

СОГЛАСОВАНО:  
Директор ГБОУ ООШ пос. Пионерский  
Н.И.Марочкина

*Марочкина*

«31»

08

2021г.



*Согласовано:  
Председатель родительского комитета*

*Самаркина / Е.А. Самаркина*

*31.08.2021г.*

УТВЕРЖДАЮ:

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



«31»

20 г.

Примерное циклическое меню  
для организации питания  
в ГБОУ ООШ пос. Пионерский

Осенне-зимнее (весеннее - \*)

**Цикличное меню**

Наименование блюда	№ тех	Масса	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
<b>Понедельник</b>	<b>1-я неделя</b>	<b>Завтрак</b>													
Кукуруза консервированная	1-4 классы	24 Сб.1996г.	020	0,7	0,56	3,12	20,2	0,08				9,2			0,084
	5-11 классы	24 Сб.1996г.	030	1,05	0,84	4,68	30,3	0,12				13,8			0,126
Колбаса жареная с соусом	1-4 классы	252 Сб.2015г.	090	7,198	15,002	2,592	173,192	0,006	0,96	0,003	1,306	17,264	94,192	13,472	37,688
	5-11 классы	252 Сб.2015г.	110	9,938	19,562	2,592	225,192	0,006	0,96	0,003	1,306	23,064	129,792	17,872	38,028
Макаронные изделия отварные	1-4 классы	469 Сб.1996г.	150	5,365	4,265	38,347	203,79	0,087		0,021	1,193	10,427	45,359	8,306	0,622
	5-11 классы	469 Сб.1996г.	180	6,437	5,117	46,011	244,528	0,105		0,025	1,431	12,512	54,426	9,967	0,746
Чай с сахаром	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0,2	0,051	15,01	57,267		0,001			0,346			0,053
	5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0,2	0,051	15,01	57,267		0,001			0,346			0,053
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6	0,36
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	050	3,8	0,3	26,15	116,5	0,055			0,84	10	32,5	7	0,45
<b>Понедельник</b>	<b>1-я неделя</b>	<b>Обед</b>													
Винегрет 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
Суп картофельный с горохом	1-4 классы	138 Сб.1996г.	200	4,746	4,302	18,572	127,58	0,202	9,3		3,215	25,82	69,5	28,2	1,556
	5-11 классы	138 Сб.1996г.	250	5,933	5,378	23,215	159,475	0,253	11,625		4,019	32,275	86,875	35,25	1,945
Котлеты Куриные с соусом	1-4 классы	0	090	5,308	9,802	10,652	151,072	0,006	0,96	0,003	1,306	2,764	5,192	2,472	36,838
	5-11 классы	0	100	7,221	13,349	13,254	201,305	0,004	0,72	0,002	1,798	2,073	3,894	1,854	27,628
Капуста тушеная	1-4 классы	482 Сб.1996г.	150	3,593	5,267	16,511	123,461	0,111	88,32		2,241	83,598	62,415	31,572	84,606
	5-11 классы	482 Сб.1996г.	180	4,316	6,321	19,838	148,28	0,133	105,985		2,689	100,33	74,925	37,886	101,068
Компот из сухофруктов	1-4	283	180	0,878		32,139	126,104	0,005	0,549			30,74	21,137	16,47	4,158

	классы	С6.2008г.													
	5-11 классы	283 С6.2008г.	180	0,878		32,139	126,104	0,005	0,549			30,74	21,137	16,47	4,158
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6	0,36
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	060	4,56	0,36	31,38	139,8	0,066			1,008	12	39	8,4	0,54

<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>500</b>	<b>16,503</b>	<b>20,118</b>	<b>79,989</b>	<b>547,649</b>	<b>0,217</b>	<b>0,961</b>	<b>0,024</b>	<b>3,171</b>	<b>45,237</b>	<b>165,551</b>	<b>27,378</b>	<b>38,807</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>570</b>	<b>21,425</b>	<b>25,87</b>	<b>94,443</b>	<b>673,787</b>	<b>0,286</b>	<b>0,961</b>	<b>0,028</b>	<b>3,577</b>	<b>59,722</b>	<b>216,718</b>	<b>34,839</b>	<b>39,403</b>
	<b>Обед</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>720</b>	<b>18,732</b>	<b>25,804</b>	<b>104,279</b>	<b>701,124</b>	<b>0,403</b>	<b>104,649</b>	<b>0,003</b>	<b>10,13</b>	<b>165,052</b>	<b>210,512</b>	<b>96,512</b>	<b>128,008</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>870</b>	<b>24,853</b>	<b>35,729</b>	<b>128,968</b>	<b>907,809</b>	<b>0,519</b>	<b>128,079</b>	<b>0,002</b>	<b>14,008</b>	<b>200,968</b>	<b>269,611</b>	<b>120,19</b>	<b>136,155</b>

\* - действует с 01 марта

### Циклическое меню

Наименование блюда	№ тех	Масса	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
<b>Вторник</b>	<b>1-я неделя</b>	<b>Завтрак</b>													
Сыр плавленый	1-4 классы	ТУ 10.51.40-001-78634349-2016	018	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	018	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 С6.1996г.	150	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 С6.1996г.	200	31,653	23,826	40,658	473,874	0,109	1,096	0,109	3,135	356,358	440,443	53,649	1,202
Сок фруктовый, (1 шт)	1-4 классы	293 С6.2008г.	200	1		23,4	94	0,02	4			14	14	8	0,6
	5-11 классы	293 С6.2008г.	200	1		23,4	94	0,02	4			14	14	8	0,6
Чай с лимоном	1-4 классы	629 сб.1996г.	187	0,243	0,046	13,761	53,71	0,003	2,801			3,111	1,54	0,84	0,09
	5-11 классы	629 сб.1996г.	187	0,243	0,046	13,761	53,71	0,003	2,801			3,111	1,54	0,84	0,09
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6	0,36
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	050	3,8	0,3	26,15	116,5	0,055			0,84	10	32,5	7	0,45

<b>Вторник</b>		<b>1-я неделя</b>		<b>Обед</b>												
Салат из моркови и яблок/Салат из помидоров*	1-4 классы	11 Сб.2008г.	060	0,512	6,031	8,678	89,4	0,024	2,154		2,751	18,702	21,21	15,708	0,085	
	5-11 классы	11 Сб.2008г.	100	0,853	10,051	14,464	149	0,04	3,59		4,584	31,17	35,35	26,18	0,142	
Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	1-4 классы	120 Сб.1996г.	220	1,804	5,53	8,801	85,78	0,066	26,51	0,006	1,774	37,54	43,204	18,24	19,102	
	5-11 классы	120 Сб.1996г.	260	2,181	6,538	10,929	104,325	0,082	33,125	0,006	2,214	44,675	52,455	22,55	23,875	
Жаркое По-домашнему(говядина)	1-4 классы	394 Сб.1996г.	180	11,559	12,75	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	17,995	18,856	30,487	343,961	0,227	31,896		3,696	26,71	94,531	38,635	88,105	
Компот из апельсинов с яблоками	1-4 классы	278 Сб.2008г.	200	0,378		27,468	106,74	0,017	22,086		0,079	12,6	9,9	7,38	0,108	
	5-11 классы	278 Сб.2008г.	200	0,42		30,52	118,6	0,019	24,54		0,088	14	11	8,2	0,12	
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6	0,36	
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	060	4,56	0,36	31,38	139,8	0,066			1,008	12	39	8,4	0,54	

<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>595</b>	<b>30,988</b>	<b>21,413</b>	<b>91,127</b>	<b>649,311</b>	<b>0,149</b>	<b>8,165</b>	<b>0,105</b>	<b>2,988</b>	<b>430,59</b>	<b>473,799</b>	<b>61,992</b>	<b>137,923</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>655</b>	<b>40,276</b>	<b>27,672</b>	<b>103,969</b>	<b>785,484</b>	<b>0,187</b>	<b>8,407</b>	<b>0,134</b>	<b>4,035</b>	<b>512,469</b>	<b>590,483</b>	<b>76,289</b>	<b>138,342</b>
	<b>Обед</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>700</b>	<b>17,293</b>	<b>24,551</b>	<b>91,235</b>	<b>623,754</b>	<b>0,329</b>	<b>77,246</b>	<b>0,006</b>	<b>8,09</b>	<b>97,404</b>	<b>178,926</b>	<b>78,643</b>	<b>88,303</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>850</b>	<b>26,009</b>	<b>35,805</b>	<b>117,78</b>	<b>855,686</b>	<b>0,434</b>	<b>93,151</b>	<b>0,006</b>	<b>11,59</b>	<b>128,555</b>	<b>232,336</b>	<b>103,965</b>	<b>112,782</b>

\* - действует с 01 марта

### Цикличное меню

Наименование блюда	№ тех	Масса	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
<b>Среда</b>	<b>1-я неделя</b>	<b>Завтрак</b>													
Огурцы солёные	1-4 классы	24 Сб.1996г.	020	0,56		0,26	3,22					5	4		0,24
	5-11 классы	24 Сб.1996г.	030	0,84		0,39	4,83					7,5	6		0,36
Рыба, тушенная в томате с овощами	1-4 классы	309 Сб.1996г.	90	8,33	3,029	5,112	78,054	0,056	3,7		1,276	14,54	19,46	39,142	92,485
	5-11 классы	309 Сб.1996г.	100	10,261	5,442	5,112	107,499	0,066	3,7		2,255	14,54	19,46	46,062	92,582

Картофельное пюре	1-4 классы	472 Сб.1996г.	150	3,263	4,497	26,37	154,2	0,161	25,875	0,026	0,144	41,31	95,91	32,805	1,39
	5-11 классы	472 Сб.1996г.	180	3,916	5,396	31,644	185,04	0,193	31,05	0,031	0,172	49,572	115,092	39,366	1,668
Компот из свежих яблок	1-4 классы	702 Сб.1997г.	200	0,08		33,552	127,76	0,004	0,72			0,48	2,4	4	0,152
	5-11 классы	702 Сб.1997г.	200	0,08		33,552	127,76	0,004	0,72			0,48	2,4	4	0,152
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6	0,36
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	050	3,8	0,3	26,15	116,5	0,055			0,84	10	32,5	7	0,45

<b>Среда</b>		<b>1-я неделя</b>		<b>Обед</b>												
Салат из свеклы отварной	1-4 классы	23 Сб.2008г.	060	0,969	2,997	6,156	54,33	0,011	5,7			1,34	21,09	24,51	24,51	0,798
	5-11 классы	23 Сб.2008г.	100	1,615	4,995	10,26	90,55	0,019	9,5			2,233	35,15	40,85	40,85	1,33
Суп картофельный с макаронными изделиями	1-4 классы	139 Сб.1996г.	250	2,84	2,673	23,945	125,525	0,118	16,5			1,343	17,5	63,5	24,05	0,887
	5-11 классы	139 Сб.1996г.	250	2,84	2,673	23,945	125,525	0,118	16,5			1,343	17,5	63,5	24,05	0,887
Плов из птицы(филе куриное)	1-4 классы	893 Сб1998г.	150	10,315	8,435	34,129	245,147	0,077	1,434	0,019		2,91	22,412	150,786	25,502	1,556
	5-11 классы	893 Сб.1998г.	200	13,742	11,244	45,518	326,844	0,103	1,94	0,025		3,88	29,964	200,972	34,006	2,076
Чай с сахаром	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0,2	0,051	15,01	57,267			0,001			0,346			0,053
	5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0,2	0,051	15,01	57,267			0,001			0,346			0,053
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044				0,672	8	26	5,6	0,36
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	060	4,56	0,36	31,38	139,8	0,066				1,008	12	39	8,4	0,54

<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>500</b>	<b>15,273</b>	<b>7,766</b>	<b>86,214</b>	<b>456,434</b>	<b>0,265</b>	<b>30,295</b>	<b>0,026</b>	<b>2,092</b>	<b>69,33</b>	<b>147,77</b>	<b>81,547</b>	<b>94,627</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>560</b>	<b>18,897</b>	<b>11,138</b>	<b>96,848</b>	<b>541,629</b>	<b>0,318</b>	<b>35,47</b>	<b>0,031</b>	<b>3,267</b>	<b>82,092</b>	<b>175,452</b>	<b>96,428</b>	<b>95,212</b>
	<b>Обед</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>700</b>	<b>17,364</b>	<b>14,396</b>	<b>100,16</b>	<b>575,469</b>	<b>0,25</b>	<b>23,635</b>	<b>0,019</b>	<b>6,265</b>	<b>69,348</b>	<b>264,796</b>	<b>79,662</b>	<b>3,654</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>810</b>	<b>22,957</b>	<b>19,323</b>	<b>126,113</b>	<b>739,986</b>	<b>0,306</b>	<b>27,941</b>	<b>0,025</b>	<b>8,464</b>	<b>94,96</b>	<b>344,322</b>	<b>107,306</b>	<b>4,886</b>

\* - действует с 01 марта

### Циклическое меню

Наименование блюда	№ тех	Масса	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо

<b>Четверг</b>		<b>1-я неделя</b>		<b>Завтрак</b>											
Горошек зеленый консервированный	1-4 классы	31 Сб.1997г.	020	0,62	0,4	1,42	8,2	0,022	2		0,24	3,2	10,6	4,2	0,14
	5-11 классы	31 Сб.1997г.	030	0,93	0,6	2,13	12,3	0,033	3		0,36	4,8	15,9	6,3	0,21
Сосиски отварные с соусом	1-4 классы	393 Сб.1997г.	90	5,2	6,6	0,15	85,5					14,5	80,5	10	0,85
	5-11 классы	393 Сб.1997г.	90	5,2	6,6	0,15	85,5					14,5	80,5	10	0,85
Макаронные изделия отварные	1-4 классы	469 Сб.1996г.	150	5,365	4,265	38,347	203,79	0,087		0,021	1,193	10,427	45,359	8,306	0,622
	5-11 классы	469 Сб.1996г.	180	6,437	5,117	46,011	244,528	0,105		0,025	1,431	12,512	54,426	9,967	0,746
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
<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	0,533
	5-11 классы	37 Сб.2015г.	100	2,126	3,06	12,196	82,032	0,073	11,796		1,354	21,177	47,427	17,639	0,888
Борщ с капустой и картофелем, со сметаной	1-4 классы	110 Сб.1996г.	210	1,833	5,522	11,708	96,08	0,048	16,83	0,006	1,819	37,9	45,972	27,12	56,044
	5-11 классы	110 Сб.1996г.	260	2,217	6,528	14,562	117,2	0,06	21,025	0,006	2,27	45,125	55,915	33,65	70,053
ЁЖИКИ в соусе	1-4 классы	0	090	6,548	25,302	11,892	297,392	0,006	0,96	0,003	1,306	2,764	5,192	2,472	36,838
	5-11 классы	0	100	8,961	35,099	14,994	406,625	0,004	0,72	0,002	1,798	2,073	3,894	1,854	27,628
Каша гречневая рассыпчатая	1-4 классы	463 Сб.1996г.	150	7,716	5,384	41,323	232,585	0,255		0,021	4,16	30,396	154,621	0,158	2,985
	5-11 классы	463 Сб.1996г.	180	9,255	6,46	49,561	278,971	0,306		0,025	4,989	36,456	185,444	0,189	3,58
Напиток из шиповника	1-4 классы	289 Сб.2008г.	180	0,72		24,273	96,705	0,027	216		0,308	12,15	3,6	3,6	5,081
	5-11 классы	289 Сб.2008г.	180	0,72		24,273	96,705	0,027	216		0,308	12,15	3,6	3,6	5,081
Хлеб	1-4	ГОСТ 31805-	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6	0,36

	классы	2012													
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	060	4,56	0,36	31,38	139,8	0,066			1,008	12	39	8,4	0,54

<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>500</b>	<b>15,225</b>	<b>11,505</b>	<b>84,237</b>	<b>484,69</b>	<b>0,173</b>	<b>6</b>	<b>0,021</b>	<b>2,105</b>	<b>52,127</b>	<b>180,459</b>	<b>38,106</b>	<b>2,372</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>550</b>	<b>17,367</b>	<b>12,617</b>	<b>97,841</b>	<b>552,828</b>	<b>0,213</b>	<b>7</b>	<b>0,025</b>	<b>2,631</b>	<b>57,812</b>	<b>201,326</b>	<b>43,267</b>	<b>2,656</b>
	<b>Обед</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>730</b>	<b>21,133</b>	<b>38,284</b>	<b>117,433</b>	<b>865,181</b>	<b>0,424</b>	<b>240,868</b>	<b>0,03</b>	<b>9,078</b>	<b>103,917</b>	<b>263,842</b>	<b>49,534</b>	<b>101,841</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>880</b>	<b>27,839</b>	<b>51,507</b>	<b>146,966</b>	<b>1 121,333</b>	<b>0,536</b>	<b>249,541</b>	<b>0,033</b>	<b>11,727</b>	<b>128,981</b>	<b>335,28</b>	<b>65,332</b>	<b>107,77</b>

\* - действует с 01 марта

### Циклическое меню

Наименование блюда	№ тех	Масса	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
<b>Пятница</b>		<b>1-я неделя</b>		<b>Завтрак</b>											
Фрукты	1-4 классы	24.01	150	0,6		14,7	57								
	5-11 классы	24.01	150	0,6		14,7	57								
Каша рисовая молочная жидкая с маслом, сахаром	1-4 классы	114 Сб.2008г.	160	3,923	5,764	30,395	187,237	0,043	0,8	0,036	0,293	103,743	96,225	16,204	1,252
	5-11 классы	114 Сб.2008г.	210	5,209	6,477	38,848	232,32	0,057	1,067	0,041	0,352	137,899	127,973	21,556	1,661
Кофейный напиток с молоком	1-4 классы	762Сб.1997г	180	2,79	2,34	21,573	120,015	0,027	0,9	0,018	0,081	109,17	81,9	12,6	0,941
	5-11 классы	762Сб.1997г	180	2,79	2,34	21,573	120,015	0,027	0,9	0,018	0,081	109,17	81,9	12,6	0,941
Батон	1-4 классы	ГОСТ 31752-2012	040	2,96	1,16	20,56	0,1	0,06			1	10	32,8	13,2	0,6
	5-11 классы	ГОСТ 31752-2012	050	3,7	1,45	25,7	0,125	0,075			1,25	12,5	41	16,5	0,75
<b>Пятница</b>		<b>1-я неделя</b>		<b>Обед</b>											
Салат из белокочанной капусты/Салат из огурцов*	1-4 классы	62 Сб.1997г.	060	0,929	3,003	5,968	53,564	0,032	23,95		1,298	24,878	17,963	9,848	0,489
	5-11 классы	62 Сб.1997г.	100	1,55	5,005	9,951	89,292	0,053	39,95		2,163	41,494	29,959	16,424	0,816
Рассольник ленинградский со сметаной	1-4 классы	42 Сб.2008г.	210	2,288	5,588	16,298	116,572	0,085	12,85	0,006	1,771	24,28	54	19,24	0,808
	5-11 классы	42 Сб.2008г.	260	2,785	6,61	20,3	142,815	0,106	16,05	0,006	2,211	28,1	65,95	23,8	1,007

Тeftели с соусом	1-4 классы	0	090	6,548	27,3	11,892	315,372	0,006	0,96	0,003	2,146	2,764	5,192	2,472	36,838
	5-11 классы	0	100	8,961	36,898	14,994	422,807	0,004	0,72	0,002	2,554	2,073	3,894	1,854	27,628
Картофель и овощи тушеные	1-4 классы	251 Сб.1997г.	150	3,675	11,419	35,22	250,013	0,215	35,625		4,787	23,4	108,525	43,575	1,622
	5-11 классы	251 Сб.1997г.	180	4,41	13,703	42,264	300,015	0,258	42,75		5,745	28,08	130,23	52,29	1,946
Компот из сухофруктов	1-4 классы	283 Сб.2008г.	180	0,878		32,139	126,104	0,005	0,549		30,74	21,137	16,47	4,158	
	5-11 классы	283 Сб.2008г.	180	0,878		32,139	126,104	0,005	0,549		30,74	21,137	16,47	4,158	
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6	0,36
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	060	4,56	0,36	31,38	139,8	0,066			1,008	12	39	8,4	0,54

<b>ИТОГО:</b>	Завтрак	1-4 классы	530	10,273	9,264	87,228	364,352	0,13	1,7	0,054	1,374	222,913	210,925	42,004	2,793
		5-11 классы	590	12,299	10,267	100,821	409,46	0,159	1,967	0,059	1,683	259,569	250,873	50,656	3,352
	Обед	1-4 классы	730	17,358	47,55	122,437	954,825	0,387	73,934	0,009	10,674	114,062	232,817	97,205	44,275
		5-11 классы	880	23,144	62,576	151,028	1 220,833	0,492	100,019	0,008	13,681	142,487	290,17	119,238	36,095

\* - действует с 01 марта

### Циклическое меню

Наименование блюда	№ тех	Масса	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
<b>Суббота</b>	<b>1-я неделя</b>	<b>Завтрак</b>													
Икра кабачковая(порционно)	1-4 классы	31 Сб.1997г.	020	0,4	1,8	1,72	24,4	0,004	1,4			8,2	13,4	7	1,4
	5-11 классы	31 Сб.1997г.	030	0,6	2,7	2,58	36,6	0,006	2,1			12,3	20,1	10,5	2,1
Котлеты Куриные с соусом	1-4 классы	0	090	5,308	9,802	10,652	151,072	0,006	0,96	0,003	1,306	2,764	5,192	2,472	36,838
	5-11 классы	0	100	7,221	13,349	13,254	201,305	0,004	0,72	0,002	1,798	2,073	3,894	1,854	27,628
Капуста тушеная	1-4 классы	482 Сб.1996г.	150	3,593	5,267	16,511	123,461	0,111	88,32		2,241	83,598	62,415	31,572	84,606
	5-11 классы	482 Сб.1996г.	180	4,316	6,321	19,838	148,28	0,133	105,985		2,689	100,33	74,925	37,886	101,068
Чай с сахаром	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0,2	0,051	15,01	57,267		0,001			0,346			0,053
	5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0,2	0,051	15,01	57,267		0,001			0,346			0,053
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6	0,36

	5-11 классы	ГОСТ 31805- 2012	050	3,8	0,3	26,15	116,5	0,055			0,84	10	32,5	7	0,45
--	----------------	---------------------	-----	-----	-----	-------	-------	-------	--	--	------	----	------	---	------

<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>500</b>	<b>12,541</b>	<b>17,16</b>	<b>64,813</b>	<b>449,4</b>	<b>0,165</b>	<b>90,681</b>	<b>0,003</b>	<b>4,219</b>	<b>102,908</b>	<b>107,007</b>	<b>46,644</b>	<b>123,257</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>560</b>	<b>16,137</b>	<b>22,721</b>	<b>76,832</b>	<b>559,952</b>	<b>0,198</b>	<b>108,806</b>	<b>0,002</b>	<b>5,327</b>	<b>125,049</b>	<b>131,419</b>	<b>57,24</b>	<b>131,299</b>

\* - действует с 01  
марта

### Циклическое меню

Наименование блюда	№ тех	Масса	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
<b>Понедельник</b>		<b>2-я неделя</b>		<b>Завтрак</b>											
Йогурт	1-4 классы	ТУ 10.51.56- 045- 18255315- 2017	100	5	1,5	3,5	51	0,03	0,6	0,01		124	95	15	0,1
	5-11 классы	ТУ 10.51.56- 045- 18255315- 2017	100	5	1,5	3,5	51	0,03	0,6	0,01		124	95	15	0,1
Оладьи с молоком сгущенным	1-4 классы	682 Сб.1996г.	200	15,69	14,398	89,563	555,924	0,216	1,238	0,044	3,922	216,692	238,287	40,677	2,361
	5-11 классы	682 Сб.1996г.	250	19,655	17,904	111,148	692,214	0,273	1,52	0,054	5,025	256,679	290,726	49,87	3,021
Чай с сахаром	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0,2	0,051	15,01	57,267		0,001			0,346			0,053
	5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0,2	0,051	15,01	57,267		0,001			0,346			0,053
<b>Понедельник</b>		<b>2-я неделя</b>		<b>Обед</b>											
Салат из свеклы отварной	1-4 классы	23 Сб.2008г.	060	0,969	2,997	6,156	54,33	0,011	5,7		1,34	21,09	24,51	24,51	0,798
	5-11 классы	23 Сб.2008г.	100	1,615	4,995	10,26	90,55	0,019	9,5		2,233	35,15	40,85	40,85	1,33
Суп картофельный с макаронными изделиями	1-4 классы	139 Сб.1996г.	200	2,272	2,138	19,156	100,42	0,094	13,2		1,074	14	50,8	19,24	0,71
	5-11 классы	139 Сб.1996г.	250	2,84	2,673	23,945	125,525	0,118	16,5		1,343	17,5	63,5	24,05	0,887
Тефтели с соусом	1-4 классы	0	090	6,548	27,3	11,892	315,372	0,006	0,96	0,003	2,146	2,764	5,192	2,472	36,838
	5-11 классы	0	100	8,961	36,898	14,994	422,807	0,004	0,72	0,002	2,554	2,073	3,894	1,854	27,628



<b>Вторник</b>		<b>2-я неделя</b>		<b>Обед</b>											
Винегрет овощной	1-4 классы	60 Сб.1996г.	060	1,194	6,373	6,007	81,948	0,045	6,42		2,804	13,32	29,238	14,088	0,445
	5-11 классы	60 Сб.1996г.	100	1,99	10,621	10,012	136,58	0,075	10,7		4,674	22,2	48,73	23,48	0,741
Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	1-4 классы	120 Сб.1996г.	210	1,804	5,53	8,801	85,78	0,066	26,51	0,006	1,774	37,54	43,204	18,24	19,102
	5-11 классы	120 Сб.1996г.	260	2,181	6,538	10,929	104,325	0,082	33,125	0,006	2,214	44,675	52,455	22,55	23,875
ЁЖИКИ в соусе	1-4 классы	0	090	6,548	25,302	11,892	297,392	0,006	0,96	0,003	1,306	2,764	5,192	2,472	36,838
	5-11 классы	0	100	8,961	35,099	14,994	406,625	0,004	0,72	0,002	1,798	2,073	3,894	1,854	27,628
Макаронные изделия отварные	1-4 классы	469 Сб.1996г.	150	5,365	4,265	38,347	203,79	0,087		0,021	1,193	10,427	45,359	8,306	0,622
	5-11 классы	469 Сб.1996г.	180	6,437	5,117	46,011	244,528	0,105		0,025	1,431	12,512	54,426	9,967	0,746
Чай с лимоном	1-4 классы	629 сб.1996г.	187	0,243	0,046	13,761	53,71	0,003	2,801			3,111	1,54	0,84	0,09
	5-11 классы	629 сб.1996г.	187	0,243	0,046	13,761	53,71	0,003	2,801			3,111	1,54	0,84	0,09
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6	0,36
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	060	4,56	0,36	31,38	139,8	0,066			1,008	12	39	8,4	0,54

<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>500</b>	<b>16,284</b>	<b>15,426</b>	<b>106,807</b>	<b>606,617</b>	<b>0,313</b>	<b>3,08</b>	<b>0,03</b>	<b>6,158</b>	<b>45,04</b>	<b>196,613</b>	<b>12,23</b>	<b>40,339</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>560</b>	<b>20,566</b>	<b>20,109</b>	<b>123,057</b>	<b>727,536</b>	<b>0,375</b>	<b>3,54</b>	<b>0,036</b>	<b>7,657</b>	<b>54,109</b>	<b>236,838</b>	<b>13,043</b>	<b>31,816</b>
	<b>Обед</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>737</b>	<b>18,194</b>	<b>41,756</b>	<b>99,728</b>	<b>815,82</b>	<b>0,251</b>	<b>36,691</b>	<b>0,03</b>	<b>7,749</b>	<b>75,162</b>	<b>150,533</b>	<b>49,546</b>	<b>57,457</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>887</b>	<b>24,372</b>	<b>57,781</b>	<b>127,087</b>	<b>1 085,568</b>	<b>0,335</b>	<b>47,346</b>	<b>0,033</b>	<b>11,125</b>	<b>96,571</b>	<b>200,045</b>	<b>67,091</b>	<b>53,62</b>

\* - действует с 01 марта

### Цикличное меню

Наименование блюда	№ тех	Масса	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
<b>Среда</b>	<b>2-я неделя</b>	<b>Завтрак</b>													
Колбаса п/к порциями	1-4 классы	29 Сб.1997г.	030	3,3	13,2		132	0,057				3	67,8	8,1	0,81
	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.	220	5,356	10,209	39,072	267,3	0,112	1,02	0,06	0,68	132,69	135	28,84	2,125
	5-11 классы	102 Сб.2008г.	260	6,401	10,801	44,823	299,771	0,134	1,224	0,064	0,769	158,707	161,6	34,548	2,54
Кофейный напиток с молоком	1-4 классы	287 Сб.2008г.	200	3,1	2,6	23,97	133,35	0,03	1	0,02	0,09	121,3	91	14	1,045
	5-11 классы	287 Сб.2008г.	200	3,1	2,6	23,97	133,35	0,03	1	0,02	0,09	121,3	91	14	1,045
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805- 2012	050	3,8	0,3	26,15	116,5	0,055			0,84	10	32,5	7	0,45
	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>Среда</b>			<b>2-я неделя</b>			<b>Обед</b>									
Салат из моркови и яблок/Салат из помидоров*	1-4 классы	11 Сб.2008г.	060	0,512	6,031	8,678	89,4	0,024	2,154		2,751	18,702	21,21	15,708	0,085
	5-11 классы	11 Сб.2008г.	100	0,853	10,051	14,464	149	0,04	3,59		4,584	31,17	35,35	26,18	0,142
Борщ с капустой и картофелем,со сметаной	1-4 классы	110 Сб.1996г.	210	1,833	5,522	11,708	96,08	0,048	16,83	0,006	1,819	37,9	45,972	27,12	56,044
	5-11 классы	110 Сб.1996г.	260	2,217	6,528	14,562	117,2	0,06	21,025	0,006	2,27	45,125	55,915	33,65	70,053
Сосиски отварные с соусом	1-4 классы	393 Сб.1997г.	90	5,2	6,6	0,15	85,5					14,5	80,5	10	0,85
	5-11 классы	393 Сб.1997г.	140	10,4	13,2	0,3	171					29	161	20	1,7
Картофельное пюре	1-4 классы	472 Сб.1996г.	150	3,263	4,497	26,37	154,2	0,161	25,875	0,026	0,144	41,31	95,91	32,805	1,39
	5-11 классы	472 Сб.1996г.	180	3,916	5,396	31,644	185,04	0,193	31,05	0,031	0,172	49,572	115,092	39,366	1,668
Компот из сухофруктов	1-4 классы	283 Сб.2008г.	180	0,878		32,139	126,104	0,005	0,549			30,74	21,137	16,47	4,158
	5-11 классы	283 Сб.2008г.	180	0,878		32,139	126,104	0,005	0,549			30,74	21,137	16,47	4,158
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805- 2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6	0,36
	5-11 классы	ГОСТ 31805- 2012	060	4,56	0,36	31,38	139,8	0,066			1,008	12	39	8,4	0,54

<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>500</b>	<b>15,556</b>	<b>26,309</b>	<b>89,192</b>	<b>649,15</b>	<b>0,254</b>	<b>2,02</b>	<b>0,08</b>	<b>1,61</b>	<b>266,99</b>	<b>326,3</b>	<b>57,94</b>	<b>4,43</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>550</b>	<b>17,361</b>	<b>26,961</b>	<b>100,173</b>	<b>704,921</b>	<b>0,287</b>	<b>2,224</b>	<b>0,084</b>	<b>1,867</b>	<b>295,007</b>	<b>359,4</b>	<b>65,048</b>	<b>4,935</b>
	<b>Обед</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>730</b>	<b>14,726</b>	<b>22,89</b>	<b>99,965</b>	<b>644,484</b>	<b>0,282</b>	<b>45,408</b>	<b>0,032</b>	<b>5,386</b>	<b>151,152</b>	<b>290,729</b>	<b>107,703</b>	<b>62,887</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>920</b>	<b>22,824</b>	<b>35,535</b>	<b>124,489</b>	<b>888,144</b>	<b>0,364</b>	<b>56,214</b>	<b>0,037</b>	<b>8,034</b>	<b>197,607</b>	<b>427,494</b>	<b>144,066</b>	<b>78,261</b>

\* - действует с 01  
марта

### Цикличное меню

Наименование блюда	№ тех	Масса	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
<b>Четверг</b>	<b>2-я неделя</b>	<b>Завтрак</b>													
Огурцы солёные	1-4 классы	24 Сб.1996г.	040	1,12		0,52	6,44					10	8		0,48
	5-11 классы	24 Сб.1996г.	040	1,12		0,52	6,44					10	8		0,48
Плов из Говядины	1-4 классы	193 Сб.2008г.	200	18,671	16,213	40,528	362,073	0,106	2,697		2,849	33,235	68,123	21,137	3,101
	5-11 классы	193 Сб.2008г.	250	19,996	17,934	54,034	433,536	0,126	3,595		3,65	41,941	90,771	27,628	3,449
Чай с сахаром	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0,2	0,051	15,01	57,267		0,001			0,346			0,053
	5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0,2	0,051	15,01	57,267		0,001			0,346			0,053
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	060	4,56	0,36	31,38	139,8	0,066			1,008	12	39	8,4	0,54
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	060	4,56	0,36	31,38	139,8	0,066			1,008	12	39	8,4	0,54
<b>Четверг</b>	<b>2-я неделя</b>	<b>Обед</b>													
Салат из белокочанной капусты/Салат из огурцов*	1-4 классы	62 Сб.1997г.	060	0,929	3,003	5,968	53,564	0,032	23,95		1,298	24,878	17,963	9,848	0,489
	5-11 классы	62 Сб.1997г.	100	1,55	5,005	9,951	89,292	0,053	39,95		2,163	41,494	29,959	16,424	0,816
Суп картофельный с горохом	1-4 классы	138 Сб.1996г.	200	4,746	4,302	18,572	127,58	0,202	9,3		3,215	25,82	69,5	28,2	1,556
	5-11 классы	138 Сб.1996г.	250	5,933	5,378	23,215	159,475	0,253	11,625		4,019	32,275	86,875	35,25	1,945
Рыба, тушенная в томате с овощами	1-4 классы	309 Сб.1996г.	90	8,33	3,029	5,112	78,054	0,056	3,7		1,276	14,54	19,46	39,142	92,485
	5-11 классы	309 Сб.1996г.	100	10,261	5,442	5,112	107,499	0,066	3,7		2,255	14,54	19,46	46,062	92,582
Картофель и овощи тушенные	1-4 классы	251 Сб.1997г.	150	3,675	11,419	35,22	250,013	0,215	35,625		4,787	23,4	108,525	43,575	1,622
	5-11 классы	251 Сб.1997г.	180	4,41	13,703	42,264	300,015	0,258	42,75		5,745	28,08	130,23	52,29	1,946
Сок фруктовый	1-4 классы	293.08	180	0,9		21,06	84,6	0,018	3,6			14,4	16,2	9	0,36
	5-11 классы	293.08	180	0,9		21,06	84,6	0,018	3,6			14,4	16,2	9	0,36
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6	0,36
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	060	4,56	0,36	31,38	139,8	0,066			1,008	12	39	8,4	0,54

<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>500</b>	<b>24,551</b>	<b>16,624</b>	<b>87,438</b>	<b>565,58</b>	<b>0,172</b>	<b>2,698</b>		<b>3,857</b>	<b>55,581</b>	<b>115,123</b>	<b>29,537</b>	<b>4,174</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>550</b>	<b>25,876</b>	<b>18,345</b>	<b>100,944</b>	<b>637,043</b>	<b>0,192</b>	<b>3,596</b>		<b>4,658</b>	<b>64,287</b>	<b>137,771</b>	<b>36,028</b>	<b>4,522</b>
	<b>Обед</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>720</b>	<b>21,62</b>	<b>21,993</b>	<b>106,852</b>	<b>687,011</b>	<b>0,567</b>	<b>76,175</b>		<b>11,248</b>	<b>111,038</b>	<b>257,648</b>	<b>135,365</b>	<b>96,872</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>870</b>	<b>27,614</b>	<b>29,888</b>	<b>132,982</b>	<b>880,681</b>	<b>0,714</b>	<b>101,625</b>		<b>15,19</b>	<b>142,789</b>	<b>321,724</b>	<b>167,426</b>	<b>98,189</b>

\* - действует с 01 марта

### Цикличное меню

Наименование блюда	№ тех	Масса	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
<b>Пятница</b>		<b>2-я неделя</b>		<b>Завтрак</b>											
Икра кабачковая(порционно)	1-4 классы	31 Сб.1997г.	020	0,4	1,8	1,72	24,4	0,004	1,4			8,2	13,4	7	1,4
	5-11 классы	31 Сб.1997г.	030	0,6	2,7	2,58	36,6	0,006	2,1			12,3	20,1	10,5	2,1
Стейк(Шницель) из курицы с соусом	1-4 классы	520 Сб.1997г.	090	7,348	6,052	5,042	269,992	0,006	0,96	0,003	1,306	2,764	5,192	2,472	36,838
	5-11 классы	520 Сб.1997г.	100	9,261	7,799	5,094	341,525	0,004	0,72	0,002	1,798	2,073	3,894	1,854	27,628
Макаронные изделия отварные	1-4 классы	469 Сб.1996г.	150	5,365	4,265	38,347	203,79	0,087		0,021	1,193	10,427	45,359	8,306	0,622
	5-11 классы	469 Сб.1996г.	180	6,437	5,117	46,011	244,528	0,105		0,025	1,431	12,512	54,426	9,967	0,746
Компот из апельсинов с яблоками	1-4 классы	278 Сб.2008г.	200	0,42		30,52	118,6	0,019	24,54		0,088	14	11	8,2	0,12
	5-11 классы	278 Сб.2008г.	200	0,42		30,52	118,6	0,019	24,54		0,088	14	11	8,2	0,12
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6	0,36
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	050	3,8	0,3	26,15	116,5	0,055			0,84	10	32,5	7	0,45
<b>Пятница</b>		<b>2-я неделя</b>		<b>Обед</b>											
Сельдь с гарниром	1-4 классы	83 Сб.1996г.	060	4,24	8,098	4,468	86,115	0,026	4,29	0,012	2,902	24,787	69,462	18,845	408,381
	5-11 классы	83 Сб.1996г.	100	5,164	14,603	8,624	164,088	0,05	8,28	0,022	5,6	35,191	91,378	30,046	408,735
Суп из овощей	1-4 классы	132 Сб.1996г.	200	1,514	3,525	10,49	76,426	0,073	17,8		1,55	18,88	40,38	17,18	0,636
	5-11 классы	132 Сб.1996г.	250	1,893	4,406	13,113	95,533	0,091	22,25		1,937	23,6	50,475	21,475	0,795
Печень говяжья по-строгановски	1-4 классы	387Сб.1996г.	090	11,177	8,546	3,401	129,011	0,188	20,679	2,275	2,044	15,365	213,295	13,706	60,586

	5-11 классы	387Сб.1996г.	100	13,752	10,204	3,401	154,303	0,232	25,563	2,842	2,548	16,105	263,467	16,37	61,918
Рис отварной	1-4 классы	465 Сб.1996г.	150	3,868	5,218	41,803	219,038	0,044		0,027	0,402	14,58	53,73	11,543	0,986
	5-11 классы	465 Сб.1996г.	180	4,641	6,261	50,163	262,845	0,053		0,032	0,482	17,496	64,476	13,851	1,183
Чай с лимоном	1-4 классы	629 сб.1996г.	187	0,243	0,046	13,761	53,71	0,003	2,801			3,111	1,54	0,84	0,09
	5-11 классы	629 сб.1996г.	187	0,243	0,046	13,761	53,71	0,003	2,801			3,111	1,54	0,84	0,09
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6	0,36
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	060	4,56	0,36	31,38	139,8	0,066			1,008	12	39	8,4	0,54

<b>ИТОГО:</b>	Завтрак	1-4 классы	500	16,573	12,357	96,549	709,982	0,16	26,9	0,024	3,259	43,391	100,951	31,578	39,34
		5-11 классы	560	20,518	15,916	110,355	857,753	0,189	27,36	0,027	4,157	50,885	121,92	37,521	31,044
	Обед	1-4 классы	727	24,082	25,673	94,843	657,5	0,378	45,57	2,314	7,57	84,723	404,407	67,714	471,039
		5-11 классы	877	30,253	35,88	120,442	870,279	0,495	58,894	2,896	11,575	107,503	510,336	90,982	473,261

\* - действует с 01 марта

### Цикличное меню

Наименование блюда		№ тех	Масса	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
<b>Суббота</b>		<b>2-я неделя</b>		<b>Завтрак</b>											
Салат картофельный с зеленым горошком	1-4 классы	31 Сб.2008г.	060	1,864	6,956	7,733	97,236	0,059	8,16	0,021	2,794	9,948	39,036	13,884	0,576
	5-11 классы	31 Сб.2008г.	060	1,864	6,956	7,733	97,236	0,059	8,16	0,021	2,794	9,948	39,036	13,884	0,576
Омлет натуральный	1-4 классы	284 Сб.1996г.	200	21,076	25,854	3,838	335,305	0,125	0,571	0,583	3,323	155,233	335,804	90,57	4,705
	5-11 классы	284 Сб.1996г.	230	24,238	29,734	4,414	385,618	0,143	0,657	0,67	3,821	178,519	386,18	104,158	5,41
Чай с сахаром	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0,2	0,051	15,01	57,267		0,001			0,346			0,053
	5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0,2	0,051	15,01	57,267		0,001			0,346			0,053
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6	0,36
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	060	4,56	0,36	31,38	139,8	0,066			1,008	12	39	8,4	0,54

<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>500</b>	<b>26,18</b>	<b>33,101</b>	<b>47,501</b>	<b>583,008</b>	<b>0,228</b>	<b>8,732</b>	<b>0,604</b>	<b>6,789</b>	<b>173,527</b>	<b>400,84</b>	<b>110,054</b>	<b>5,694</b>
---------------	----------------	-------------------	------------	--------------	---------------	---------------	----------------	--------------	--------------	--------------	--------------	----------------	---------------	----------------	--------------

		5-11 классы	550	30,862	37,101	58,537	679,921	0,268	8,818	0,691	7,623	200,813	464,216	126,442	6,579
--	--	-------------	-----	--------	--------	--------	---------	-------	-------	-------	-------	---------	---------	---------	-------

\* - действует с 01  
марта