

СОСТАВЛЕНА:

Директор ГБОУ СОШ(ООШ) № 9



А.В. [Handwritten signature]

«09» июля 2025 г.

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



2025 г.

Примерное циклическое меню
для организации питания
в ГБОУ СОШ(ООШ)

Составлено
с учетом рекомендаций
учреждения
Третьяков № 3 от 09.07.2025 Осенне-зимнее (весеннее - *)

Евг
Анашкова Елена Петровна

Циклическое меню

Наименование блюда	№ рецептуры	Пищевая ценность (г)				Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
		Блюда		Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
		Вес	Белки												
Понедельник															
1-я неделя															
Кукуруза консервированная	24 С6 1996г	020	0,700	3,120	0,560	20,200	0,080				9,200				0,084
	24 С6 1996г	030	1,050	4,880	0,840	30,300	0,120				13,800				0,126
Биточки с соусом	423 С6 1996г	90	10,843	10,030	9,974	133,166	0,020	1,160	0,003	1,306	5,792	14,492	4,558	36,970	27,818
	423 С6 1996г	100	12,665	13,566	12,404	175,920	0,025	1,020	0,002	2,210	6,539	3,894	4,846	27,818	0,622
Макаронные изделия отварные	469 С6 1996г	150	5,365	4,265	37,247	203,780	0,087	0,021	1,193	10,427	45,359	8,306	9,967	0,622	0,746
	469 С6 1996г	180	6,437	5,117	46,011	244,528	0,105	0,025	1,431	12,512	54,426	9,967	0,622	0,746	0,853
Чай с сахаром	628 С6 1996г	200	0,200	0,051	15,010	57,267	0,001	0,001	0,001	0,345	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001
	628 С6 1996г	200	0,200	0,051	15,010	57,267	0,001	0,001	0,001	0,345	0,001	0,001	0,001	0,001	0,001
Хлеб пшеничный	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022	0,470	0,280	4,000	13,000	2,800	0,180	0,225	0,400
	ГОСТ 27844-88	025	1,900	0,250	12,425	56,500	0,028	0,280	0,280	4,200	17,400	3,800	0,400	0,400	0,500
Хлеб ржаной	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016	0,420	0,280	4,200	17,400	3,800	0,400	0,400	0,500
	ГОСТ 26983-2015	025	1,378	0,250	8,020	47,500	0,020	0,420	0,280	4,200	17,400	3,800	0,400	0,400	0,500
Понедельник															
1-я неделя															
Салат из моркови с чесноком/Салат из огурцов консервир-х с зеленым горошком*	50 С6 1996г	060	0,660	5,280	3,500	64,500	0,035	5,520	2,696	14,130	26,268	12,198	0,490	0,815	1,565
	50 С6 1996г	100	1,100	8,800	5,815	107,492	0,058	9,200	4,494	23,550	43,780	20,330	0,815	1,565	1,945
Суп картофельный с горохом	136 С6 1996г	200	4,746	4,302	18,572	127,580	0,202	9,300	3,215	25,820	69,500	26,200	1,565	1,945	2,818
	136 С6 1996г	250	5,933	5,378	23,215	159,475	0,253	11,625	4,019	32,275	86,875	35,250	1,945	2,818	3,697
Котлеты Куринные с соусом	423 С6 1996г	090	8,944	10,030	9,974	133,166	0,020	1,150	1,306	5,792	14,492	4,558	36,970	27,818	0,622
	423 С6 1996г	100	11,340	13,566	12,404	175,920	0,025	1,020	2,210	6,539	3,894	4,846	27,818	0,622	0,746
Капуста тушеная	482 С6 1996г	150	3,593	5,267	16,511	123,451	0,111	86,320	2,241	83,598	62,415	31,572	84,506	101,068	0,158
	482 С6 1996г	180	4,316	6,321	19,838	148,280	0,133	105,985	2,689	100,330	74,925	37,866	101,068	136,676	0,198
Компот из сухофруктов	283 С6 2008г	180	0,878	0,878	32,139	126,104	0,005	0,549	0,280	30,740	21,137	16,470	4,158	4,158	0,180
	283 С6 2008г	180	0,878	0,878	32,139	126,104	0,005	0,549	0,280	30,740	21,137	16,470	4,158	4,158	0,180
Хлеб пшеничный	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022	0,470	0,280	4,000	13,000	2,800	0,180	0,225	0,400
	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033	0,500	0,500	6,000	19,500	4,200	0,270	0,300	0,400
Хлеб ржаной	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016	0,420	0,280	4,200	17,400	3,800	0,400	0,400	0,500
	ГОСТ 26983-2015	030	1,693	0,300	9,624	57,000	0,024	0,500	0,500	6,300	26,100	5,700	0,500	0,500	0,600
Завтрак															
ИТОГО:	1-4 классы	500	19,730	16,286	81,707	497,623	0,225	1,161	3,049	33,965	90,251	19,464	38,309	28,468	36,676
	5-11 классы	560	23,630	20,074	98,560	612,016	0,298	1,021	4,481	43,447	96,320	23,063	28,468	36,676	43,676
Обед															
ИТОГО:	1-4 классы	720	21,443	26,259	97,062	668,011	0,411	104,849	10,016	168,260	224,212	99,698	128,360	128,360	136,676
	5-11 классы	870	27,659	34,635	117,946	842,071	0,631	129,379	14,442	206,734	276,211	124,692	136,676	136,676	150,676

* - действует с 01 марта

Циклическое меню

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес Блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Завтрак														
1-я неделя														
Сыр	1-4 классы	016	3,580	3,500		47,400	0,510	0,025	0,060	129,000	102,000	6,800	136,000	
	5-11 классы	016	3,580	3,500		47,400	0,510	0,025	0,060	129,000	102,000	6,800	136,000	
	1-4 классы	220	4,988	8,935	25,262	190,364	0,151	0,096	2,256	176,695	203,345	44,860	1,366	
	5-11 классы	260	10,199	10,806	36,465	283,900	0,201	1,760	3,135	234,760	270,460	59,740	1,810	
	1-4 классы	25	0,000	0,210	16,395	16,395	0,020	4,000		14,000	14,000	8,000	0,600	
	5-11 классы	25	0,000	0,210	16,395	16,395	0,020	4,000		14,000	14,000	8,000	0,600	
	1-4 классы	200	3,580	2,728	17,070	138,000	0,027	0,900	0,081	109,170	81,900	12,600	0,941	
	5-11 классы	200	3,580	2,728	17,070	138,000	0,027	0,900	0,081	109,170	81,900	12,600	0,941	
	1-4 классы	040	3,160	0,400	20,760	94,400	0,060		1,000	10,000	32,800	13,200	0,600	
	5-11 классы	050	3,950	0,500	25,950	118,000	0,075		1,250	12,500	41,000	16,500	0,750	
Обед														
1-я неделя														
Винегрет овощной	1-4 классы	060	1,167	6,193	5,485	79,707	0,035	5,520	2,696	14,130	26,268	12,198	0,490	
	5-11 классы	100	1,945	8,321	9,142	132,845	0,058	9,200	4,494	23,550	43,780	20,330	0,816	
	1-4 классы	220	1,804	5,530	8,601	85,780	0,066	26,510	1,774	37,540	43,204	19,102		
	5-11 классы	260	2,181	6,538	10,929	104,325	0,082	33,125	2,214	44,675	52,455	22,560	23,875	
	1-4 классы	180	13,826	12,099	21,343	249,641	0,201	28,500		806,489	86,914	35,855	2,530	
	5-11 классы	220	19,346	16,638	29,823	346,536	0,258	38,000		29,226	115,854	47,475	2,962	
	1-4 классы	200	1,924	1,924	44,343	176,440	0,037	1,480		635,690	54,020	38,650	0,060	
	5-11 классы	200	1,924	1,924	44,343	176,440	0,037	1,480		635,690	54,020	38,650	0,060	
	1-4 классы	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022		0,280	4,000	13,000	2,800	0,160	
	5-11 классы	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033		0,500	6,000	19,500	4,200	0,270	
Хлеб ржаной	1-4 классы	020	1,102	0,200	6,415	38,000	0,016		0,260	4,200	17,400	3,800	0,400	
	5-11 классы	030	1,663	0,300	9,624	57,000	0,024		0,500	6,300	26,100	5,700	0,600	
Завтрак														
ИТОГО:	1-4 классы	601	16,308	16,773	79,447	486,509	0,268	6,730	3,397	438,866	434,045	86,480	139,507	
	5-11 классы	661	21,309	17,744	96,840	603,656	0,323	7,170	4,626	499,430	609,360	103,640	140,101	
	1-4 классы	700	21,343	24,202	96,328	674,768	0,377	62,010	6,030	1502,049	240,806	111,743	22,762	
Обед														
ИТОГО:	1-4 классы	840	29,329	32,067	118,771	884,946	0,492	81,806	7,708	745,441	311,709	139,106	28,583	
	5-11 классы	840	29,329	32,067	118,771	884,946	0,492	81,806	7,708	745,441	311,709	139,106	28,583	

* - действует с 01 марта

Циклическое меню

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)						
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо				
															Белки	Жиры	Углеводы	В1
Среда														Завтрак				
1-я неделя																		
Ортыцы соленые	24 С6 1996г	020	0,560		0,280	3,220							5,000	4,000				0,240
Биточки из мlintя с овощами с соусом	24 С6 1996г	030	0,840		0,390	4,830							7,500	6,000				0,360
Картофельное пюре	472 С6 1995г	100	11,340	10,030	9,974	133,196	0,056	3,700	1,276				14,540	19,460	39,142			92,485
Компот из свежих яблок	472 С6 1996г	150	3,263	4,497	26,370	175,920	0,066	3,700	2,255				14,540	19,460	46,062			92,582
Хлеб пшеничный	702 С6 1997г	180	3,916	5,396	31,644	185,400	0,161	25,875	0,144	0,026			41,310	95,910	32,805			1,390
	ГОСТ 27844-88	200	0,080	0,080	33,552	127,760	0,004	0,720	0,172	0,031			49,572	115,092	39,366			1,668
	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022		0,280				4,000	2,400	4,000			0,152
	ГОСТ 26883-2015	025	1,900	0,250	12,425	56,500	0,028		0,420				5,000	16,250	3,500			0,225
	ГОСТ 26883-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016		0,280				4,200	17,400	3,800			0,400
	ГОСТ 26883-2015	025	1,378	0,250	8,020	47,500	0,020		0,420				5,250	21,750	4,750			0,500
Среда														Обед				
1-я неделя																		
Салат из свежкх отварной	23 С6 2008г	060	0,969	6,997	6,156	109,330	0,011	5,700	1,340				21,090	24,510	24,510			0,798
Суп картофельный с макаронными изделиями	139 С6 1996г	250	2,840	2,673	23,945	125,525	0,118	16,500	1,343				17,500	63,500	24,050			0,887
Плов из говядины	193 С6 2008г	150	10,649	10,407	34,868	265,608	0,106	2,697	2,849				33,235	68,123	21,137			3,101
Чай с сахаром	628 С6 1996г	200	0,200	0,051	15,010	392,073	0,126	3,595	3,650				41,941	90,771	27,628			3,449
Хлеб пшеничный	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022		0,280				4,000	2,400	4,000			0,053
Хлеб ржаной	ГОСТ 26883-2015	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033		0,500				6,000	19,500	4,200			0,180
	ГОСТ 26883-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016		0,280				4,200	17,400	3,800			0,270
	ГОСТ 26883-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024		0,500				6,300	26,100	5,700			0,600
Завтрак																		
1-4 классы																		
5-11 классы																		
ИТОГО:																		
Завтрак																		
Обед																		
ИТОГО:																		

действует с 01 марта

Циклическое меню

Наименование блюда	№ рецептуры	Пищевая ценность (г)				Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)						
		Блюда		Жирные			В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо				
		Вес	Блюда	Белки	Жиры										Углеводы			
Четверг																		
1-я неделя																		
Горошек зеленый консервированный	31 С6.1997г.	020	0,620	0,400	1,420	8,200	2,000											
Голубцы мясные с соусом	31 С6.1997г. 428 С6.1996г.	030 60	0,930 7,530	0,600 10,170	2,130 9,450	12,300 158,000	0,033 0,022	3,000 1,150	0,003 0,002	0,360 1,306	4,800 5,957	15,600 15,412	6,300 4,748	0,140 36,981	0,210 27,818			
Макаронные изделия отварные	428 С6.1996г. 469 С6.1996г.	100 150	11,355 5,355	13,566 4,255	12,415 37,247	176,020 203,750	0,025 0,087	0,970 0,021	1,798 1,193	6,379 10,427	17,384 45,359	4,856 8,036	0,622 9,967	0,746 0,746				
Сок фруктовый	293 С6.2008г.	200	1,000	6,437	45,011	244,528	0,105	4,000	0,025	1,431	16,000	18,000	10,000	0,400	0,400			
Хлеб пшеничный	293 С6.2008г. ГОСТ 27844-88	200 020	1,000 1,920	6,437 0,180	23,400 9,940	94,000 45,200	0,020 0,022	4,000	0,280		16,000	13,000	2,800	0,180	0,180			
Хлеб ржаной	ГОСТ 27844-88 ГОСТ 26883-2015	025 025	1,102 1,378	0,200 0,250	6,416 8,020	56,500 47,500	0,028 0,016	0,280	0,420		5,000	16,250	3,500	0,225	0,225			
Четверг																		
1-я неделя																		
Салат из свежих помидоров, яблок и консервированных огурцов	37 С6.2015г.	060	0,498	3,596	3,137	46,375	0,044	7,078										
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	37 С6.2015г. 110 С6.1996г.	100 210	0,830 3,833	5,984 5,522	11,708 11,708	77,281 96,080	0,073 0,048	11,796 16,830	0,006	1,354 1,819	21,177 37,900	47,427 45,972	17,639 27,120	0,888 56,044				
ЕЖИКИ в соусе	110 С6.1996г. 202 С6.2008г.	260 090	4,217 10,802	6,528 10,114	14,562 13,843	117,200 163,904	0,060 0,022	21,025 2,460	0,006	2,270 1,306	45,125 8,822	55,915 20,541	33,650 5,957	70,053	37,071			
Каша гречневая рассыпчатая	202 С6.2008г. 463 С6.1996г.	100 150	13,301 7,716	12,414 5,364	15,784 26,323	200,764 232,585	0,256	2,820	0,002	1,798	30,396	154,621	0,158	2,985				
Напиток из шиповника	463 С6.1996г. 289 С6.2008г.	180 180	8,715 0,720	6,490 0,720	32,561 24,273	278,971 96,705	0,308	215,000 216,000	0,025	4,989	36,456	185,444	0,189	3,980				
Хлеб пшеничный	289 С6.2008г. ГОСТ 27844-88	020 030	1,520 2,280	0,180 0,270	9,940 14,910	45,200 67,800	0,022 0,033	216,000	0,280	0,308	12,150	3,600	3,600	5,081	0,180			
Хлеб ржаной	ГОСТ 27844-88 ГОСТ 26883-2015	020 030	1,102 1,653	0,200 0,300	6,416 9,624	36,000 57,000	0,016 0,024		0,280		4,200	17,400	3,800	0,400	0,400			
Обед																		
Завтрак	1-4 классы	500	17,237	16,216	87,873	647,180	0,189	7,160	0,024	3,289	43,784	119,771	33,854	38,723				
Обед	5-11 классы	880	31,716	31,566	116,942	896,731	0,560	251,641	0,033	11,719	137,885	363,603	71,724	108,428				
Итого:																		

- действует с 01 марта

Циклическое меню

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо		
Пятница																
1-я неделя																
Орехи	24 Сб.1956г	150	0,600	14,700	57,000											
Каша рисовая молочная жидкая с маслом, сахаром	24 Сб.1956г	150	0,600	14,700	57,000											
Масло сливочное	114 Сб.2008г	160	11,586	14,844	29,730	0,019		0,020	0,283	6,919	23,407	5,001	0,452			
Чай с лимоном	114 Сб.2008г	210	12,760	17,584	37,963	287,077	0,025	0,020	0,352	8,762	30,786	6,618	0,594			
	629 Сб.1996г	187	0,243	0,046	13,761	53,710	0,003	2,801	1,540	3,111	1,540	0,840	0,090			
	ГОСТ 31605-2018	040	3,160	0,400	20,760	94,400	0,060	2,801	1,000	10,000	32,800	13,200	0,600			
	ГОСТ 31605-2018	050	3,950	0,500	25,950	118,000	0,075		1,250	12,500	41,000	16,500	0,750			
Пятница																
1-я неделя																
Салат из белокочанной капусты/Салат из огурцов*	62 Сб.1997г	060	0,929	3,003	5,968	53,564	0,032	23,950	1,288	24,878	17,963	9,648	0,489			
Рассольник ленинградский со сметаной	42 Сб.2008г	210	2,288	5,588	16,238	116,572	0,085	12,850	1,771	24,280	54,000	19,240	0,808			
Стейк(Шницель) из курицы с соусом	520 Сб.1997г	090	11,648	8,565	2,097	169,932	0,006	0,950	2,211	28,100	65,950	23,800	1,007			
Картофель и овощи тушеные	520 Сб.1997г	109	12,895	9,188	5,094	207,500	0,004	0,720	1,798	2,073	3,884	1,854	27,628			
Компот из сухофруктов	251 Сб.1997г	150	3,675	11,419	35,220	250,013	0,215	35,625	4,787	23,400	108,525	43,575	1,622			
Хлеб пшеничный	251 Сб.1997г	180	4,410	13,703	42,264	300,015	0,258	42,750	5,745	28,080	130,230	52,290	1,946			
Хлеб ржаной	283 Сб.2008г	180	0,878	32,139	126,104	0,005	0,549			30,740	21,137	16,470	4,156			
	ГОСТ 27844-88	020	1,920	0,180	32,139	126,104	0,006	0,549	0,280	30,740	21,137	16,470	4,156			
	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033		0,500	6,000	19,500	4,200	0,270			
	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,415	38,000	0,016		0,260	4,200	17,400	3,800	0,400			
	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024		0,500	6,300	26,100	5,700	0,600			
Обед																
Завтрак																
ИТОГО:	Завтрак	537	16,659	15,259	78,95	447,110	0,08	2,80	1,29	20,03	67,76	19,04	1,14			
	Обед	597	17,55	18,13	92,37	516,787	0,10	2,80	1,60	24,40	73,33	23,96	1,43			
		730	22,040	28,956	108,078	789,446	0,381	73,934	9,722	114,262	237,217	98,206	44,495			
		880	26,451	35,076	131,282	950,526	0,483	100,019	12,917	142,787	296,770	120,738	36,425			

* - действует с 01 марта

Циклическое меню

Наименование блюда	№ рецептуры	Пищевая ценность (г)					Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
		Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	В1		С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
															1-я неделя
Суббота															
Икра кабачковая(порционно)	31 С6 1997г	020	0,400	1,800	1,720	24,400	0,004	1,400				6,200	13,400	7,000	1,400
	31 С6 1997г	030	0,600	2,700	2,580	36,600	0,005	2,100				12,300	20,100	10,500	2,100
Котлеты куриные с соусом	423 С6 1996г	080	8,944	10,030	9,974	133,166	0,020	1,160	0,003		1,306	5,792	14,492	4,558	36,970
	423 С6 1996г	100	11,340	13,566	12,404	179,920	0,025	1,020	0,002		2,210	6,539	3,894	4,846	27,818
Калуса тушеная	482 С6 1996г	150	3,593	5,267	20,611	149,561	0,111	88,320			2,241	83,588	62,415	31,572	84,606
	482 С6 1996г	180	4,316	6,321	23,938	168,280	0,133	105,985			2,659	100,330	74,925	37,886	101,068
Чай с сахаром	628 С6 1996г	200	0,200	0,051	15,010	57,267	0,001	0,001			0,346	0,346			0,053
	628 С6 1996г	200	0,200	0,051	15,010	57,267	0,001	0,001			0,346	0,346			0,053
Хлеб пшеничный	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022				0,280	4,000	13,000	2,800	0,180
	ГОСТ 27844-88	025	1,900	0,250	12,425	56,500	0,028				0,420	5,000	16,250	3,500	0,225
Хлеб ржаной	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016				0,280	4,200	17,400	3,800	0,400
	ГОСТ 26983-2015	025	1,378	0,250	8,020	47,500	0,020				0,420	5,250	21,750	4,750	0,500
Обед															
Суббота															
Горошек зеленый консервированный	31 С6 1997г	020	0,620	0,400	1,420	8,200	0,022	2,000			0,240	3,200	10,600	4,200	0,140
	31 С6 1997г	030	0,930	0,600	2,130	12,300	0,033	3,000			0,360	4,800	15,900	6,300	0,210
Суп из овощей	132 С6 1996г	200	3,514	3,525	10,450	76,425	0,073	17,800			1,950	18,860	40,380	17,180	0,636
	132 С6 1996г	250	3,893	4,406	13,113	95,533	0,091	22,250			1,937	23,600	50,475	21,475	0,795
Бифилекс с соусом	423 С6 1996г	90	10,843	10,030	9,974	133,166	0,020	1,160	0,003		1,306	5,792	14,492	4,558	36,970
	423 С6 1996г	100	12,665	13,566	12,404	179,920	0,025	1,020	0,002		2,210	6,539	3,894	4,846	27,818
Каша гречневая рассыпчатая	463 С6 1996г	150	7,716	5,384	26,323	232,586	0,256				4,160	30,396	154,621	0,158	2,985
	463 С6 1996г	180	8,715	6,450	32,561	278,971	0,306				4,989	36,456	185,444	0,189	3,580
Сок фруктовый	293 С6 2008г	180	0,900		21,060	84,600	0,018	3,600			0,280	14,400	16,200	9,000	0,360
	293 С6 2008г	180	0,900		21,060	84,600	0,018	3,600			0,280	14,400	16,200	9,000	0,360
Хлеб пшеничный	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022				0,280	4,000	13,000	2,800	0,180
	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033				0,500	6,000	19,500	4,200	0,270
Хлеб ржаной	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016				0,280	4,200	17,400	3,800	0,400
	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024				0,500	6,300	26,100	5,700	0,600
Завтрак															
ИТОГО:	1-4 классы	500	16,76	17,53	63,67	446,584	0,17	90,88	0,00		4,11	106,14	120,71	48,73	123,61
	5-11 классы	560	19,73	23,14	74,38	542,067	0,21	109,11	0,00		6,74	129,77	136,92	61,48	131,76
	1-4 классы	880	26,215	19,719	85,623	618,177	0,426	24,560	0,024		7,816	80,868	266,693	41,696	41,671
	5-11 классы	800	31,036	26,602	105,802	772,124	0,530	29,870	0,027		10,486	98,056	317,513	51,710	33,633
	1-4 классы	506	16,515	15,667	79,694	487,162	0,188	23,170	0,034		2,856	118,718	162,449	48,363	72,680
	5-11 классы	566	20,780	19,722	93,996	583,664	0,246	27,256	0,038		4,007	138,221	190,098	68,199	71,369
Средний % пищевой ценности за неделю	1-4 классы	710	22,462	23,940	96,509	695,063	0,384	88,770	0,012		7,941	342,668	339,869	80,260	67,600
	5-11 классы	847	28,215	31,308	119,003	866,769	0,484	103,562	0,013		10,913	239,530	301,088	101,731	58,389

Циклическое меню

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Знач. щелочности (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
															Завтрак
Понедельник															
2-я неделя															
Горячий бутерброд Пикантный	384 С6 2008г	055	3,317	1,980	17,822	93,577	0,022	0,021	0,280	4,000	13,000	2,800	0,180		
Каша молочная жидкая «Дружба» с маслом, сахаром	384 С6 2008г	065	3,900	2,340	21,063	110,591	0,033	0,025	0,500	6,000	19,500	4,200	0,270		
Масло, сахаром	102 С6 2008г	220	8,291	5,584	24,037	185,300	0,081	0,040	0,980	9,270	42,180	14,560	1,105		
Какао растворимый	762С6 1997г	200	3,560	2,728	17,070	138,000	0,027	0,900	0,081	109,170	81,900	12,600	0,941		
Кондитерские изделия	29 С6 1997г	025	0,800	7,550	15,070	131,500		0,900	0,018	109,170	81,900	12,600	0,941		
	29 С6 1997г	025	0,800	7,550	15,070	131,500									
Понедельник															
2-я неделя															
Салат из свеклы отварной	23 С6 2008г	060	0,969	6,997	6,156	109,330	0,011	5,700	1,340	21,080	24,510	24,510	0,798		
Суп Харчо	133 С6 1996г	200	1,560	3,338	13,576	55,532	0,094	13,200	1,074	14,000	50,800	19,240	0,710		
Пюре из гороха	133 С6 1996г	250	1,847	4,105	16,951	69,329	0,118	16,500	1,343	17,500	63,500	24,050	0,887		
Пюре из гороха	423 С6 1996г	090	6,802	7,114	9,623	121,904	0,022	2,460	2,145	8,822	20,841	5,957	37,071		
Пюре из гороха	270 С6 1996г	100	7,201	9,414	11,784	158,764	0,027	2,820	2,554	10,677	25,617	6,746	27,966		
Пюре из гороха	289 С6 2008г	180	15,131	9,924	40,345	260,286	0,329		6,479	63,418	156,888	61,617	4,899		
Напиток лимонный	270 С6 1996г	180	17,358	8,908	48,015	312,349	0,795		7,775	76,103	190,671	73,942	5,879		
Хлеб пшеничный	289 С6 2008г	180	0,130	22,075	22,075	86,328	0,006	5,760		6,192	3,168	1,728	0,151		
Хлеб ржаной	ГОСТ 27644-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022		0,280	4,000	13,000	2,800	0,180		
Хлеб ржаной	ГОСТ 27624-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033		0,500	6,000	19,500	4,200	0,270		
Хлеб ржаной	ГОСТ 26963-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016		0,280	4,200	17,400	3,800	0,400		
Хлеб ржаной	ГОСТ 26963-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024		0,500	6,300	26,100	5,700	0,600		
Итого:															
Завтрак															
Обед															
Итого:															
Завтрак															
Обед															
Итого:															

действует с 01 марта

ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда			Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)						
		Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А		Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо						
														Белки	Жиры	Углеводы	В1	С	А
2-я неделя														Завтрак					
Вторник																			
Оладьи порционные	1-4 классы 522 Сб 1996г	020	0,140	0,360	0,004	1,400	0,006	0,020	3,400	8,400									
	5-11 классы 522 Сб 1996г	030	0,210	0,540	0,006	2,100	0,009	0,030	5,100	12,600									
Котлеты Курдюные с соусом	1-4 классы 423 Сб 1996г	080	8,944	10,030	9,974	133,186	0,020	1,306	5,792	14,492	4,558								
	5-11 классы 423 Сб 1996г	100	11,340	13,566	12,404	175,920	0,025	1,020	5,539	3,854	4,846								
Каша гречневая рассыпчатая	1-4 классы 463 Сб 1996г	150	7,716	5,394	25,323	232,585	0,255	4,150	30,396	154,921	0,158								
	5-11 классы 463 Сб 1996г	180	8,715	6,450	32,561	278,971	0,306	4,989	36,456	185,444	0,189								
Компот из свежих яблок	1-4 классы 702 Сб 1997г	200	0,080	33,552	127,760	0,004	0,720	0,480	2,400	4,000	0,152								
	5-11 классы 702 Сб 1997г	200	0,080	33,552	127,760	0,004	0,720	0,480	2,400	4,000	0,152								
Хлеб пшеничный	ГОСТ 27844-88	020	1,520	9,640	45,200	0,022	0,280	13,000	2,800	0,180									
	ГОСТ 27844-88	025	1,900	12,425	56,500	0,028	0,420	5,000	16,250	3,500	0,225								
Хлеб ржаной	ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,415	38,000	0,016	0,260	4,200	17,400	3,600								
	ГОСТ 26983-2015	025	1,378	0,250	8,020	47,500	0,020	0,420	5,250	21,750	4,750								
2-я неделя														Обед					
Вторник																			
Винегрет овощной	1-4 классы 60 Сб 1996г	060	1,167	6,193	5,485	79,707	0,035	2,956	14,130	26,268	12,198								
	5-11 классы 60 Сб 1996г	100	1,945	8,321	9,142	132,845	0,058	4,494	23,950	43,780	20,330								
Уха	1-4 классы 72 Сб 2008г	200	3,970	2,840	16,232	102,530	0,066	1,774	37,540	43,204	18,240								
	5-11 классы 72 Сб 2008г	250	4,400	3,353	20,290	124,225	0,082	2,214	44,675	52,455	22,550								
ЕЖИКИ в соусе	1-4 классы 202 Сб 2008г	080	10,802	10,114	13,843	163,904	0,022	2,460	8,822	20,641	5,957								
	5-11 классы 202 Сб 2008г	100	13,301	12,414	15,784	200,764	0,027	2,820	10,577	25,617	6,746								
Макаронные изделия отварные	1-4 классы 469 Сб 1996г	150	5,365	4,295	37,247	203,790	0,087	1,193	10,427	45,359	8,306								
	5-11 классы 469 Сб 1996г	180	6,437	5,117	45,011	244,528	0,105	1,431	12,512	54,426	9,967								
Чай с лимоном	1-4 классы 629 Сб 1996г	187	0,243	0,046	13,761	53,710	0,003	2,801	3,111	1,540	0,840								
	5-11 классы 629 Сб 1996г	187	0,243	0,046	13,761	53,710	0,003	2,801	3,111	1,540	0,840								
Хлеб пшеничный	ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,640	45,200	0,022	0,280	4,000	13,000	2,800								
	ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033	0,500	6,000	19,500	4,200								
Хлеб ржаной	1-4 классы ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016	0,260	4,200	17,400	3,600								
	ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,524	57,000	0,024	0,500	6,300	25,100	5,700								
Завтрак																			
ИТОГО:	1-4 классы	600	15,602	16,754	86,566	576,711	0,321	6,046	48,268	210,313	15,316								
	5-11 классы	560	23,623	20,626	95,502	669,661	0,389	8,049	58,825	242,338	17,285								
Обед																			
	1-4 классы	727	24,169	23,838	102,924	686,841	0,261	7,629	82,230	167,412	52,141								
	5-11 классы	877	30,259	29,831	129,522	860,872	0,332	10,937	106,825	223,418	70,333								

* - действует с 01 марта

Циклическое меню

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)				Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Жиры		Углеводы			В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
			Белки	Жиры	Углеводы	Жиры									
Среда															
2-я неделя															
Помидоры консервированные	1-4 классы 24 С6.1996г	040	1,120	0,520	0,650	8,050	6,440				10,000	8,000			0,480
	5-11 классы 24 С6.1996г	050	1,400	0,650	0,650	8,050					12,500	10,000			0,600
Пельмени отварные с бульоном	1-4 классы 293 С6.2015г	240	13,846	12,100	21,451	250,136	0,201	28,500			806,489	86,914			2,930
	5-11 классы 293 С6.2015г	280	19,366	15,639	29,931	347,031	0,258	38,000			29,226	115,854			2,962
Чай с сахаром	1-4 классы 628 С6.1996г	200	0,200	0,051	15,010	57,267	0,001	0,001			0,346				0,053
	5-11 классы 628 С6.1996г	200	0,200	0,051	15,010	57,267	0,001	0,001			0,346				0,053
Хлеб пшеничный	1-4 классы ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,160	9,940	45,200	0,022	0,280			4,000	13,000			0,180
	5-11 классы ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033	0,500			6,000	19,500			0,270
Хлеб ржаной	1-4 классы ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016	0,280			4,200	17,400			0,400
	5-11 классы ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024	0,500			6,300	26,100			0,600
Среда															
2-я неделя															
Салат из моркови и яблок/Салат из помидоров	1-4 классы 11 С6.2008г	060	0,512	6,031	8,678	89,400	0,024	2,154			18,702	21,210			0,085
	5-11 классы 11 С6.2008г	100	0,853	7,750	14,464	149,000	0,040	3,590			31,170	36,350			0,142
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	1-4 классы 110 С6.1996г	210	3,833	5,522	11,708	96,080	0,048	16,830	0,006		37,900	45,972			56,044
	5-11 классы 110 С6.1996г	260	4,217	6,528	14,562	117,200	0,060	21,025	0,006		45,125	55,915			70,053
Бифштекс с соусом	1-4 классы 423 С6.1996г	90	10,843	10,030	9,974	133,166	0,020	1,160	0,003		5,792	14,492			36,970
	5-11 классы 423 С6.1996г	100	12,665	13,566	12,404	175,920	0,025	1,020	0,026		6,539	3,884			27,818
Картофельное пюре	1-4 классы 472 С6.1996г	150	3,263	4,497	26,370	154,200	0,161	25,875	0,026		41,310	95,910			1,390
	5-11 классы 472 С6.1996г	180	3,916	5,396	31,644	185,040	0,193	31,060	0,031		49,572	115,092			1,668
Компот из сухофруктов	1-4 классы 283 С6.2008г	180	0,878	32,139	126,104	0,005	0,549				30,740	21,137			4,158
	5-11 классы 283 С6.2008г	180	0,878	32,139	126,104	0,005	0,549				30,740	21,137			4,158
Хлеб пшеничный	1-4 классы ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,160	9,940	45,200	0,022	0,280			4,000	13,000			0,180
	5-11 классы ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033	0,500			6,000	19,500			0,270
Хлеб ржаной	1-4 классы ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016	0,280			4,200	17,400			0,400
	5-11 классы ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024	0,500			6,300	26,100			0,600
Обед															
Завтрак	1-4 классы 520	17,788	12,531	53,337	397,043	0,217	28,500	0,000	0,280		820,689	112,314			39,656
	5-11 классы 590	22,419	17,260	70,126	412,081	0,282	36,000	0,000	0,500		48,026	161,964			4,162
Обед	1-4 классы 730	21,951	26,460	105,225	682,160	0,296	46,568	0,035	6,560		142,644	229,121			99,227
	5-11 классы 880	26,462	33,810	129,747	878,064	0,380	67,234	0,039	10,236		175,446	276,988			104,709

Итого:	Завтрак	Обед
	520	880
	17,788	26,462
	12,531	33,810
	53,337	129,747
	397,043	878,064
	0,217	0,380
	28,500	67,234
	0,000	0,039
	0,280	10,236
	820,689	175,446
	112,314	276,988
	39,656	104,709

- действует с 01 марта

Циклическое меню

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Соффор	Магний	Железо		
															Завтрак	
Четверг																
2-я неделя																
Оурцы солёные	1-4 классы 24 Сб 1996г	040	1,120		0,520	6,440					10,000	8,000				0,480
	5-11 классы 24 Сб 1996г	040	1,120		0,520	6,440					10,000	8,000				0,480
Плов из говядины	1-4 классы 193 Сб 2008г	200	14,671	16,213	40,528	362,073	0,106	2,987	2,849		33,235	68,123	21,137			3,101
	5-11 классы 193 Сб 2008г	250	17,995	17,934	54,034	433,536	0,126	3,595	3,950		41,941	90,771	27,628			3,449
Чай с сахаром	1-4 классы 628 Сб 1996г	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001			0,346					0,053
	5-11 классы 628 Сб 1996г	200	0,200	0,051	15,010	57,267		0,001			0,346					0,053
Хлеб пшеничный	1-4 классы ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033		0,500		6,000	19,500	4,200			0,270
	5-11 классы ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033		0,500		6,000	19,500	4,200			0,270
Хлеб ржаной	1-4 классы ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024		0,500		6,300	26,100	5,700			0,600
	5-11 классы ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024		0,500		6,300	26,100	5,700			0,600
Четверг																
2-я неделя																
Обед																
Салат из белокочанной капусты/Салат из огурцов	1-4 классы 62 Сб 1997г	050	0,929	3,003	5,968	53,564	0,032		1,298		24,878	17,963	9,848			0,489
	5-11 классы 62 Сб 1997г	100	1,550	5,005	9,951	89,292	0,053		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	127,560	0,202		3,215		25,820	69,500	28,200			1,556
	5-11 классы 138 Сб 1996г	250	5,933	5,378	23,215	159,475	0,253		4,019		32,275	86,875	35,250			1,945
Котлеты из мяты с соусом	1-4 классы 162 Сб 2008г	90	9,080	5,499	9,271	95,702	0,057		1,845		14,986	29,764	31,461			28,195
	5-11 классы 162 Сб 2008г	100	10,384	7,516	12,206	129,098	0,078		2,295		20,153	40,117	43,305			28,422
Картофель и овощи тушёные	1-4 классы 251 Сб 1997г	150	3,676	11,419	35,220	250,013	0,215		4,757		23,400	108,525	43,575			1,622
	5-11 классы 251 Сб 1997г	180	4,410	13,703	42,264	300,015	0,258		5,745		28,080	130,230	52,290			1,946
Сок фруктовый	1-4 классы 293 Сб 2008г	180	0,900	21,060		84,600	0,018				14,400	16,200	9,000			0,360
	5-11 классы 293 Сб 2008г	180	0,900	21,060		84,600	0,018				14,400	16,200	9,000			0,360
Хлеб пшеничный	1-4 классы ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022		0,280		4,000	13,000	2,800			0,180
	5-11 классы ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033		0,500		6,000	19,500	4,200			0,270
Хлеб ржаной	1-4 классы ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016		0,280		4,200	17,400	3,800			0,400
	5-11 классы ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024		0,500		6,300	26,100	5,700			0,600
Итого:																
Завтрак																
1-4 классы 500 19,524 16,834 80,652 560,660 0,163 2,658 0,000 3,849 0,000 56,881 121,723 31,037 4,604																
5-11 классы 560 23,249 18,565 84,098 622,043 0,183 3,696 0,000 4,660 0,000 64,687 144,371 37,528 4,862																
Обед																
1-4 классы 720 21,563 24,603 106,447 684,668 0,562 74,320 0,022 11,677 0,022 111,684 272,352 128,684 32,802																
5-11 классы 870 27,110 32,172 133,230 887,280 0,717 100,220 0,030 15,317 0,030 148,702 348,981 165,169 34,359																

* - действует с 01 марта

Циклическое меню

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда			Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
		Белки	Жиры	Углеводы	Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
2-я неделя																
Пятница																
Икра кабачковая(порционная)	1-4 классы 31 Сб 1997г.	020	0,400	1,800	1,720	24,400	0,004	1,400				8,200	13,400	7,000	1,400	
	5-11 классы 31 Сб 1997г.	030	0,600	2,700	2,560	36,600	0,006	2,100				12,300	20,100	10,500	2,100	
Стеж(Ш-нидель) из мурцы с соусом	1-4 классы 520 Сб 1997г.	080	11,548	8,565	2,087	169,982	0,006	0,960	0,003	1,306		2,764	5,192	2,472	36,838	
	5-11 классы 520 Сб 1997г.	100	12,895	9,188	5,094	207,900	0,004	0,720	0,002	1,798		2,073	3,894	1,894	27,528	
Макаронные изделия отварные	1-4 классы 469 Сб 1996г.	150	5,365	4,265	37,247	203,780	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	0,748	
Комлот из курати	1-4 классы 280 Сб 2008г.	200	1,924	44,343	44,343	176,440	0,037	1,430				635,690	54,020	38,850	0,060	
	5-11 классы 280 Сб 2008г.	200	1,924	44,343	44,343	176,440	0,037	1,430				635,690	54,020	38,850	0,060	
Хлеб пшеничный	1-4 классы ГОСТ 27844-88	020	1,900	0,180	9,940	46,500	0,022			0,280		4,000	13,000	2,800	0,180	
	5-11 классы ГОСТ 27844-88	025	1,900	0,225	12,425	56,500	0,028			0,420		5,000	16,250	3,500	0,225	
Хлеб ржаной	1-4 классы ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280		4,200	17,400	3,800	0,400	
	5-11 классы ГОСТ 26983-2015	025	1,378	0,250	8,020	47,500	0,020			0,420		5,250	21,750	4,750	0,500	
2-я неделя																
Обед																
Пятница																
Салат Стелной	1-4 классы 111 Сб 2008г.	060	1,076	9,148	4,969	104,362	0,059	8,160	0,021	2,784		9,948	39,036	13,884	0,576	
	5-11 классы 111 Сб 2008г.	100	1,793	15,246	8,281	173,937	0,098	13,600	0,035			16,560	65,060	23,140	0,960	
Суп из овощей	1-4 классы 132 Сб 1996г.	200	3,514	3,525	10,490	76,426	0,073	17,800		1,550		18,880	40,380	17,180	0,636	
	5-11 классы 132 Сб 1996г.	250	3,893	4,406	13,113	95,533	0,091	22,250		1,937		23,600	50,475	21,475	0,795	
Терфель с соусом	1-4 классы 423 Сб 1996г.	080	6,802	7,114	9,623	121,904	0,022	2,460		2,146		8,822	20,841	5,957	37,071	
	5-11 классы 423 Сб 1996г.	100	7,201	9,414	11,784	158,764	0,027	2,820		2,554		10,677	25,617	6,746	27,956	
Рис отварной	1-4 классы 465 Сб 1996г.	150	3,668	5,218	41,803	219,038	0,044			0,027		14,580	53,730	11,543	0,986	
	5-11 классы 465 Сб 1996г.	180	4,641	6,261	50,163	262,845	0,053			0,032		17,496	64,476	13,851	1,183	
Чай с лимоном	1-4 классы 629 Сб 1996г.	187	0,243	0,046	13,761	53,710	0,003	2,801		0,482		3,111	1,540	0,840	0,090	
	5-11 классы 629 Сб 1996г.	187	0,243	0,046	13,761	53,710	0,003	2,801		0,482		3,111	1,540	0,840	0,090	
Хлеб пшеничный	1-4 классы ГОСТ 27844-88	020	1,520	0,180	9,940	46,500	0,022			0,280		4,000	13,000	2,800	0,180	
	5-11 классы ГОСТ 27844-88	030	2,280	0,270	14,910	67,800	0,033			0,500		5,000	19,500	4,200	0,270	
Хлеб ржаной	1-4 классы ГОСТ 26983-2015	020	1,102	0,200	6,416	38,000	0,016			0,280		4,200	17,400	3,800	0,400	
	5-11 классы ГОСТ 26983-2015	030	1,653	0,300	9,624	57,000	0,024			0,500		6,300	26,100	5,700	0,500	
Завтрак																
Пятница																
ИТОГО:	Завтрак	500	21,865	16,010	101,763	657,822	0,172	3,840	0,024	3,059		665,281	148,371	63,228	39,500	
	Обед	560	25,134	17,480	118,473	769,068	0,200	4,300	0,027	4,069		672,825	170,440	69,421	31,269	
		727	18,125	25,431	87,002	669,640	0,239	31,221	0,048	7,482		63,641	186,727	66,004	39,939	
		877	21,704	35,943	121,836	893,569	0,329	41,471	0,067	5,973		83,764	262,768	75,952	31,864	

* - действует с 01 марта

Циклическое меню

Наименование блюда	№ рецептуры	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
		Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
														Вес Блюда
2-я неделя													Завтрак	
Суббота														
Сельдь с гарниром	83.06.1996г	4,240	8,098	4,468	86,115	0,026	4,290	0,012	2,902	24,787	69,462	18,845	408,381	
Омлет натуральный	284.06.1996г	20,835	25,910	3,362	329,800	0,125	0,571	0,583	3,323	155,233	335,804	90,570	4,705	
Чай с сахаром	628.06.1996г	0,200	0,051	15,010	57,267	0,001	0,001	0,346	0,346	0,346	0,346	0,053	0,053	
Хлеб пшеничный	ГОСТ 27844-88	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022	0,022	0,280	0,280	4,000	13,000	2,800	0,180	
Хлеб ржаной	ГОСТ 26983-2015	0,200	0,270	14,910	67,800	0,033	0,033	0,500	0,500	6,000	19,500	4,200	0,270	
	ГОСТ 26983-2015	1,102	0,200	6,415	38,000	0,015	0,015	0,280	0,280	4,200	17,400	3,800	0,400	
	ГОСТ 26983-2015	0,300	0,300	9,624	57,000	0,024	0,024	0,500	0,500	6,300	26,100	5,700	0,600	
2-я неделя														
Суббота														
Огурцы соленые	24.06.1996г	0,560		0,260	3,220					5,000	4,000		0,240	
Суп картофельный с макаронными изделиями	139.06.1996г	2,840	2,673	23,945	125,525	0,118	16,500	1,343	1,343	17,500	63,500	24,050	0,887	
ЕЖИЖИ в соусе	202.06.2008г	10,802	10,114	13,843	163,904	0,022	2,450	0,003	1,306	8,822	20,641	5,957	37,071	
Картофель отварной	239.06.2008г	13,301	12,414	15,784	200,764	0,027	2,820	0,002	1,798	10,677	25,617	6,746	27,955	
Сох. фруктовый	293.06.2008г	1,000	0,186	36,569	154,073	0,223	37,126			15,469	89,720	35,579	1,392	
Хлеб пшеничный	ГОСТ 27844-88	1,520	0,180	9,940	45,200	0,022	0,022	0,280	0,280	4,000	13,000	2,800	0,180	
Хлеб ржаной	ГОСТ 26983-2015	1,102	0,200	6,415	38,000	0,016	0,016	0,280	0,280	4,200	17,400	3,800	0,400	
	ГОСТ 26983-2015	0,300	0,300	9,624	57,000	0,024	0,024	0,500	0,500	6,300	26,100	5,700	0,600	
Обед														
Завтрак														
Обед														
Итого:		27,697	34,439	39,196	566,382	0,185	4,862	0,595	6,795	188,566	436,666	116,016	413,719	
		32,192	35,771	47,781	667,816	0,226	4,948	0,682	7,723	216,962	601,242	132,903	414,714	
		20,918	13,322	106,278	696,242	0,384	63,888	0,003	3,209	70,991	226,261	82,186	40,670	
		26,627	16,643	124,622	703,962	0,446	50,446	0,002	4,141	82,640	266,382	83,391	32,154	
		20,610	18,908	72,676	548,163	0,199	7,347	0,121	3,610	31,664	194,246	49,202	84,008	
		24,245	22,268	86,737	623,614	0,240	9,264	0,138	4,394	167,666	226,964	67,421	81,633	
		22,388	22,901	104,668	672,862	0,422	45,070	0,027	7,991	98,802	228,213	90,321	62,460	
Средний % пищевой ценности за неделю		27,224	29,932	128,729	862,820	0,631	56,963	0,033	10,252	126,867	289,667	115,579	49,682	