

СОГЛАСОВАНО:

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



Согласовано:  
Председатель родитель-  
ского комитета

Кат. Жолтыкова А.Т.

31.08.2020г.

УТВЕРЖДАЮ:

Генеральный директор  
АО «Комбинат питания»  
С.В. Ивашин

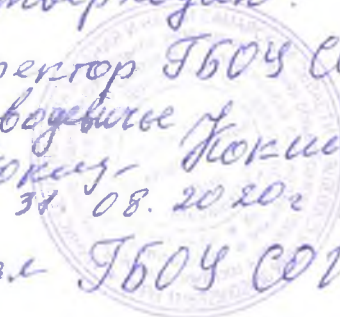


Примерное циклическое меню  
для организации питания  
в ГБОУ СОШ и ГБОУ ООШ

с. Новодёвичье (Лувской филиал ГБОУ СОШ с. Новодёвичье)  
Осенне-зимнее (весеннее - \*)

Утверждаю:

Директор ГБОУ СОШ  
с. Новодёвичье Жолтыкова Т.А.  
31.08.2020г.



**Циклическое меню**

| Наименование блюда                                     |             | № тех           | Масса     | Пищевая ценность |        |          | Эн. ценность (ккал) | Витамины (мг) |        |       |        | Минеральные вещества (мг) |         |        |        |
|--------------------------------------------------------|-------------|-----------------|-----------|------------------|--------|----------|---------------------|---------------|--------|-------|--------|---------------------------|---------|--------|--------|
|                                                        |             |                 |           | Белки            | Жиры   | Углеводы |                     | В             | С      | А     | Е      | Кальций                   | Фосфор  | Магний | Железо |
| Понедельник                                            |             | 1-я неделя      |           | Завтрак          |        |          |                     |               |        |       |        |                           |         |        |        |
| Салат из белокочанной капусты*/Салат из свежих огурцов | 1-4 классы  | 62 С6.1997г.    | 060       | 0,929            | 3,003  | 5,968    | 53,564              | 0,032         | 23,95  |       | 1,298  | 24,878                    | 17,963  | 9,848  | 0,489  |
|                                                        | 5-11 классы | 62 С6.1997г.    | 100       | 1,55             | 5,005  | 9,951    | 89,292              | 0,053         | 39,95  |       | 2,163  | 41,494                    | 29,959  | 16,424 | 0,816  |
| Сосиски отварные                                       | 1-4 классы  | 393 С6.1997г.   | 050(1шт)  | 5,2              | 6,6    | 0,15     | 85,5                |               |        |       |        | 14,5                      | 80,5    | 10     | 0,85   |
|                                                        | 5-11 классы | 393 С6.1997г.   | 100(2 шт) | 10,4             | 13,2   | 0,3      | 171                 |               |        |       |        | 29                        | 161     | 20     | 1,7    |
| Макаронные изделия отварные                            | 1-4 классы  | 469 С6.1996г.   | 150       | 5,365            | 4,265  | 38,347   | 203,79              | 0,087         |        | 0,021 | 1,193  | 10,427                    | 45,359  | 8,306  | 0,622  |
|                                                        | 5-11 классы | 469 С6.1996г.   | 180       | 6,437            | 5,117  | 46,011   | 244,528             | 0,105         |        | 0,025 | 1,431  | 12,512                    | 54,426  | 9,967  | 0,746  |
| Чай с сахаром                                          | 1-4 классы  | 628 С6.1996г.   | 200       | 0,2              | 0,051  | 15,01    | 57,267              |               | 0,001  |       |        | 0,346                     |         |        | 0,053  |
|                                                        | 5-11 классы | 628 С6.1996г.   | 200       | 0,2              | 0,051  | 15,01    | 57,267              |               | 0,001  |       |        | 0,346                     |         |        | 0,053  |
| Хлеб                                                   | 1-4 классы  | ГОСТ 31805-2012 | 040       | 3,04             | 0,24   | 20,92    | 93,2                | 0,044         |        |       | 0,672  | 8                         | 26      | 5,6    | 0,36   |
|                                                        | 5-11 классы | ГОСТ 31805-2012 | 050       | 3,8              | 0,3    | 26,15    | 116,5               | 0,055         |        |       | 0,84   | 10                        | 32,5    | 7      | 0,45   |
| Понедельник                                            |             | 1-я неделя      |           | Обед             |        |          |                     |               |        |       |        |                           |         |        |        |
| Икра кабачковая(порционно)                             | 1-4 классы  | 31 С6.1997г.    | 020       | 0,4              | 1,8    | 1,72     | 24,4                | 0,004         | 1,4    |       |        | 8,2                       | 13,4    | 7      | 1,4    |
|                                                        | 5-11 классы | 31 С6.1997г.    | 030       | 0,6              | 2,7    | 2,58     | 36,6                | 0,006         | 2,1    |       |        | 12,3                      | 20,1    | 10,5   | 2,1    |
| Суп картофельный с горохом с мясом                     | 1-4 классы  | 138 С6.1998г.   | 10/200    | 5,446            | 6,102  | 18,572   | 147,58              | 0,209         | 9,3    |       | 3,215  | 26,82                     | 90,5    | 30,5   | 1,836  |
|                                                        | 5-11 классы | 138 С6.1998г.   | 10/250    | 6,633            | 7,178  | 23,215   | 179,475             | 0,26          | 11,625 |       | 4,018  | 33,275                    | 107,875 | 37,55  | 2,225  |
| Мясо тушеное                                           | 1-4 классы  | 191 С6.2008г.   | 080       | 12,918           | 4,84   | 2,072    | 168,8               | 0,046         | 1,488  |       | 2,089  | 9,336                     | 6,647   | 4,434  | 53,295 |
|                                                        | 5-11 классы | 191 С6.2008г.   | 100       | 16,147           | 6,05   | 2,59     | 211                 | 0,058         | 1,86   |       | 2,611  | 11,67                     | 8,308   | 5,543  | 66,619 |
| Каша гречневая рассыпчатая                             | 1-4 классы  | 463 С6.1996г.   | 150       | 7,718            | 5,384  | 41,323   | 232,585             | 0,255         |        | 0,021 | 4,16   | 30,396                    | 154,621 | 0,158  | 2,985  |
|                                                        | 5-11 классы | 463 С6.1996г.   | 180       | 9,255            | 6,46   | 49,561   | 278,971             | 0,306         |        | 0,025 | 4,989  | 36,456                    | 185,444 | 0,189  | 3,58   |
| Компот из сухофруктов**                                | 1-4 классы  | 283 С6.2008г.   | 200       | 0,976            |        | 35,71    | 140,115             | 0,006         | 0,61   |       |        | 34,155                    | 23,485  | 18,3   | 4,62   |
|                                                        | 5-11 классы | 283 С6.2008г.   | 200       | 0,976            |        | 35,71    | 140,115             | 0,006         | 0,61   |       |        | 34,155                    | 23,485  | 18,3   | 4,62   |
| Хлеб                                                   | 1-4 классы  | ГОСТ 31805-2012 | 040       | 3,04             | 0,24   | 20,92    | 93,2                | 0,044         |        |       | 0,672  | 8                         | 26      | 5,6    | 0,36   |
|                                                        | 5-11 классы | ГОСТ 31805-2012 | 060       | 4,56             | 0,36   | 31,38    | 139,8               | 0,066         |        |       | 1,008  | 12                        | 39      | 8,4    | 0,54   |
| ИТОГО:                                                 | Завтрак     | 1-4 классы      |           | 14,734           | 15,169 | 80,385   | 493,321             | 0,163         | 23,951 | 0,021 | 3,163  | 58,151                    | 169,822 | 33,754 | 2,374  |
|                                                        |             | 5-11 классы     |           | 22,387           | 23,673 | 97,422   | 678,587             | 0,213         | 39,951 | 0,025 | 4,434  | 93,362                    | 277,885 | 53,391 | 3,765  |
|                                                        | Обед        | 1-4 классы      |           | 28,150           | 23,366 | 120,317  | 806,68              | 0,564         | 12,798 | 0,021 | 10,136 | 116,907                   | 314,653 | 66,992 | 64,496 |
|                                                        |             | 5-11 классы     |           | 32,076           | 27,748 | 139,036  | 985,961             | 0,702         | 16,195 | 0,025 | 12,627 | 139,856                   | 384,212 | 80,482 | 79,684 |

\* - действует с 01 марта

\*\* - витаминизация блюд проводится под контролем медицинского работника (при его отсутствии иным ответственным лицом) (п.9.4. СанПиН 2.4.5.2409-08)

**Циклическое меню**

| Наименование блюда                               |             | № тех           | Масса  | Пищевая ценность |        |          | Эн. ценность (ккал) | Витамины (мг) |        |       |        | Минеральные вещества (мг) |         |         |        |
|--------------------------------------------------|-------------|-----------------|--------|------------------|--------|----------|---------------------|---------------|--------|-------|--------|---------------------------|---------|---------|--------|
|                                                  |             |                 |        | Белки            | Жиры   | Углеводы |                     | В             | С      | А     | Е      | Кальций                   | Фосфор  | Магний  | Железо |
| Вторник                                          |             | 1-я неделя      |        | Завтрак          |        |          |                     |               |        |       |        |                           |         |         |        |
| Кукуруза консервированная                        | 1-4 классы  | 24 СБ.1996г.    | 020    | 2,06             | 0,98   | 13,5     | 67,68               | 0,08          |        |       |        | 9,2                       |         |         | 0,084  |
|                                                  | 5-11 классы | 24 СБ.1996г.    | 030    | 3,09             | 1,47   | 20,25    | 101,52              | 0,12          |        |       |        | 13,8                      |         |         | 0,126  |
| Щицель куриный с соусом                          | 1-4 классы  | 520 СБ.1997г.   | 060    | 10,761           | 9,751  | 1,944    | 197,837             | 0,053         | 0,72   | 0,03  | 1,504  | 9,073                     | 150,894 | 19,354  | 28,678 |
|                                                  | 5-11 классы | 520 СБ.1997г.   | 100    | 13,761           | 12,749 | 1,944    | 176,826             | 0,067         | 0,72   | 0,038 | 2,068  | 11,073                    | 192,894 | 24,354  | 28,978 |
| Рис отварной                                     | 1-4 классы  | 465 СБ.1996г.   | 160    | 3,868            | 5,218  | 41,803   | 219,038             | 0,044         |        | 0,027 | 0,402  | 14,58                     | 53,73   | 11,543  | 0,986  |
|                                                  | 5-11 классы | 465 СБ.1996г.   | 180    | 4,641            | 6,261  | 50,163   | 262,846             | 0,053         |        | 0,032 | 0,482  | 17,496                    | 64,476  | 13,851  | 1,183  |
| Напиток из шиповника                             | 1-4 классы  | 289 СБ.2008г.   | 200    | 0,8              |        | 26,97    | 107,45              | 0,03          | 240    |       | 0,342  | 13,5                      | 4       | 4       | 5,645  |
|                                                  | 5-11 классы | 289 СБ.2008г.   | 200    | 0,8              |        | 26,97    | 107,45              | 0,03          | 240    |       | 0,342  | 13,5                      | 4       | 4       | 5,645  |
| Хлеб                                             | 1-4 классы  | ГОСТ 31805-2012 | 040    | 3,04             | 0,24   | 20,92    | 93,2                | 0,044         |        |       | 0,672  | 8                         | 26      | 5,6     | 0,36   |
|                                                  | 5-11 классы | ГОСТ 31805-2012 | 050    | 3,8              | 0,3    | 26,15    | 116,5               | 0,055         |        |       | 0,84   | 10                        | 32,5    | 7       | 0,45   |
| Вторник                                          |             | 1-я неделя      |        | Обед             |        |          |                     |               |        |       |        |                           |         |         |        |
| Салат витаминный* Помидоры порционные            | 1-4 классы  | 2 СБ.2008г.     | 060    | 0,659            | 6,01   | 8,262    | 88,218              | 0,025         | 12,996 |       | 2,618  | 19,056                    | 16,74   | 10,968  | 0,292  |
|                                                  | 5-11 классы | 2 СБ.2008г.     | 100    | 1,098            | 10,016 | 13,77    | 147,03              | 0,042         | 21,66  |       | 4,364  | 31,76                     | 27,9    | 18,28   | 0,486  |
| Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом | 1-4 классы  | 139СБ.1996г.    | 10/200 | 2,972            | 3,938  | 19,156   | 120,42              | 0,101         | 13,2   |       | 1,074  | 15                        | 71,8    | 21,54   | 0,99   |
|                                                  | 5-11 классы | 139СБ.1996г.    | 10/250 | 3,54             | 4,473  | 23,945   | 145,525             | 0,125         | 16,5   |       | 1,343  | 18,5                      | 84,5    | 26,35   | 1,167  |
| Жаркое по-домашнему(говядина)                    | 1-4 классы  | 394 СБ.1996г.   | 180    | 11,701           | 6,702  | 25,368   | 248,634             | 0,178         | 26,496 |       | 2,814  | 20,562                    | 78,612  | 31,715  | 68,648 |
|                                                  | 5-11 классы | 394 СБ.1996г.   | 230    | 18,232           | 8,776  | 30,467   | 343,961             | 0,227         | 31,896 |       | 3,696  | 28,71                     | 94,531  | 38,635  | 88,105 |
| Компот из кураги**                               | 1-4 классы  | 280 СБ.2008г.   | 200    | 1,924            |        | 44,343   | 176,44              | 0,037         | 1,48   |       |        | 635,69                    | 54,02   | 38,85   | 0,06   |
|                                                  | 5-11 классы | 280 СБ.2008г.   | 200    | 1,924            |        | 44,343   | 176,44              | 0,037         | 1,48   |       |        | 635,69                    | 54,02   | 38,85   | 0,06   |
| Хлеб                                             | 1-4 классы  | ГОСТ 31805-2012 | 040    | 3,04             | 0,24   | 20,92    | 93,2                | 0,044         |        |       | 0,672  | 8                         | 26      | 5,6     | 0,36   |
|                                                  | 5-11 классы | ГОСТ 31805-2012 | 060    | 4,56             | 0,36   | 31,38    | 139,8               | 0,066         |        |       | 1,008  | 12                        | 39      | 8,4     | 0,54   |
| ИТОГО:                                           | Завтрак     | 1-4 классы      |        | 20,120           | 16,189 | 86,138   | 615,206             | 0,261         | 240,72 | 0,067 | 2,92   | 64,353                    | 234,624 | 40,497  | 36,753 |
|                                                  |             | 5-11 классы     |        | 23,092           | 20,78  | 99,477   | 706,14              | 0,326         | 240,72 | 0,07  | 3,732  | 66,869                    | 283,87  | 49,205  | 36,382 |
|                                                  | Обед        | 1-4 классы      |        | 22,296           | 23,88  | 118,049  | 726,912             | 0,385         | 54,172 |       | 7,178  | 898,308                   | 247,172 | 108,673 | 70,35  |
|                                                  |             | 5-11 классы     |        | 29,364           | 27,625 | 139,926  | 952,756             | 0,497         | 71,536 |       | 10,411 | 724,66                    | 299,951 | 130,516 | 90,368 |

\* - действует с 01 марта

\*\* - витаминизация блюд проводится под контролем медицинского работника (при его отсутствии иным ответственным лицом) (п.9.4. СанПин 2.4.5.2409-08)

**Циклическое меню**

| Наименования блюд                                 |             | № тех             | Масса       | Пищевая ценность |        |          | Эн. ценность (ккал) | Витамины (мг)  |        |       |        | Минеральные вещества (мг) |         |         |         |
|---------------------------------------------------|-------------|-------------------|-------------|------------------|--------|----------|---------------------|----------------|--------|-------|--------|---------------------------|---------|---------|---------|
|                                                   |             |                   |             | Белки            | Жиры   | Углеводы |                     | В              | С      | А     | Е      | Кальций                   | Фосфор  | Магний  | Железо  |
| <b>Среда</b>                                      |             | <b>1-я неделя</b> |             |                  |        |          |                     | <b>Завтрак</b> |        |       |        |                           |         |         |         |
| Каша рисовая молочная жидкая с маслом, сахаром    | 1-4 классы  | 114 Сб. 2008г.    | 150/5/5     | 3,923            | 5,764  | 30,395   | 187,237             | 0,043          | 0,8    | 0,036 | 0,293  | 103,743                   | 98,225  | 16,204  | 1,252   |
|                                                   | 5-11 классы | 114 Сб. 2008г.    | 200/5/5     | 5,209            | 6,477  | 38,848   | 232,32              | 0,057          | 1,067  | 0,041 | 0,352  | 137,899                   | 127,973 | 21,556  | 1,661   |
| Какао -Несвик-                                    | 1-4 классы  | ГОСТ Р51074-2003  | 200         | 2,98             | 2,628  | 27,9     | 148,96              | 0,055          | 2,92   | 0,02  | 0,09   | 121,4                     | 91      | 14      | 1,7     |
|                                                   | 5-11 классы | ГОСТ Р51074-2003  | 200         | 2,98             | 2,628  | 27,9     | 148,96              | 0,055          | 2,92   | 0,02  | 0,09   | 121,4                     | 91      | 14      | 1,7     |
| Батон                                             | 1-4 классы  | ГОСТ 31752-2012   | 040         | 2,98             | 1,18   | 20,56    | 0,1                 | 0,08           |        |       | 1      | 10                        | 32,8    | 13,2    | 0,6     |
|                                                   | 5-11 классы | ГОСТ 31752-2012   | 050         | 3,7              | 1,45   | 25,7     | 0,125               | 0,075          |        |       | 1,25   | 12,5                      | 41      | 16,5    | 0,75    |
| Яблоки                                            | 1-4 классы  | 24 Сб. 1996г.     | 1шт         | 4                |        | 48       | 184                 | 0,2            | 3,6    |       |        | 20                        | 12      |         | 4       |
|                                                   | 5-11 классы | 24 Сб. 1996г.     | 1шт         | 4                |        | 48       | 184                 | 0,2            | 3,6    |       |        | 20                        | 12      |         | 4       |
| <b>Среда</b>                                      |             | <b>1-я неделя</b> |             |                  |        |          |                     | <b>Обед</b>    |        |       |        |                           |         |         |         |
| Огурцы порционно                                  | 1-4 классы  | 522 Сб. 1996г.    | 020         | 0,14             |        | 0,36     | 2                   | 0,004          | 1,4    | 0,006 | 0,02   | 3,4                       | 8,4     |         | 0,004   |
|                                                   | 5-11 классы | 522 Сб. 1996г.    | 030         | 0,21             |        | 0,54     | 3                   | 0,006          | 2,1    | 0,009 | 0,03   | 5,1                       | 12,6    |         | 0,006   |
| Борщ с капустой и картофелем с мясом, со сметаной | 1-4 классы  | 110 Сб. 1996г.    | 10/200/10   | 2,533            | 7,322  | 11,708   | 116,08              | 0,055          | 16,83  | 0,006 | 1,819  | 38,9                      | 66,972  | 29,42   | 56,324  |
|                                                   | 5-11 классы | 110 Сб. 1996г.    | 10/250/10   | 2,917            | 8,328  | 14,562   | 137,2               | 0,067          | 21,025 | 0,006 | 2,27   | 46,125                    | 78,915  | 35,95   | 70,333  |
| Птица жареная с соусом(голень п/ф)                | 1-4 классы  | 450 Сб. 1996г.    | 100         | 15,054           | 16,673 | 2,011    | 218,717             | 0,069          | 0,73   | 0,044 | 2,851  | 13,313                    | 198,534 | 25,084  | 29,012  |
|                                                   | 5-11 классы | 450 Сб. 1996г.    | 100         | 15,054           | 16,673 | 2,011    | 218,717             | 0,069          | 0,73   | 0,044 | 2,851  | 13,313                    | 198,534 | 25,084  | 29,012  |
| Пюре из гороха                                    | 1-4 классы  | 270 Сб. 1996г.    | 150         | 16,131           | 4,924  | 40,345   | 260,286             | 0,629          |        | 0,021 | 6,479  | 83,418                    | 158,888 | 61,617  | 4,899   |
|                                                   | 5-11 классы | 270 Сб. 1996г.    | 180         | 19,358           | 5,908  | 48,415   | 312,349             | 0,755          |        | 0,025 | 7,775  | 76,103                    | 180,671 | 73,942  | 5,879   |
| Компот из свежих яблок**                          | 1-4 классы  | 702 Сб. 1997г.    | 200         | 0,08             |        | 33,552   | 127,76              | 0,004          | 0,72   |       |        | 0,48                      | 2,4     | 4       | 0,152   |
|                                                   | 5-11 классы | 702 Сб. 1997г.    | 200         | 0,08             |        | 33,552   | 127,76              | 0,004          | 0,72   |       |        | 0,48                      | 2,4     | 4       | 0,152   |
| Хлеб                                              | 1-4 классы  | ГОСТ 31805-2012   | 040         | 3,04             | 0,24   | 20,92    | 93,2                | 0,044          |        |       | 0,672  | 8                         | 26      | 5,8     | 0,36    |
|                                                   | 5-11 классы | ГОСТ 31805-2012   | 060         | 4,56             | 0,36   | 31,38    | 139,8               | 0,066          |        |       | 1,008  | 12                        | 39      | 8,4     | 0,54    |
| <b>ИТОГО:</b>                                     |             | <b>Завтрак</b>    | 1-4 классы  | 14,863           | 16,852 | 88,856   | 520,297             | 0,358          | 7,32   | 0,056 | 1,383  | 255,143                   | 232,025 | 43,404  | 7,552   |
|                                                   |             |                   | 5-11 классы | 18,889           | 17,556 | 98,448   | 565,405             | 0,387          | 7,587  | 0,061 | 1,692  | 291,799                   | 271,973 | 52,056  | 8,111   |
|                                                   |             | <b>Обед</b>       | 1-4 классы  | 23,878           | 28,169 | 108,896  | 816,043             | 0,805          | 19,68  | 0,077 | 11,841 | 127,611                   | 461,194 | 125,721 | 90,751  |
|                                                   |             |                   | 5-11 классы | 32,179           | 31,268 | 130,48   | 936,826             | 0,987          | 24,576 | 0,084 | 13,934 | 163,121                   | 520,12  | 147,376 | 105,922 |

\* - действует с 01 марта

\*\* - витаминизация блюд проводится под контролем медицинского работника (при его отсутствии иным ответственным лицом) (п.9.4. СанПИН 2.4.5.2409-08)

**Циклическое меню**

| Наименование блюда                   |             | № тех           | Масса   | Пищевая ценность |         |          | Эн. ценность (ккал) | Витамины (мг) |        |       |         | Минеральные вещества (мг) |         |         |         |
|--------------------------------------|-------------|-----------------|---------|------------------|---------|----------|---------------------|---------------|--------|-------|---------|---------------------------|---------|---------|---------|
|                                      |             |                 |         | Белки            | Жиры    | Углеводы |                     | В             | С      | А     | Е       | Кальций                   | Фосфор  | Магний  | Железо  |
| Четверг                              |             | 1-я неделя      |         | Завтрак          |         |          |                     |               |        |       |         |                           |         |         |         |
| Икра кабачковая(порционно)           | 1-4 классы  | 31 СБ 1997г     | 020     | 0,4              | 1,8     | 1,72     | 24,4                | 0,004         | 1,4    |       |         | 8,2                       | 13,4    | 7       | 1,4     |
|                                      | 5-11 классы | 31 СБ 1997г     | 030     | 0,6              | 2,7     | 2,58     | 36,6                | 0,006         | 2,1    |       |         | 12,3                      | 20,1    | 10,5    | 2,1     |
| Котлеты рыбные любительские с соусом | 1-4 классы  | 162 СБ 2008г    | 080     | 6,988            | 3,937   | 5,403    | 83,895              | 0,049         | 1,67   | 0,029 | 0,92    | 18,734                    | 29,689  | 29,746  | 28,184  |
|                                      | 5-11 классы | 162 СБ 2008г    | 100     | 9,675            | 5,373   | 6,788    | 112,963             | 0,067         | 2,05   | 0,04  | 1,281   | 25,419                    | 40,052  | 40,892  | 28,406  |
| Картофельное пюре                    | 1-4 классы  | 472 СБ 1996г    | 160     | 3,263            | 4,497   | 28,37    | 154,2               | 0,161         | 25,875 | 0,026 | 0,144   | 41,31                     | 95,91   | 32,805  | 1,39    |
|                                      | 5-11 классы | 472 СБ 1996г    | 180     | 3,916            | 5,396   | 31,844   | 185,04              | 0,193         | 31,05  | 0,031 | 0,172   | 49,572                    | 115,092 | 39,368  | 1,668   |
| Чай с лимоном                        | 1-4 классы  | 629 СБ 1996г    | 200/7   | 0,263            | 0,051   | 15,262   | 59,437              | 0,003         | 2,801  |       |         | 3,146                     | 1,54    | 0,84    | 0,095   |
|                                      | 5-11 классы | 629 СБ 1996г    | 200/7   | 0,263            | 0,051   | 15,262   | 59,437              | 0,003         | 2,801  |       |         | 3,146                     | 1,54    | 0,84    | 0,095   |
| Хлеб                                 | 1-4 классы  | ГОСТ 31805-2012 | 040     | 3,04             | 0,24    | 20,92    | 93,2                | 0,044         |        |       | 0,672   | 8                         | 26      | 5,6     | 0,36    |
|                                      | 5-11 классы | ГОСТ 31805-2012 | 050     | 3,8              | 0,3     | 28,15    | 116,5               | 0,055         |        |       | 0,84    | 10                        | 32,5    | 7       | 0,45    |
| Четверг                              |             | 1-я неделя      |         | Обед             |         |          |                     |               |        |       |         |                           |         |         |         |
| Винагрет овощной                     | 1-4 классы  | 60 СБ 1996г     | 060     | 1,167            | 6,193   | 5,485    | 79,707              | 0,035         | 5,52   |       | 2,696   | 14,13                     | 26,268  | 12,198  | 0,49    |
|                                      | 5-11 классы | 60 СБ 1996г     | 100     | 1,945            | 10,321  | 9,142    | 132,845             | 0,058         | 9,2    |       | 4,494   | 23,55                     | 43,78   | 20,33   | 0,816   |
| Рассольник ленинградский с мясом     | 1-4 классы  | 42 СБ 2008г     | 10/200  | 2,688            | 5,888   | 16,008   | 124,972             | 0,089         | 12,8   |       | 1,756   | 18,28                     | 68,8    | 20,54   | 1,078   |
|                                      | 5-11 классы | 42 СБ 2008г     | 10/250  | 3,185            | 6,91    | 20,01    | 151,215             | 0,11          | 16     |       | 2,196   | 20,1                      | 80,75   | 25,1    | 1,277   |
| Плов из говядины                     | 1-4 классы  | 403 СБ 1996г    | 025/125 | 10,849           | 10,407  | 34,868   | 265,808             | 0,068         | 2,782  |       | 2,693   | 21,226                    | 52,637  | 16,089  | 88,103  |
|                                      | 5-11 классы | 403 СБ 1996г    | 050/150 | 18,991           | 16,407  | 41,841   | 378,06              | 0,099         | 3,338  |       | 3,412   | 28,313                    | 83,224  | 19,944  | 106,546 |
| Сок фруктовый                        | 1-4 классы  | 293 СБ 2008г    | 200     | 1                |         | 23,4     | 94                  | 0,02          | 4      |       |         | 16                        | 18      | 10      | 0,4     |
|                                      | 5-11 классы | 293 СБ 2008г    | 200     | 1                |         | 23,4     | 94                  | 0,02          | 4      |       |         | 16                        | 18      | 10      | 0,4     |
| Хлеб                                 | 1-4 классы  | ГОСТ 31805-2012 | 040     | 3,04             | 0,24    | 20,92    | 93,2                | 0,044         |        |       | 0,672   | 8                         | 26      | 5,6     | 0,36    |
|                                      | 5-11 классы | ГОСТ 31805-2012 | 060     | 4,56             | 0,36    | 31,38    | 139,8               | 0,066         |        |       | 1,008   | 12                        | 39      | 8,4     | 0,54    |
| ИТОГО:                               | Завтрак     | 1-4 классы      | 14,954  | 15,625           | 69,675  | 455,132  | 0,281               | 31,746        | 0,055  | 1,736 | 79,39   | 166,539                   | 75,991  | 31,428  |         |
|                                      |             | 5-11 классы     | 18,254  | 17,82            | 82,424  | 520,54   | 0,324               | 38,001        | 0,071  | 2,293 | 100,437 | 208,284                   | 98,598  | 32,719  |         |
|                                      | Обед        | 1-4 классы      | 22,744  | 22,728           | 100,881 | 677,687  | 0,254               | 25,102        |        | 7,817 | 75,636  | 191,705                   | 64,407  | 90,431  |         |
|                                      |             | 5-11 классы     | 29,881  | 33,788           | 125,773 | 895,92   | 0,363               | 32,538        |        | 11,11 | 99,963  | 244,754                   | 83,774  | 109,679 |         |

\* - действует с 01 марта

\*\* - витаминизация блюд проводится под контролем медицинского работника (при его отсутствии иным ответственным лицом) (п.9.4. СанПин 2.4.5.2409-08)

**Циклическое меню**

| Наименование блюда                                    |             | № тех                         | Масса     | Пищевая ценность |        |          | Эн. ценность (ккал) | Витамины (мг) |         |       |        | Минеральные вещества (мг) |         |         |         |
|-------------------------------------------------------|-------------|-------------------------------|-----------|------------------|--------|----------|---------------------|---------------|---------|-------|--------|---------------------------|---------|---------|---------|
|                                                       |             |                               |           | Белки            | Жиры   | Углеводы |                     | В             | С       | А     | Е      | Кальций                   | Фосфор  | Магний  | Железо  |
| Пятница                                               |             | 1-я неделя                    |           | Завтрак          |        |          |                     |               |         |       |        |                           |         |         |         |
| Сыр плавленый                                         | 1-4 классы  | ТУ 10.51.40-001-78634349-2016 | 1шт       | 3,58             | 3,5    |          | 47,4                |               | 0,51    | 0,025 | 0,06   | 129                       | 102     | 6,8     | 136     |
|                                                       | 5-11 классы | ТУ 10.51.40-001-78634349-2016 | 1шт       | 3,58             | 3,5    |          | 47,4                |               | 0,51    | 0,025 | 0,06   | 129                       | 102     | 6,8     | 136     |
| Запеканка из творога с молоком сгущенным              | 1-4 классы  | 297 СБ.1996г.                 | 125/25    | 23,125           | 17,627 | 33,046   | 361,001             | 0,082         | 0,854   | 0,08  | 2,256  | 276,479                   | 330,259 | 40,752  | 0,873   |
|                                                       | 5-11 классы | 297 СБ.1996г.                 | 175/25    | 31,651           | 23,817 | 40,665   | 473,764             | 0,109         | 1,099   | 0,109 | 3,131  | 356,336                   | 440,413 | 53,648  | 1,202   |
| Чай с сахаром                                         | 1-4 классы  | 628 СБ.1996г.                 | 200       | 0,2              | 0,051  | 15,01    | 57,267              |               | 0,001   |       |        | 0,346                     |         |         | 0,053   |
|                                                       | 5-11 классы | 628 СБ.1996г.                 | 200       | 0,2              | 0,051  | 15,01    | 57,267              |               | 0,001   |       |        | 0,346                     |         |         | 0,053   |
| Хлеб                                                  | 1-4 классы  | ГОСТ 31805-2012               | 040       | 3,04             | 0,24   | 20,92    | 93,2                | 0,044         |         |       | 0,672  | 8                         | 26      | 5,6     | 0,36    |
|                                                       | 5-11 классы | ГОСТ 31805-2012               | 050       | 3,8              | 0,3    | 26,15    | 116,5               | 0,055         |         |       | 0,84   | 10                        | 32,5    | 7       | 0,45    |
| Пятница                                               |             | 1-я неделя                    |           | Обед             |        |          |                     |               |         |       |        |                           |         |         |         |
| Салат из свеклы отварной                              | 1-4 классы  | 23 СБ.2008г.                  | 060       | 0,969            | 2,997  | 6,156    | 54,33               | 0,011         | 5,7     |       | 1,34   | 21,09                     | 24,51   | 24,51   | 0,798   |
|                                                       | 5-11 классы | 23 СБ.2008г.                  | 100       | 1,615            | 4,995  | 10,26    | 90,55               | 0,019         | 9,5     |       | 2,233  | 35,15                     | 40,85   | 40,85   | 1,33    |
| Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, со сметаной | 1-4 классы  | 120 СБ.1996г.                 | 10/200/10 | 2,504            | 7,33   | 8,801    | 105,78              | 0,073         | 26,51   | 0,006 | 1,774  | 38,54                     | 64,204  | 20,54   | 19,382  |
|                                                       | 5-11 классы | 120 СБ.1996г.                 | 10/250/10 | 2,881            | 8,338  | 10,929   | 124,325             | 0,089         | 33,125  | 0,006 | 2,214  | 45,675                    | 73,455  | 24,85   | 24,155  |
| Птица отварная с соусом(голень пл/ф)                  | 1-4 классы  | 439 СБ.1996г.                 | 100       | 15,013           | 9,654  | 2,121    | 154,651             | 0,069         | 0,907   | 0,038 | 0,308  | 11,853                    | 198,179 | 25,116  | 29,023  |
|                                                       | 5-11 классы | 439 СБ.1996г.                 | 100       | 15,013           | 9,654  | 2,121    | 154,651             | 0,069         | 0,907   | 0,038 | 0,308  | 11,853                    | 198,179 | 25,116  | 29,023  |
| Картофель и овощи тушеные                             | 1-4 классы  | 251 СБ.1997г.                 | 150       | 3,675            | 11,419 | 35,22    | 250,013             | 0,215         | 35,625  |       | 4,787  | 23,4                      | 108,525 | 43,575  | 1,622   |
|                                                       | 5-11 классы | 251 СБ.1997г.                 | 180       | 4,41             | 13,703 | 42,264   | 300,015             | 0,258         | 42,75   |       | 5,745  | 28,08                     | 130,23  | 52,29   | 1,946   |
| Компот из апельсинов с яблоками**                     | 1-4 классы  | 278.08                        | 200       | 0,42             |        | 30,52    | 118,6               | 0,019         | 24,54   |       | 0,088  | 14                        | 11      | 8,2     | 0,12    |
|                                                       | 5-11 классы | 278.08                        | 200       | 0,42             |        | 30,52    | 118,6               | 0,019         | 24,54   |       | 0,088  | 14                        | 11      | 8,2     | 0,12    |
| Хлеб                                                  | 1-4 классы  | ГОСТ 31805-2012               | 040       | 3,04             | 0,24   | 20,92    | 93,2                | 0,044         |         |       | 0,672  | 8                         | 26      | 5,6     | 0,36    |
|                                                       | 5-11 классы | ГОСТ 31805-2012               | 060       | 4,56             | 0,36   | 31,38    | 139,8               | 0,066         |         |       | 1,008  | 12                        | 39      | 8,4     | 0,54    |
| ИТОГО:                                                | Завтрак     | 1-4 классы                    |           | 19,945           | 20,418 | 68,978   | 658,868             | 0,126         | 1,365   | 0,105 | 2,888  | 413,825                   | 458,258 | 53,152  | 137,286 |
|                                                       |             | 5-11 классы                   |           | 23,231           | 23,668 | 81,826   | 684,931             | 0,164         | 1,607   | 0,134 | 4,031  | 495,682                   | 574,913 | 67,448  | 137,705 |
|                                                       | Обед        | 1-4 классы                    |           | 25,621           | 28,64  | 103,738  | 776,574             | 0,431         | 93,282  | 0,044 | 8,969  | 116,883                   | 432,418 | 127,541 | 51,305  |
|                                                       |             | 5-11 классы                   |           | 28,889           | 32,05  | 127,474  | 927,841             | 0,52          | 110,822 | 0,044 | 11,598 | 146,768                   | 482,714 | 169,706 | 57,114  |

\* - действует с 01 марта

\*\* - витаминизация блюд проводится под контролем медицинского работника (при его отсутствии иным ответственным лицом) (п.9.4 СанПин 2.4.5.2409-08)

**Циклическое меню**

| Наименование блюда          |             | № тех           | Масса  | Пищевая ценность |        |          | Эн.<br>ценность<br>(ккал) | Витамины (мг) |       |       |         | Минеральные вещества (мг) |        |        |        |
|-----------------------------|-------------|-----------------|--------|------------------|--------|----------|---------------------------|---------------|-------|-------|---------|---------------------------|--------|--------|--------|
|                             |             |                 |        | Белки            | Жиры   | Углеводы |                           | В             | С     | А     | Е       | Кальций                   | Фосфор | Магний | Железо |
| Суббота                     |             | 1-я неделя      |        | Завтрак          |        |          |                           |               |       |       |         |                           |        |        |        |
| Помидоры порционные         | 1-4 классы  | 522 С6.1996г.   | 020    | 0,12             |        | 0,84     | 3,8                       | 0,012         | 5     |       | 0,078   | 2,8                       | 5,2    | 4      | 0,28   |
|                             | 5-11 классы | 522 С6.1996г.   | 030    | 0,18             |        | 1,26     | 5,7                       | 0,018         | 7,5   |       | 0,117   | 4,2                       | 7,8    | 6      | 0,42   |
| Тефтели мясные с соусом     | 1-4 классы  | 423 С6.1996г.   | 080    | 4,31             | 10,265 | 8,85     | 143,342                   | 0,043         | 2,22  |       | 1,211   | 11,346                    | 85,89  | 12,629 | 28,749 |
|                             | 5-11 классы | 423 С6.1996г.   | 100    | 5,932            | 14,113 | 11,607   | 185,115                   | 0,058         | 2,82  |       | 1,584   | 15,11                     | 118,71 | 16,942 | 29,197 |
| Макаронные изделия отварные | 1-4 классы  | 469 С6.1996г.   | 150    | 5,365            | 4,265  | 38,347   | 203,79                    | 0,087         |       | 0,021 | 1,193   | 10,427                    | 45,359 | 8,306  | 0,622  |
|                             | 5-11 классы | 469 С6.1996г.   | 180    | 6,437            | 5,117  | 46,011   | 244,528                   | 0,105         |       | 0,025 | 1,431   | 12,512                    | 54,426 | 9,967  | 0,746  |
| Компот из кураги**          | 1-4 классы  | 280 С6.2008г.   | 200    | 1,824            |        | 44,343   | 176,44                    | 0,037         | 1,48  |       |         | 635,69                    | 54,02  | 38,85  | 0,06   |
|                             | 5-11 классы | 280 С6.2008г.   | 200    | 1,824            |        | 44,343   | 176,44                    | 0,037         | 1,48  |       |         | 635,69                    | 54,02  | 38,85  | 0,06   |
| Хлеб                        | 1-4 классы  | ГОСТ 31805-2012 | 040    | 3,04             | 0,24   | 20,92    | 93,2                      | 0,044         |       |       | 0,672   | 8                         | 26     | 5,5    | 0,36   |
|                             | 5-11 классы | ГОСТ 31805-2012 | 050    | 3,8              | 0,3    | 26,15    | 116,5                     | 0,055         |       |       | 0,84    | 10                        | 32,5   | 7      | 0,45   |
| ИТОГО:                      | Завтрак     | 1-4 классы      | 14,768 | 15,77            | 83,3   | 615,572  | 0,223                     | 8,7           | 0,021 | 3,164 | 668,263 | 216,469                   | 69,385 | 30,071 |        |
|                             |             | 5-11 классы     | 18,273 | 19,53            | 99,371 | 708,283  | 0,273                     | 11,8          | 0,026 | 3,972 | 877,512 | 267,456                   | 78,759 | 30,873 |        |

\* - действует с 01 марта

\*\* - витаминизация блюд проводится под контролем медицинского работника (при его отсутствии иным ответственным лицом) (п.9.4. СанПиН 2.4.5.2409-08)

**Циклическое меню**

| Наименование блюда                               |             | № тех                         | Масса        | Пищевая ценность |        |          | Эн. ценность (ккал) | Витамины (мг) |         |       | Минеральные вещества (мг) |         |         |         |         |       |
|--------------------------------------------------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|--------|----------|---------------------|---------------|---------|-------|---------------------------|---------|---------|---------|---------|-------|
|                                                  |             |                               |              | Белки            | Жиры   | Углеводы |                     | В             | С       | А     | Е                         | Кальций | Фосфор  | Магний  | Железо  |       |
| Понедельник                                      |             | 2-я неделя                    |              | Завтрак          |        |          |                     |               |         |       |                           |         |         |         |         |       |
| Йогурт                                           | 1-4 классы  | ТУ 10.51.56-045-18255315-2017 | 1шт          | 5                | 1,5    | 3,5      | 51                  | 0,03          | 0,6     | 0,01  |                           | 124     | 95      | 15      | 0,1     |       |
|                                                  | 5-11 классы | ТУ 10.51.56-045-18255315-2017 | 1шт          | 5                | 1,5    | 3,5      | 51                  | 0,03          | 0,6     | 0,01  |                           | 124     | 95      | 15      | 0,1     |       |
| Оладьи с молоком сгущенным                       |             | 1-4 классы                    | 682 С6.1996г | 125/25           | 11,72  | 11,063   | 67,974              | 421,127       | 0,158   | 0,956 | 0,033                     | 2,89    | 178,718 | 185,858 | 31,485  | 1,701 |
|                                                  |             | 5-11 классы                   | 682 С6.1996г | 175/25           | 15,69  | 14,398   | 89,563              | 555,924       | 0,216   | 1,238 | 0,044                     | 3,922   | 216,692 | 238,287 | 40,677  | 2,381 |
| Чай с сахаром                                    |             | 1-4 классы                    | 628 С6.1996г | 200              | 0,2    | 0,051    | 15,01               | 57,267        |         | 0,001 |                           |         | 0,346   |         |         | 0,053 |
|                                                  |             | 5-11 классы                   | 628 С6.1996г | 200              | 0,2    | 0,051    | 15,01               | 57,267        |         | 0,001 |                           |         | 0,346   |         |         | 0,053 |
| Понедельник                                      |             | 2-я неделя                    |              | Обед             |        |          |                     |               |         |       |                           |         |         |         |         |       |
| Сельдь с гарниром                                | 1-4 классы  | 83 С6.1996г                   | 060          | 4,24             | 8,098  | 4,468    | 86,115              | 0,026         | 4,29    | 0,012 | 2,902                     | 24,787  | 69,462  | 18,845  | 408,381 |       |
|                                                  | 5-11 классы | 83 С6.1996г                   | 100          | 5,17             | 14,603 | 8,659    | 164,247             | 0,05          | 8,317   | 0,022 | 5,601                     | 35,305  | 91,592  | 30,098  | 408,738 |       |
| Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом | 1-4 классы  | 139С6.1996г                   | 10/200       | 2,972            | 3,938  | 19,156   | 120,42              | 0,101         | 13,2    |       | 1,074                     | 15      | 71,8    | 21,54   | 0,99    |       |
|                                                  | 5-11 классы | 139С6.1996г                   | 10/250       | 3,54             | 4,473  | 23,945   | 145,525             | 0,125         | 16,5    |       | 1,343                     | 18,5    | 84,6    | 26,35   | 1,167   |       |
| Сосиски отварные                                 | 1-4 классы  | 393 С6.1997г                  | 050(1шт)     | 5,2              | 6,6    | 0,15     | 85,5                |               |         |       |                           | 14,5    | 80,5    | 10      | 0,85    |       |
|                                                  | 5-11 классы | 393 С6.1997г                  | 100(2 шт)    | 10,4             | 13,2   | 0,3      | 171                 |               |         |       |                           | 29      | 161     | 20      | 1,7     |       |
| Капуста тушеная                                  | 1-4 классы  | 482 С6.1996г                  | 150          | 3,593            | 5,267  | 16,511   | 123,461             | 0,111         | 88,32   |       | 2,241                     | 83,598  | 62,415  | 31,572  | 84,606  |       |
|                                                  | 5-11 классы | 482 С6.1996г                  | 180          | 4,316            | 6,321  | 19,838   | 148,28              | 0,133         | 105,985 |       | 2,689                     | 100,33  | 74,925  | 37,886  | 101,068 |       |
| Напиток из шиповника                             | 1-4 классы  | 289 С6.2008г                  | 200          | 0,8              |        | 26,97    | 107,45              | 0,03          | 240     |       | 0,342                     | 13,5    | 4       | 4       | 5,645   |       |
|                                                  | 5-11 классы | 289 С6.2008г                  | 200          | 0,8              |        | 26,97    | 107,45              | 0,03          | 240     |       | 0,342                     | 13,5    | 4       | 4       | 5,645   |       |
| Хлеб                                             | 1-4 классы  | ГОСТ 31805-2012               | 040          | 3,04             | 0,24   | 20,92    | 93,2                | 0,044         |         |       | 0,672                     | 8       | 26      | 5,6     | 0,36    |       |
|                                                  | 5-11 классы | ГОСТ 31805-2012               | 060          | 4,56             | 0,36   | 31,36    | 139,8               | 0,066         |         |       | 1,008                     | 12      | 39      | 8,4     | 0,54    |       |
| ИТОГО:                                           | Завтрак     | 1-4 классы                    |              | 16,92            | 16,614 | 86,484   | 529,394             | 0,188         | 1,567   | 0,043 | 2,89                      | 301,654 | 280,858 | 46,485  | 1,854   |       |
|                                                  |             | 5-11 классы                   |              | 20,89            | 17,949 | 100,073  | 664,191             | 0,246         | 1,839   | 0,054 | 3,922                     | 341,038 | 333,287 | 55,677  | 2,614   |       |
|                                                  | Обед        | 1-4 классы                    |              | 21,845           | 24,143 | 88,175   | 676,146             | 0,312         | 345,81  | 0,012 | 7,231                     | 169,385 | 314,177 | 91,557  | 500,832 |       |
|                                                  |             | 5-11 классы                   |              | 28,786           | 32,957 | 111,092  | 876,302             | 0,404         | 370,802 | 0,022 | 10,983                    | 288,635 | 455,017 | 126,734 | 518,858 |       |

\* - действует с 01 марта

\*\* - витаминизация блюд проводится под контролем медицинского работника (при его отсутствии иным ответственным лицом) (п.9.4. СанПиН 2.4.5.2409-08)

**Циклическое меню**

| Наименование блюда                   |             | № тех             | Масса  | Пищевая ценность |        |          | Эн. ценность (ккал) | Витамины (мг)  |        |       |       | Минеральные вещества (мг) |         |         |        |
|--------------------------------------|-------------|-------------------|--------|------------------|--------|----------|---------------------|----------------|--------|-------|-------|---------------------------|---------|---------|--------|
|                                      |             |                   |        | Белки            | Жиры   | Углеводы |                     | В              | С      | А     | Е     | Кальций                   | Фосфор  | Магний  | Железо |
| <b>Вторник</b>                       |             | <b>2-я неделя</b> |        |                  |        |          |                     | <b>Завтрак</b> |        |       |       |                           |         |         |        |
| Салат из свеклы отварной             | 1-4 классы  | 23 С6 2008г       | 060    | 0,969            | 2,997  | 6,156    | 54,33               | 0,011          | 5,7    |       | 1,34  | 21,09                     | 24,51   | 24,51   | 0,798  |
|                                      | 5-11 классы | 23 С6 2008г       | 100    | 1,615            | 4,995  | 10,26    | 90,55               | 0,019          | 9,5    |       | 2,233 | 35,15                     | 40,85   | 40,85   | 1,33   |
| Жарков по-домашнему(говядина)        | 1-4 классы  | 394 С6 1996г      | 180    | 11,701           | 6,702  | 25,368   | 248,534             | 0,178          | 26,496 |       | 2,814 | 20,562                    | 78,612  | 31,715  | 68,648 |
|                                      | 5-11 классы | 394 С6 1996г      | 230    | 18,232           | 8,776  | 30,487   | 343,961             | 0,227          | 31,896 |       | 3,696 | 26,71                     | 94,531  | 38,635  | 88,106 |
| Сок фруктовый                        | 1-4 классы  | 293 С6 2008г      | 200    | 1                |        | 23,4     | 94                  | 0,02           | 4      |       |       | 16                        | 18      | 10      | 0,4    |
|                                      | 5-11 классы | 293 С6 2008г      | 200    | 1                |        | 23,4     | 94                  | 0,02           | 4      |       |       | 16                        | 18      | 10      | 0,4    |
| Хлеб                                 | 1-4 классы  | ГОСТ 31805-2012   | 040    | 3,04             | 0,24   | 20,92    | 93,2                | 0,044          |        |       | 0,672 | 8                         | 26      | 5,6     | 0,36   |
|                                      | 5-11 классы | ГОСТ 31805-2012   | 050    | 3,8              | 0,3    | 26,15    | 116,5               | 0,055          |        |       | 0,84  | 10                        | 32,5    | 7       | 0,45   |
| <b>Вторник</b>                       |             | <b>2-я неделя</b> |        |                  |        |          |                     | <b>Обед</b>    |        |       |       |                           |         |         |        |
| Огурцы порционно                     | 1-4 классы  | 522 С6 1996г      | 020    | 0,14             |        | 0,36     | 2                   | 0,004          | 1,4    | 0,006 | 0,02  | 3,4                       | 8,4     |         | 0,004  |
|                                      | 5-11 классы | 522 С6 1996г      | 030    | 0,21             |        | 0,54     | 3                   | 0,006          | 2,1    | 0,009 | 0,03  | 5,1                       | 12,6    |         | 0,006  |
| Суп из овощей с мясом                | 1-4 классы  | 132 С6 1996г      | 10/200 | 2,214            | 5,325  | 10,49    | 96,426              | 0,08           | 17,8   |       | 1,55  | 19,88                     | 61,38   | 19,48   | 0,916  |
|                                      | 5-11 классы | 132 С6 1996г      | 10/250 | 2,593            | 6,206  | 13,113   | 115,533             | 0,098          | 22,25  |       | 1,937 | 24,6                      | 71,475  | 23,775  | 1,075  |
| Котлеты рыбные любительские с соусом | 1-4 классы  | 162 С6 2008г      | 080    | 6,988            | 3,937  | 5,403    | 83,895              | 0,049          | 1,67   | 0,029 | 0,92  | 18,734                    | 29,689  | 29,746  | 28,184 |
|                                      | 5-11 классы | 162 С6 2008г      | 100    | 9,675            | 5,373  | 6,788    | 112,963             | 0,067          | 2,05   | 0,04  | 1,281 | 25,419                    | 40,052  | 40,892  | 28,406 |
| Рис отварной                         | 1-4 классы  | 465 С6 1996г      | 150    | 3,868            | 5,218  | 41,803   | 219,038             | 0,044          |        | 0,027 | 0,402 | 14,58                     | 53,73   | 11,543  | 0,988  |
|                                      | 5-11 классы | 465 С6 1996г      | 180    | 4,641            | 6,261  | 50,163   | 262,845             | 0,053          |        | 0,032 | 0,482 | 17,498                    | 64,476  | 13,851  | 1,183  |
| Компот из кураги**                   | 1-4 классы  | 280 С6 2008г      | 200    | 1,924            |        | 44,343   | 176,44              | 0,037          | 1,48   |       |       | 635,69                    | 54,02   | 38,85   | 0,06   |
|                                      | 5-11 классы | 280 С6 2008г      | 200    | 1,924            |        | 44,343   | 176,44              | 0,037          | 1,48   |       |       | 635,69                    | 54,02   | 38,85   | 0,06   |
| Хлеб                                 | 1-4 классы  | ГОСТ 31805-2012   | 040    | 3,04             | 0,24   | 20,92    | 93,2                | 0,044          |        |       | 0,672 | 8                         | 26      | 5,6     | 0,36   |
|                                      | 5-11 классы | ГОСТ 31805-2012   | 060    | 4,56             | 0,36   | 31,38    | 139,8               | 0,066          |        |       | 1,008 | 12                        | 39      | 8,4     | 0,54   |
| ИТОГО:                               | Завтрак     | 1-4 классы        |        | 16,71            | 15,939 | 75,844   | 480,164             | 0,253          | 36,196 |       | 4,826 | 65,652                    | 147,122 | 71,825  | 70,206 |
|                                      |             | 5-11 классы       |        | 22,647           | 18,071 | 90,297   | 645,811             | 0,321          | 45,396 |       | 6,769 | 87,86                     | 185,881 | 96,485  | 90,286 |
|                                      | Обед        | 1-4 классы        |        | 22,174           | 22,720 | 122,319  | 670,999             | 0,258          | 22,35  | 0,062 | 3,564 | 700,284                   | 233,219 | 105,219 | 30,51  |
|                                      |             | 5-11 классы       |        | 28,603           | 25,257 | 136,327  | 810,581             | 0,327          | 27,88  | 0,081 | 4,738 | 720,305                   | 281,823 | 125,768 | 31,27  |

\* - действует с 01 марта

\*\* - витаминизация блюд проводится под контролем медицинского работника (при его отсутствии иным ответственным лицом) (п.9.4. СанПин 2.4.5.2409-08)

**Циклическое меню**

| Наименование блюда                             |             | № тех           | Масса  | Пищевая ценность |         |          | Эн. ценность (ккал) | Витамины (мг) |        |        |         | Минеральные вещества (мг) |         |        |        |
|------------------------------------------------|-------------|-----------------|--------|------------------|---------|----------|---------------------|---------------|--------|--------|---------|---------------------------|---------|--------|--------|
|                                                |             |                 |        | Белки            | Жиры    | Углеводы |                     | В             | С      | А      | Е       | Кальций                   | Фосфор  | Магний | Железо |
| Среда                                          |             | 2-я неделя      |        | Завтрак          |         |          |                     |               |        |        |         |                           |         |        |        |
| Салат из белокочанной капусты*/Икра кабачковая | 1-4 классы  | 62 С6 1997г.    | 060    | 0,929            | 3,003   | 5,968    | 53,564              | 0,032         | 23,95  |        | 1,298   | 24,878                    | 17,963  | 9,848  | 0,489  |
|                                                | 5-11 классы | 62 С6 1997г.    | 100    | 1,55             | 5,005   | 9,951    | 89,292              | 0,053         | 39,95  |        | 2,163   | 41,484                    | 29,958  | 16,424 | 0,816  |
| Птица жареная с соусом(голень п/ф)             | 1-4 классы  | 450 С6 1996г.   | 100    | 15,054           | 16,673  | 2,011    | 216,717             | 0,069         | 0,73   | 0,044  | 2,851   | 13,313                    | 198,534 | 25,084 | 29,012 |
|                                                | 5-11 классы | 450 С6 1996г.   | 100    | 15,054           | 16,673  | 2,011    | 216,717             | 0,069         | 0,73   | 0,044  | 2,851   | 13,313                    | 198,534 | 25,084 | 29,012 |
| Каша пшеничная рассыпчатая                     | 1-4 классы  | 255 С6 1996г.   | 150    | 7,527            | 6,081   | 41,368   | 239,7               | 0,176         |        | 0,03   | 3,979   | 1,8                       | 5,244   | 0,225  | 3,759  |
|                                                | 5-11 классы | 255 С6 1996г.   | 180    | 9,032            | 7,297   | 49,642   | 287,64              | 0,212         |        | 0,036  | 4,775   | 2,16                      | 6,293   | 0,27   | 4,511  |
| Компот из сухофруктов**                        | 1-4 классы  | 283 С6 2008г.   | 200    | 0,976            |         | 35,71    | 140,115             | 0,006         | 0,61   |        |         | 34,155                    | 23,485  | 18,3   | 4,62   |
|                                                | 5-11 классы | 283 С6 2008г.   | 200    | 0,976            |         | 35,71    | 140,115             | 0,006         | 0,61   |        |         | 34,155                    | 23,485  | 18,3   | 4,62   |
| Хлеб                                           | 1-4 классы  | ГОСТ 31805-2012 | 040    | 3,04             | 0,24    | 20,82    | 93,2                | 0,044         |        |        | 0,672   | 8                         | 26      | 5,6    | 0,36   |
|                                                | 5-11 классы | ГОСТ 31805-2012 | 050    | 3,8              | 0,3     | 26,15    | 116,5               | 0,055         |        |        | 0,84    | 10                        | 32,5    | 7      | 0,45   |
| Среда                                          |             | 2-я неделя      |        | Обед             |         |          |                     |               |        |        |         |                           |         |        |        |
| Помидоры порционные                            | 1-4 классы  | 522 С6 1996г.   | 020    | 0,12             |         | 0,84     | 3,8                 | 0,012         | 5      |        | 0,078   | 2,8                       | 5,2     | 4      | 0,28   |
|                                                | 5-11 классы | 522 С6 1996г.   | 030    | 0,18             |         | 1,26     | 5,7                 | 0,018         | 7,6    |        | 0,117   | 4,2                       | 7,8     | 6      | 0,42   |
| Суп картофельный с горохом с мясом             | 1-4 классы  | 138 С6 1996г.   | 10/200 | 5,446            | 6,102   | 18,572   | 147,58              | 0,209         | 9,3    |        | 3,215   | 26,82                     | 90,5    | 30,5   | 1,836  |
|                                                | 5-11 классы | 138 С6 1996г.   | 10/250 | 6,633            | 7,178   | 23,215   | 179,475             | 0,26          | 11,625 |        | 4,019   | 33,275                    | 107,875 | 37,55  | 2,225  |
| Бефстроганов                                   | 1-4 классы  | 375 С6 1996г.   | 080    | 13,153           | 16,226  | 4,532    | 208,592             | 0,058         | 2,012  | 0,011  | 2,786   | 28,776                    | 25,421  | 6,367  | 1,854  |
|                                                | 5-11 классы | 375 С6 1996г.   | 100    | 16,441           | 19,163  | 5,965    | 250,671             | 0,073         | 2,516  | 0,014  | 3,013   | 35,97                     | 31,776  | 7,959  | 2,317  |
| Вермишель отварная                             | 1-4 классы  | 469 С6 1996г.   | 150    | 5,365            | 4,265   | 38,347   | 203,79              | 0,087         |        | 0,021  | 1,193   | 10,427                    | 45,359  | 8,306  | 0,622  |
|                                                | 5-11 классы | 469 С6 1996г.   | 180    | 6,437            | 5,117   | 46,011   | 244,528             | 0,105         |        | 0,025  | 1,431   | 12,512                    | 54,426  | 9,967  | 0,746  |
| Чай с лимоном                                  | 1-4 классы  | 629 С6 1996г.   | 200/7  | 0,263            | 0,051   | 15,262   | 59,437              | 0,003         | 2,801  |        |         | 3,146                     | 1,54    | 0,84   | 0,095  |
|                                                | 5-11 классы | 629 С6 1996г.   | 200/7  | 0,263            | 0,051   | 15,262   | 59,437              | 0,003         | 2,801  |        |         | 3,146                     | 1,54    | 0,84   | 0,095  |
| Хлеб                                           | 1-4 классы  | ГОСТ 31805-2012 | 040    | 3,04             | 0,24    | 20,82    | 93,2                | 0,044         |        |        | 0,672   | 8                         | 26      | 5,6    | 0,36   |
|                                                | 5-11 классы | ГОСТ 31805-2012 | 060    | 4,56             | 0,36    | 31,38    | 139,8               | 0,066         |        |        | 1,008   | 12                        | 39      | 8,4    | 0,54   |
| ИТОГО:                                         | Завтрак     | 1-4 классы      | 27,526 | 25,987           | 105,978 | 743,296  | 0,327               | 25,29         | 0,074  | 8,8    | 82,146  | 271,226                   | 69,057  | 38,24  |        |
|                                                |             | 5-11 классы     | 30,412 | 29,275           | 123,484 | 850,264  | 0,396               | 41,29         | 0,08   | 10,629 | 101,122 | 290,771                   | 87,078  | 39,409 |        |
|                                                | Обед        | 1-4 классы      | 27,387 | 28,884           | 98,473  | 716,399  | 0,413               | 19,113        | 0,032  | 7,944  | 79,969  | 194,02                    | 55,613  | 8,047  |        |
|                                                |             | 5-11 классы     | 34,514 | 31,869           | 122,793 | 879,611  | 0,526               | 24,441        | 0,039  | 9,588  | 101,103 | 242,417                   | 70,716  | 6,343  |        |

\* - действует с 01 марта

\*\* - витаминизация блюд проводится под контролем медицинского работника (при его отсутствии иным ответственным лицом) (п.9.4. СанПин 2.4.5.2409-08)

**Циклическое меню**

| Наименование блюда                                |             | № тар            | Масса     | Пищевая ценность |         |          | Эн. ценность (ккал) | Витамины (мг) |        |        |         | Минеральные вещества (мг) |         |         |        |
|---------------------------------------------------|-------------|------------------|-----------|------------------|---------|----------|---------------------|---------------|--------|--------|---------|---------------------------|---------|---------|--------|
|                                                   |             |                  |           | Белки            | Жиры    | Углеводы |                     | В             | С      | А      | Е       | Кальций                   | Фосфор  | Магний  | Железо |
| Четверг                                           |             | 2-я неделя       |           | Завтрак          |         |          |                     |               |        |        |         |                           |         |         |        |
| Колбаса п/к порциями                              | 1-4 классы  | 29 СБ 1997г.     | 020       | 2,2              | 8,8     |          | 88                  | 0,038         |        |        |         | 2                         | 45,2    | 5,4     | 0,54   |
|                                                   | 5-11 классы | 29 СБ 1997г.     | 030       | 3,3              | 13,2    |          | 132                 | 0,057         |        |        |         | 3                         | 67,8    | 8,1     | 0,81   |
| Каша молочная жидкая -Дружба-с маслом, сахаром    | 1-4 классы  | 102 СБ 2008г.    | 150/5/5   | 3,885            | 5,844   | 28,787   | 174,475             | 0,084         | 0,765  | 0,035  | 0,451   | 98,868                    | 100,75  | 21,555  | 1,581  |
|                                                   | 5-11 классы | 102 СБ 2008г.    | 200/5/5   | 5,291            | 6,584   | 34,037   | 215,3               | 0,111         | 1,02   | 0,04   | 0,563   | 131,39                    | 134     | 28,69   | 2,1    |
| Какао -Несвик-                                    | 1-4 классы  | ГОСТ Р51074-2003 | 200       | 2,98             | 2,628   | 27,9     | 148,96              | 0,055         | 2,92   | 0,02   | 0,09    | 121,4                     | 91      | 14      | 1,7    |
|                                                   | 5-11 классы | ГОСТ Р51074-2003 | 200       | 2,98             | 2,628   | 27,9     | 148,96              | 0,055         | 2,92   | 0,02   | 0,09    | 121,4                     | 91      | 14      | 1,7    |
| Хлеб                                              | 1-4 классы  | ГОСТ 31805-2012  | 040       | 3,04             | 0,24    | 20,92    | 93,2                | 0,044         |        |        | 0,672   | 8                         | 26      | 5,6     | 0,36   |
|                                                   | 5-11 классы | ГОСТ 31805-2012  | 050       | 3,8              | 0,3     | 26,15    | 116,5               | 0,055         |        |        | 0,84    | 10                        | 32,5    | 7       | 0,45   |
| Четверг                                           |             | 2-я неделя       |           | Обед             |         |          |                     |               |        |        |         |                           |         |         |        |
| Салат витаминный*Горошек зеленый консервированный | 1-4 классы  | 2 СБ 2008г.      | 060       | 0,659            | 6,01    | 8,262    | 88,218              | 0,025         | 12,996 |        | 2,618   | 19,056                    | 16,74   | 10,968  | 0,292  |
|                                                   | 5-11 классы | 2 СБ 2008г.      | 100       | 1,098            | 10,016  | 13,77    | 147,03              | 0,042         | 21,66  |        | 4,384   | 31,76                     | 27,9    | 18,28   | 0,486  |
| Борщ с капустой и картофелем с мясом,со сметаной  | 1-4 классы  | 110 СБ 1996г.    | 10/200/10 | 2,533            | 7,322   | 11,708   | 116,08              | 0,055         | 16,83  | 0,006  | 1,819   | 36,9                      | 66,972  | 29,42   | 56,324 |
|                                                   | 5-11 классы | 110 СБ 1996г.    | 10/250/10 | 2,917            | 8,328   | 14,562   | 137,2               | 0,067         | 21,025 | 0,006  | 2,27    | 46,125                    | 76,915  | 36,95   | 70,333 |
| Тефтели мясные с соусом                           | 1-4 классы  | 423 СБ 1996г.    | 060       | 4,31             | 10,265  | 8,85     | 143,342             | 0,043         | 2,22   |        | 1,211   | 11,346                    | 85,89   | 12,629  | 28,749 |
|                                                   | 5-11 классы | 423 СБ 1996г.    | 100       | 5,832            | 14,113  | 11,607   | 195,115             | 0,058         | 2,82   |        | 1,584   | 15,11                     | 116,71  | 16,842  | 29,197 |
| Каша гречневая рассыпчатая                        | 1-4 классы  | 463 СБ 1996г.    | 150       | 7,716            | 5,364   | 41,323   | 232,585             | 0,255         |        | 0,021  | 4,16    | 30,396                    | 154,621 | 0,158   | 2,985  |
|                                                   | 5-11 классы | 463 СБ 1996г.    | 180       | 9,255            | 6,46    | 49,581   | 278,971             | 0,306         |        | 0,025  | 4,989   | 36,456                    | 185,444 | 0,189   | 3,58   |
| Компот из свежих яблок**                          | 1-4 классы  | 702 СБ 1997г.    | 200       | 0,08             |         | 33,552   | 127,78              | 0,004         | 0,72   |        |         | 0,48                      | 2,4     | 4       | 0,152  |
|                                                   | 5-11 классы | 702 СБ 1997г.    | 200       | 0,08             |         | 33,552   | 127,78              | 0,004         | 0,72   |        |         | 0,48                      | 2,4     | 4       | 0,152  |
| Хлеб                                              | 1-4 классы  | ГОСТ 31805-2012  | 040       | 3,04             | 0,24    | 20,92    | 93,2                | 0,044         |        |        | 0,672   | 8                         | 26      | 5,6     | 0,36   |
|                                                   | 5-11 классы | ГОСТ 31805-2012  | 060       | 4,56             | 0,36    | 31,38    | 139,8               | 0,066         |        |        | 1,008   | 12                        | 39      | 8,4     | 0,54   |
| ИТОГО:                                            | Завтрак     | 1-4 классы       | 16,205    | 17,612           | 75,607  | 504,835  | 0,221               | 3,685         | 0,055  | 1,213  | 230,268 | 262,95                    | 46,555  | 4,181   |        |
|                                                   |             | 5-11 классы      | 17,371    | 22,712           | 88,087  | 612,76   | 0,278               | 3,94          | 0,06   | 1,493  | 265,79  | 325,3                     | 57,79   | 5,06    |        |
|                                                   | Обед        | 1-4 классы       | 22,338    | 28,221           | 122,615 | 801,185  | 0,426               | 32,766        | 0,027  | 10,48  | 108,178 | 352,623                   | 62,775  | 88,862  |        |
|                                                   |             | 5-11 классы      | 26,842    | 32,277           | 134,432 | 926,876  | 0,543               | 46,225        | 0,031  | 14,215 | 141,931 | 450,369                   | 83,761  | 104,288 |        |

\* - действует с 01 марта

\*\* - витаминизация блюд проводится под контролем медицинского работника (при его отсутствии иным ответственным лицом) (п.9.4. СанПиН 2.4.5.2409-08)

**Циклическое меню**

| Наименование блюда                            |             | № тех           | Масса    | Пищевая ценность |         |          | Эн. ценность (ккал) | Витамины (мг) |        |       |         | Минеральные вещества (мг) |         |         |         |
|-----------------------------------------------|-------------|-----------------|----------|------------------|---------|----------|---------------------|---------------|--------|-------|---------|---------------------------|---------|---------|---------|
|                                               |             |                 |          | Белки            | Жиры    | Углеводы |                     | В             | С      | А     | Е       | Кальций                   | Фосфор  | Магний  | Железо  |
| Пятница                                       |             | 2-я неделя      |          | Завтрак          |         |          |                     |               |        |       |         |                           |         |         |         |
| Огурцы порционно                              | 1-4 классы  | 522 СБ 1996г.   | 020      | 0,14             |         | 0,36     | 2                   | 0,004         | 1,4    | 0,006 | 0,02    | 3,4                       | 8,4     |         | 0,004   |
|                                               | 5-11 классы | 522 СБ 1996г.   | 030      | 0,21             |         | 0,54     | 3                   | 0,006         | 2,1    | 0,009 | 0,03    | 5,1                       | 12,6    |         | 0,006   |
| Плов из говядины                              | 1-4 классы  | 403 СБ 1996г.   | 025/125  | 10,849           | 10,407  | 34,868   | 265,808             | 0,066         | 2,782  |       | 2,693   | 21,226                    | 52,637  | 16,069  | 88,103  |
|                                               | 5-11 классы | 403 СБ 1996г.   | 050/150  | 18,991           | 16,407  | 41,841   | 378,06              | 0,099         | 3,338  |       | 3,412   | 28,313                    | 63,224  | 19,944  | 108,546 |
| Чай с сахаром                                 | 1-4 классы  | 628 СБ 1996г.   | 200      | 0,2              | 0,051   | 15,01    | 57,267              |               | 0,001  |       |         | 0,346                     |         |         | 0,053   |
|                                               | 5-11 классы | 628 СБ 1996г.   | 200      | 0,2              | 0,051   | 15,01    | 57,267              |               | 0,001  |       |         | 0,346                     |         |         | 0,053   |
| Хлеб                                          | 1-4 классы  | ГОСТ 31805-2012 | 040      | 3,04             | 0,24    | 20,92    | 93,2                | 0,044         |        |       | 0,672   | 8                         | 26      | 5,6     | 0,36    |
|                                               | 5-11 классы | ГОСТ 31805-2012 | 050      | 3,8              | 0,3     | 26,15    | 116,5               | 0,055         |        |       | 0,84    | 10                        | 32,5    | 7       | 0,45    |
| Пятница                                       |             | 2-я неделя      |          | Обед             |         |          |                     |               |        |       |         |                           |         |         |         |
| Винегрет овощной                              | 1-4 классы  | 60 СБ 1996г.    | 060      | 1,167            | 6,193   | 5,485    | 79,707              | 0,035         | 5,52   |       | 2,596   | 14,13                     | 26,268  | 12,198  | 0,49    |
|                                               | 5-11 классы | 60 СБ 1996г.    | 100      | 1,945            | 10,321  | 9,142    | 132,845             | 0,058         | 9,2    |       | 4,494   | 23,55                     | 43,78   | 20,33   | 0,816   |
| Суп картофельный с рисом и рыбными консервами | 1-4 классы  | 136 СБ 1996г.   | 200/12,5 | 3,97             | 2,84    | 16,232   | 102,53              | 0,088         | 13,2   |       | 0,924   | 36,645                    | 76,47   | 25,8    | 0,586   |
|                                               | 5-11 классы | 136 СБ 1996г.   | 250/12,5 | 4,4              | 3,363   | 20,29    | 124,225             | 0,109         | 16,5   |       | 1,156   | 40,025                    | 88,4    | 30,5    | 0,857   |
| Птица тушеная в соусе(голень п/ф)             | 1-4 классы  | 444 СБ 1996г.   | 100      | 14,981           | 12,651  | 1,944    | 180,817             | 0,068         | 0,72   | 0,038 | 1,564   | 11,273                    | 197,094 | 24,854  | 29,008  |
|                                               | 5-11 классы | 444 СБ 1996г.   | 100      | 14,981           | 12,651  | 1,944    | 180,817             | 0,068         | 0,72   | 0,038 | 1,564   | 11,273                    | 197,094 | 24,854  | 29,008  |
| Картофельное пюре                             | 1-4 классы  | 472 СБ 1996г.   | 150      | 3,263            | 4,497   | 26,37    | 154,2               | 0,161         | 25,875 | 0,026 | 0,144   | 41,31                     | 95,91   | 32,805  | 1,39    |
|                                               | 5-11 классы | 472 СБ 1996г.   | 180      | 3,916            | 5,396   | 31,844   | 185,04              | 0,193         | 31,05  | 0,031 | 0,172   | 49,572                    | 115,092 | 39,366  | 1,668   |
| Компот из кураги**                            | 1-4 классы  | 280 СБ 2008г.   | 200      | 1,924            |         | 44,343   | 176,44              | 0,037         | 1,48   |       |         | 635,69                    | 54,02   | 38,85   | 0,06    |
|                                               | 5-11 классы | 280 СБ 2008г.   | 200      | 1,924            |         | 44,343   | 176,44              | 0,037         | 1,48   |       |         | 635,69                    | 54,02   | 38,85   | 0,06    |
| Хлеб                                          | 1-4 классы  | ГОСТ 31805-2012 | 040      | 3,04             | 0,24    | 20,92    | 93,2                | 0,044         |        |       | 0,672   | 8                         | 26      | 5,6     | 0,36    |
|                                               | 5-11 классы | ГОСТ 31805-2012 | 050      | 4,56             | 0,36    | 31,38    | 139,8               | 0,066         |        |       | 1,008   | 12                        | 39      | 8,4     | 0,54    |
| ИТОГО:                                        | Завтрак     | 1-4 классы      | 15,229   | 16,698           | 71,158  | 458,275  | 0,114               | 4,183         | 0,006  | 3,385 | 32,972  | 87,037                    | 21,669  | 88,52   |         |
|                                               |             | 5-11 классы     | 23,201   | 18,758           | 83,641  | 654,827  | 0,16                | 5,439         | 0,009  | 4,282 | 43,759  | 108,324                   | 28,944  | 107,055 |         |
|                                               | Обед        | 1-4 классы      | 28,245   | 26,421           | 115,294 | 786,894  | 0,433               | 48,795        | 0,064  | 8     | 747,048 | 475,762                   | 140,107 | 31,894  |         |
|                                               |             | 5-11 классы     | 31,726   | 32,091           | 138,743 | 939,167  | 0,531               | 58,95         | 0,069  | 8,394 | 772,11  | 537,386                   | 162,3   | 32,949  |         |

\* - действует с 01 марта

\*\* - витаминизация блюд проводится под контролем медицинского работника (при его отсутствии иным ответственным лицом) (п.9.4, СанПин 2.4.5.2409-09)

**Циклическое меню**

| Наименование блюда |             | № тех                         | Масса | Пищевая ценность |        |          | Эн. ценность (ккал) | Витамины (мг) |       |       |       | Минеральные вещества (мг) |         |        |         |
|--------------------|-------------|-------------------------------|-------|------------------|--------|----------|---------------------|---------------|-------|-------|-------|---------------------------|---------|--------|---------|
|                    |             |                               |       | Белки            | Жиры   | Углеводы |                     | В             | С     | А     | Е     | Кальций                   | Фосфор  | Магний | Железо  |
| Суббота            |             | 2-я неделя                    |       | Завтрак          |        |          |                     |               |       |       |       |                           |         |        |         |
| Сыр плавленый      | 1-4 классы  | ТУ 10.51.40-001-78634349-2016 | 1шт   | 3,58             | 3,5    |          | 47,4                |               | 0,51  | 0,025 | 0,06  | 129                       | 102     | 6,8    | 136     |
|                    | 5-11 классы | ТУ 10.51.40-001-78634349-2016 | 1шт   | 3,58             | 3,5    |          | 47,4                |               | 0,51  | 0,025 | 0,06  | 129                       | 102     | 6,8    | 136     |
| Омлет натуральный  | 1-4 классы  | 284 СБ 1996г.                 | 150   | 15,806           | 19,39  | 2,879    | 251,474             | 0,094         | 0,429 | 0,437 | 2,492 | 116,428                   | 251,849 | 67,926 | 3,528   |
|                    | 5-11 классы | 284 СБ 1996г.                 | 200   | 21,076           | 25,854 | 3,838    | 335,305             | 0,126         | 0,571 | 0,563 | 3,323 | 155,233                   | 335,804 | 90,57  | 4,705   |
| Сок фруктовый      | 1-4 классы  | 293 СБ 2008г.                 | 200   | 1                |        | 23,4     | 94                  | 0,02          | 4     |       |       | 16                        | 18      | 10     | 0,4     |
|                    | 5-11 классы | 293 СБ 2008г.                 | 200   | 1                |        | 23,4     | 94                  | 0,02          | 4     |       |       | 16                        | 18      | 10     | 0,4     |
| Хлеб               | 1-4 классы  | ГОСТ 31805-2012               | 040   | 3,04             | 0,24   | 20,92    | 93,2                | 0,044         |       |       | 0,672 | 8                         | 26      | 5,6    | 0,36    |
|                    | 5-11 классы | ГОСТ 31805-2012               | 050   | 3,8              | 0,3    | 26,15    | 116,5               | 0,055         |       |       | 0,84  | 10                        | 32,5    | 7      | 0,45    |
| ИТОГО:             | Завтрак     | 1-4 классы                    |       | 19,428           | 19,13  | 64,199   | 486,074             | 0,168         | 4,939 | 0,462 | 3,224 | 269,428                   | 397,849 | 90,326 | 140,288 |
|                    |             | 5-11 классы                   |       | 23,466           | 23,654 | 74,388   | 593,205             | 0,2           | 6,081 | 0,608 | 4,223 | 310,233                   | 488,304 | 114,37 | 141,556 |

\* - действует с 01 марта

\*\* - витаминизация блюд проводится под контролем медицинского работника (при его отсутствии иным ответственным лицом) (п.9.4. СанПиН 2.4.5.2409-08)

Для составления меню использованы:

---

- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. Издательство «Хлебпродинформ» г.Москва 1996г.
- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. Издательство «Хлебпродинформ» II часть, г.Москва 1997г.
- Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений ГОУ ВПО «Пермская государственная медицинская академия» Е.А. Вагнера, г.Пермь, 2008г.
- Химический состав пищевых продуктов, под ред. проф. И.М. Скурихина и проф. д-ра мед. Наук М.Н. Волгарева, изд. «Агропромиздат», г. Москва, 1987г.
- Химический состав пищевых продуктов, под ред. А.А. Покровского, Москва, 1976г.