С6.1996г.	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001			0,346		
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
	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
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
	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
<b>Четверг</b>		<b>2-я неделя</b>		<b>Обед</b>										
Салат из моркови и яблок/Салат из помидоров*	1-4 классы	11 С6.2008г.	060	0,512	6,031	8,678	93,000	0,024	2,154		2,751	18,702	21,210	15,708
	5-11 классы	11 С6.2008г.	100	0,853	7,750	14,464	149,000	0,040	3,590		4,584	31,170	35,350	26,180
Борщ с капустой и картофелем, со сметаной	1-4 классы	110 С6.1996г.	210	3,833	5,522	11,708	96,080	0,048	16,830	0,006	1,819	37,900	45,972	27,120
	5-11 классы	110 С6.1996г.	260	4,217	6,528	14,562	117,200	0,060	21,025	0,006	2,270	45,125	55,915	33,650
Котлеты рыбные любительские с соусом	1-4 классы	162 С6.2008г.	90	9,080	5,499	9,271	167,800	0,057	1,845	0,022	1,717	14,986	29,764	31,461
	5-11 классы	162 С6.2008г.	100	10,384	7,516	12,206	186,400	0,078	2,295	0,03	2,39	20,153	40,117	43,305
Картофельное пюре	1-4 классы	472 С6.1996г.	150	3,263	4,497	26,370	154,200	0,161	25,875	0,026	0,144	41,310	95,910	32,805
	5-11 классы	472 С6.1996г.	180	3,916	5,396	31,644	185,040	0,193	31,050	0,031	0,172	49,572	115,092	39,366
Сок фруктовый	1-4 классы	293 С6.2008г.	180	0,900		21,060	84,600	0,018	3,600			14,400	16,200	9,000
	5-11 классы	293 С6.2008г.	180	0,900		21,060	84,600	0,018	3,600			14,400	16,200	9,000
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
	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
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
	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
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>500</b>	<b>19,924</b>	<b>16,834</b>	<b>80,592</b>	<b>550,580</b>	<b>0,163</b>	<b>0,000</b>	<b>3,849</b>	<b>55,881</b>	<b>121,723</b>	<b>31,037</b>	
		<b>5-11 классы</b>	<b>550</b>	<b>23,249</b>	<b>18,555</b>	<b>94,098</b>	<b>622,043</b>	<b>0,183</b>	<b>3,596</b>	<b>0,000</b>	<b>4,650</b>	<b>64,587</b>	<b>144,371</b>	<b>37,528</b>
	<b>Обед</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>730</b>	<b>20,210</b>	<b>21,929</b>	<b>93,443</b>	<b>678,880</b>	<b>0,346</b>	<b>50,304</b>	<b>0,054</b>	<b>6,991</b>	<b>135,498</b>	<b>239,456</b>	<b>122,694</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>880</b>	<b>24,203</b>	<b>27,760</b>	<b>118,470</b>	<b>847,040</b>	<b>0,446</b>	<b>61,560</b>	<b>0,067</b>	<b>10,416</b>	<b>172,720</b>	<b>308,274</b>	<b>161,401</b>

\* - действует с 01 марта

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

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	
<b>Пятница</b>		<b>2-я неделя</b>		<b>Завтрак</b>										
Икра кабачковая(порционно)	1-4 классы	31 С6.1997г.	020	0,400	1,800	1,720	24,400	0,004	1,400			8,200	13,400	7,000
	5-11 классы	31 С6.1997г.	030	0,600	2,700	2,580	36,600	0,006	2,100			12,300	20,100	10,500
Стейк (Шницель) из курицы с соусом	1-4 классы	520 С6.1997г.	090	11,648	8,565	2,097	169,992	0,006	0,960	0,003	1,306	2,764	5,192	2,472
	5-11 классы	520 С6.1997г.	100	12,895	9,188	5,094	207,500	0,004	0,720	0,002	1,798	2,073	3,894	1,854
Макаронные изделия отварные	1-4 классы	205 С6. 2011 г.	150	5,28	4,89	33,46	199,490	0,010	0,010	0,010	0,400	8,270	6,890	1,600
	5-11 классы	205 С6. 2011 г.	180	6,340	5,870	40,150	239,380	0,012	0,012	0,012	0,480	9,920	8,260	1,920
Компот из кураги	1-4 классы	507 с6. 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
	5-11 классы	507 с6. 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
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
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	025	1,900	0,225	12,425	56,500	0,028			0,420	5,000	16,250	3,500
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
	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
<b>Пятница</b>		<b>2-я неделя</b>		<b>Обед</b>										
Салат картофельный с зеленым горошком	1-4 классы	31 С6.2008г.	060	4,901	6,956	7,733	97,236	0,059	8,160	0,021	2,794	9,948	39,036	13,884
	5-11 классы	31 С6.2008г.	100	3,106	11,594	12,888	162,060	0,098	13,600	0,035		16,580	65,060	23,140
Суп с клецками со сметаной	1-4 классы	107 с6. 2015 г.	200	4,620	3,340	11,400	94,000	0,048	3,680	102,000	0,000	10,400	36,000	12,800
	5-11 классы	107 с6. 2015 г.	250	5,800	4,170	14,250	117,500	0,060	4,600	127,750	0,000	13,000	45,000	16,000
Палочки с крупой с соусом	1-4 классы	428 С6.1996г.	90	7,630	10,170	9,450	158,000	0,022	1,150	0,003	1,306	5,957	15,412	4,748
	5-11 классы	428 С6.1996г.	100	11,355	13,566	12,415	176,020	0,025	0,970	0,002	1,798	6,379	17,384	4,856
Каша гречневая рассыпчатая	1-4 классы	463 С6.1996г.	150	7,716	5,384	26,323	232,585	0,255		0,021	4,160	30,396	154,621	0,158
	5-11 классы	463 С6.1996г.	180	8,715	6,460	32,561	278,971	0,306		0,025	4,989	36,456	185,444	0,189
Компот из свежих яблок	1-4 классы	702 С6.1997г.	200	0,080		33,552	127,760	0,004	0,720			0,480	2,400	4,000
	5-11 классы	702 С6.1997г.	200	0,080		33,552	127,760	0,004	0,720			0,480	2,400	4,000
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
	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
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
	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
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>500</b>	<b>20,990</b>	<b>15,635</b>	<b>84,593</b>	<b>600,082</b>	<b>0,078</b>	<b>2,380</b>	<b>0,013</b>	<b>2,266</b>	<b>59,834</b>	<b>85,082</b>	<b>38,672</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>560</b>	<b>24,153</b>	<b>18,233</b>	<b>99,229</b>	<b>710,480</b>	<b>0,090</b>	<b>2,842</b>	<b>0,014</b>	<b>3,118</b>	<b>66,943</b>	<b>99,454</b>	<b>43,524</b>
	<b>Обед</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>740</b>	<b>27,569</b>	<b>26,230</b>	<b>104,814</b>	<b>792,781</b>	<b>0,426</b>	<b>13,710</b>	<b>102,045</b>	<b>8,820</b>	<b>65,381</b>	<b>277,869</b>	<b>42,190</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>890</b>	<b>32,989</b>	<b>36,360</b>	<b>130,200</b>	<b>987,111</b>	<b>0,550</b>	<b>19,890</b>	<b>127,812</b>	<b>7,787</b>	<b>85,195</b>	<b>360,888</b>	<b>58,085</b>
<b>ИТОГО за 10 дней:</b>	<b>Завтрак</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>5143</b>	<b>176,862</b>	<b>162,018</b>	<b>767,943</b>	<b>5467,082</b>	<b>2,029</b>	<b>92,962</b>	<b>0,767</b>	<b>26,797</b>	<b>908,083</b>	<b>1623,679</b>	<b>400,473</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>5713</b>	<b>212,134</b>	<b>194,838</b>	<b>955,327</b>	<b>6344,436</b>	<b>2,556</b>	<b>73,618</b>	<b>0,802</b>	<b>37,614</b>	<b>1342,778</b>	<b>2111,175</b>	<b>486,356</b>
	<b>Обед</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>7237</b>	<b>238,910</b>	<b>232,983</b>	<b>994,407</b>	<b>7140,948</b>	<b>3,959</b>	<b>526,427</b>	<b>102,595</b>	<b>64,306</b>	<b>988,133</b>	<b>2475,893</b>	<b>767,536</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>8697</b>	<b>295,627</b>	<b>306,644</b>	<b>1239,811</b>	<b>8999,822</b>	<b>4,880</b>	<b>632,897</b>	<b>128,493</b>	<b>86,305</b>	<b>1270,574</b>	<b>3161,352</b>	<b>991,419</b>

\* - 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
		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
	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
		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

мг)
<b>Железо</b>
0,084
0,126
36,970
27,818
2,990
3,58
0,053
0,053
0,180
0,225
0,400
0,500
7,980
11,310
0,710
0,887
36,970
27,818
0,900
1,100
0,151
0,151
0,180
0,270
0,400
0,600
<b>40,677</b>
<b>32,302</b>
<b>47,291</b>
<b>42,136</b>

мг)

**Железо**

0,220

0,220

1,366

1,810

0,600

0,600

0,050

0,050

0,600

0,750

7,980

11,310

19,102

23,875

2,700

3,450

0,700

0,700

0,180

0,270

0,400

0,600

**2,8360**

**3,4300**

**31,062**

**40,205**

мг)

**Железо**

0,140
0,210
36,981
27,818
0,060
0,072
0,400
0,400
0,180
0,225
0,400
0,500

0,490
0,816
1,945
1,945
1,556
2,076
0,053
0,053
0,180
0,270
0,400
0,600

<b>38,161</b>
<b>29,225</b>
<b>4,624</b>
<b>5,760</b>

мг)
<b>Железо</b>
0,480
0,480
92,485
92,582
1,390
1,668
0,152
0,152
0,180
0,225
0,400
0,500
0,533
0,888
1,420
1,770
36,970
27,818
2,990
3,58
5,081
5,081
0,180
0,270
0,400
0,600
<b>95,087</b>
<b>95,607</b>
<b>47,574</b>
<b>40,007</b>



мг)
<b>Железо</b>
0,452
0,594
0,090
0,090
0,600
0,750
0,489
0,816
0,808
1,007
36,838
27,628
1,622
1,946
4,158
4,158
0,180
0,270
0,400
0,600
<b>1,14</b>
<b>1,43</b>
<b>44,495</b>
<b>36,425</b>

мг)
<b>Железо</b>
1,105
1,316
0,045
0,045
1,050
1,200
0,800
1,300
0,710
0,887
37,071
27,956
4,899
5,879
0,053
0,053
0,180
0,270
0,400
0,600
2,20
2,561
44,113
36,945

мг)
<b>Железо</b>
0,180
0,270
36,970
27,818
2,985
3,580
0,152
0,152
0,180
0,225
0,400
0,500
0,490
0,816
1,040
1,300
37,071
27,956
0,622
0,746
0,090
0,090
0,180
0,270
0,400
0,600
<b>40,867</b>
<b>32,545</b>
<b>39,893</b>
<b>31,778</b>

мг)

**Железо**

0,100

0,100

2,361

3,021

0,053

0,053

0,489

0,816

1,520

1,900

36,970

27,818

0,900

1,100

4,158

4,158

0,180

0,270

0,400

0,600

**38,979**

**3,174**

**44,617**

**36,662**

мг)
<b>Железо</b>
0,480
0,480
3,101
3,449
0,053
0,053
0,270
0,270
0,600
0,600
0,085
0,142
56,044
70,053
28,195
28,422
1,390
1,668
0,360
0,360
0,180
0,270
0,400
0,600
<b>4,504</b>
<b>4,852</b>
<b>86,654</b>
<b>101,515</b>

мг)

**Железо**

1,400
2,100
36,838
27,628
0,060
0,072
0,700
0,700
0,180
0,225
0,400
0,500

0,576
0,960
0,540
0,670
36,981
27,818
2,985
3,580
0,152
0,152
0,180
0,270
0,400
0,600
<b>39,578</b>
<b>31,225</b>
<b>41,814</b>
<b>34,050</b>

<b>304,031</b>
<b>236,355</b>
<b>432,137</b>
<b>405,483</b>

30,400
23,600
43,200
40,500