



Согласовано!
На заседании родительского
совета ТБОУ СОШ №9 "Ветеран
образования" г.о. Самарской
11.12.2020г
Председатель: Леонов-Менарев В.А.

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


«11» декабря 2020 г.

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



20 20 г.

Примерное циклическое меню
для детей с сахарным диабетом,
для организации питания
в образовательных учреждениях
Осенне-зимнее (весеннее - *)

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 | | |
| Понедельник | | 1-я неделя | | Завтрак | | | | | | | | | | | | |
| Кукуруза консервированная | 1-4 классы | 24 С6.1996г. | 020 | 2,06 | 0,98 | 13,5 | 67,68 | 0,08 | | | | | 9,2 | | | 0,084 |
| | 5-11 классы | 24 С6.1996г. | 030 | 3,09 | 1,47 | 20,25 | 101,52 | 0,12 | | | | | 13,8 | | | 0,126 |
| Колбаса свиная | 1-4 классы | 205 С6.2008г. | 050 | 6,65 | 1,4 | | 130 | | | | | | 14,5 | 89 | 11 | 0,85 |
| | 5-11 классы | 205 С6.2008г. | 100 | 13,7 | 2,8 | | 260 | | | | | | 29 | 178 | 22 | 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 | 1,43 | 12,512 | 54,426 | 9,967 | 0,746 | |
| Чай с сахаром | 1-4 классы | 628 С6.1996г. | 180 | 0,18 | 0,046 | 13,509 | 5,54 | | 0,001 | | | | 0,311 | | | 0,048 |
| | 5-11 классы | 628 С6.1996г. | 180 | 0,18 | 0,046 | 13,509 | 5,54 | | 0,001 | | | | 0,311 | | | 0,048 |
| 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 | 116,6 | 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 | | | | 6,2 | 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 | 1-4 классы | 138 С6.1996г. | 200 | 4,746 | 4,302 | 18,572 | 127,58 | 0,202 | 9,3 | | 3,215 | 25,82 | 69,5 | 28,2 | 1,558 | |
| | 5-11 классы | 138 С6.1996г. | 250 | 5,933 | 5,378 | 23,215 | 159,475 | 0,253 | 11,625 | | 4,015 | 32,275 | 86,875 | 36,25 | 1,945 | |
| Котлеты куриные с соусом | 1-4 классы | 0 | 090 | 10,47 | 9,33 | 6,93 | 265 | 0,25 | 114,75 | 0,7 | | 318,15 | 246,9 | 115,4 | 4,6 | |
| | 5-11 классы | 0 | 100 | 14,66 | 13,06 | 9,7 | 371 | 0,35 | 160,65 | 0,98 | | 445,4 | 345,68 | 161,66 | 6,44 | |
| 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 | 3,572 | 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 | |
| Компот из сухофруктов** | 1-4 классы | 283 С6.2008г. | 180 | 0,976 | | 35,71 | 140,15 | 0,006 | 0,61 | | | 34,155 | 23,485 | 18,3 | 4,62 | |
| | 5-11 классы | 283 С6.2008г. | 180 | 0,976 | | 35,71 | 140,15 | 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 | 050 | 4,56 | 0,36 | 31,38 | 139,8 | 0,066 | | | | 1,008 | 12 | 39 | 8,4 | 0,54 |
| ИТОГО: | Завтрак | 1-4 классы | 17,495 | 16,931 | 86,278 | 546,21 | 0,211 | 0,001 | 0,021 | 1,865 | 42,438 | 160,358 | 24,908 | 1,964 | | |
| | | 5-11 классы | 27,207 | 29,733 | 105,92 | 774,088 | 0,28 | 0,001 | 0,025 | 2,271 | 66,623 | 264,926 | 38,967 | 3,07 | | |
| | Обед | 1-4 классы | 23,225 | 20,939 | 100,363 | 773,756 | 0,617 | 214,38 | 0,7 | 6,128 | 477,923 | 441,7 | 206,072 | 97,142 | | |
| | | 5-11 классы | 31,045 | 27,819 | 122,423 | 995,27 | 0,814 | 280,97 | 0,98 | 7,716 | 636,47 | 590,045 | 271,896 | 116,713 | | |

* - 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 (г) | | | Эн. ценность (ккал) | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | | |
|---|----------------|-------------------------------|----------------------|----------------|----------------|---------------------|----------------|---------------|---------------|---------------|---------------------------|----------------|----------------|----------------|----------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | В1 | С | А | Е | Кальций | Фосфор | Магний | Железо | |
| Вторник | | 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 мясом и овощами | 1-4 классы | 297 С6.1996г | 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 С6.1996г | 175/25 | 31,651 | 23,817 | 40,665 | 473,764 | 0,109 | 1,096 | 0,109 | 3,131 | 356,336 | 440,413 | 53,648 | 1,202 |
| Чай с лимоном | 1-4 классы | 629 сб.1996г | 180/7 | 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 | 180/7 | 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 | 26,15 | 116,5 | 0,055 | | | 0,84 | 10 | 32,5 | 7 | 0,45 |
| Вторник | | 1-я неделя | | Обед | | | | | | | | | | | |
| Сельдь с гарниром | 1-4 классы | 83 С6.1996г | 060 | 4,24 | 8,058 | 4,468 | 86,115 | 0,026 | 4,29 | 0,012 | 2,902 | 24,787 | 69,462 | 18,845 | 408,391 |
| | 5-11 классы | 83 С6.1996г | 100 | 5,17 | 14,603 | 8,659 | 164,247 | 0,035 | 8,317 | 0,022 | 5,601 | 35,305 | 91,592 | 30,098 | 408,738 |
| Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | 1-4 классы | 120 С6.1996г | 200/10 | 1,804 | 5,53 | 8,801 | 95,78 | 0,066 | 26,51 | 0,006 | 1,774 | 37,54 | 43,204 | 8,24 | 19,102 |
| | 5-11 классы | 120 С6.1996г | 250/10 | 2,181 | 6,538 | 10,929 | 104,326 | 0,082 | 33,125 | 0,006 | 2,214 | 44,676 | 52,455 | 22,55 | 23,875 |
| Жаркое По-домашнему(говядина) | 1-4 классы | 394 С6.1996г | 180 | 11,701 | 6,702 | 25,368 | 248,634 | 0,178 | 26,456 | | 2,814 | 20,562 | 78,612 | 31,715 | 68,848 |
| | 5-11 классы | 394 С6.1996г | 230 | 18,232 | 8,776 | 30,487 | 343,961 | 0,227 | 31,896 | | 3,666 | 26,71 | 94,531 | 36,635 | 88,105 |
| Компот из апельсинов с яблоками** | 1-4 классы | 278 С6.2008г | 180 | 0,378 | | 27,468 | 106,74 | 0,017 | 22,066 | | 0,079 | 12,6 | 9,9 | 7,38 | 0,108 |
| | 5-11 классы | 278 С6.2008г | 180 | 0,378 | | 27,468 | 106,74 | 0,017 | 22,066 | | 0,079 | 12,6 | 9,9 | 7,38 | 0,108 |
| 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 | 6,4 | 0,54 |
| ИТОГО: | Завтрак | | 1-4 классы | 30,008 | 21,418 | 69,228 | 581,038 | 0,129 | 4,165 | 0,106 | 2,988 | 416,626 | 459,799 | 63,892 | 137,328 |
| | | | 5-11 классы | 39,294 | 27,668 | 82,077 | 697,101 | 0,167 | 4,407 | 0,134 | 4,031 | 498,482 | 576,453 | 68,288 | 137,747 |
| | Обед | | 1-4 классы | 21,163 | 20,57 | 87,025 | 620,469 | 0,331 | 79,382 | 0,018 | 8,241 | 103,489 | 227,176 | 81,78 | 496,599 |
| | | 5-11 классы | 30,621 | 30,277 | 108,923 | 859,073 | 0,442 | 95,424 | 0,028 | 12,598 | 131,29 | 287,478 | 107,063 | 521,368 | |

* - действует с 01 марта

** - витаминизация блюд проводится под контролем медицинского работника (при его отсутствии - иным ответственным лицом) (п.9.4. СанПин 2.4.5.2409.06)

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 | |
| Среда | 1-я неделя | | Завтрак | | | | | | | | | | | | |
| Огурцы порционно | 1-4 классы | 522 С6.1996г. | 02С | 0,14 | | 0,36 | 2 | 0,004 | 4 | 0,006 | 0,02 | 3,4 | 8,4 | | 0,004 |
| | 5-11 классы | 522 С6.1996г. | 03С | 0,21 | | 0,54 | 3 | 0,006 | 2,1 | 0,009 | 0,03 | 5,1 | 12,6 | | 0,006 |
| Котлеты рыбные любительские с соусом | 1-4 классы | 162 С6.2008г. | 90 | 7,491 | 5,499 | 9,271 | 95,702 | 0,057 | 1,845 | 0,022 | 1,717 | 14,986 | 25,764 | 31,461 | 28,195 |
| | 5-11 классы | 162 С6.2008г. | 10С | 10,384 | 7,516 | 12,206 | 128,098 | 0,078 | 2,295 | 0,03 | 2,39 | 20,153 | 45,117 | 43,305 | 28,422 |
| Картофельное пюре | 1-4 классы | 472 С6.1996г. | 15С | 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 С6.1996г. | 180 | 3,915 | 5,396 | 31,644 | 185,04 | 0,193 | 3,05 | 0,031 | 0,172 | 49,572 | 115,092 | 39,366 | 1,668 |
| Сок фруктовый | 1-4 классы | 293.08 | 18С | 0,9 | | 21,06 | 84,6 | 0,018 | 3,6 | | | 14,4 | 16,2 | 9 | 0,36 |
| | 5-11 классы | 293.08 | 18С | 0,9 | | 21,06 | 84,6 | 0,018 | 3,6 | | | 14,4 | 16,2 | 9 | 0,36 |
| Хлеб | 1-4 классы | ГОСТ 31805-2012 | 04С | 3,04 | 0,24 | 20,92 | 93,2 | 0,044 | | | 0,672 | 8 | 26 | 5,6 | 0,36 |
| | 5-11 классы | ГОСТ 31805-2012 | 05С | 3,8 | 0,3 | 28,15 | 118,5 | 0,055 | | | 0,84 | 10 | 32,5 | 7 | 0,45 |
| Среда | 1-я неделя | | Обед | | | | | | | | | | | | |
| Салат из свеклы отварной | 1-4 классы | 23 С6.2008г. | 080 | 3,989 | 2,997 | 6,156 | 54,33 | 0,011 | | | 1,34 | 21,09 | 24,51 | 24,51 | 0,798 |
| | 5-11 классы | 23 С6.2008г. | 10С | 1,515 | 4,995 | 10,26 | 90,55 | 0,019 | 9,5 | | 2,233 | 35,5 | 40,85 | 40,85 | 1,33 |
| Суп картофельный с макаронными изделиями | 1-4 классы | 139 С6.1996г. | 20С | 2,277 | 2,138 | 19,156 | 100,42 | 0,094 | 13,2 | | 1,074 | 4 | 50,8 | 19,24 | 0,71 |
| | 5-11 классы | 139 С6.1996г. | 25С | 2,84 | 2,873 | 25,945 | 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 С6.1996г. | 030/120 | 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 С6.1996г. | 050/150 | 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 С6.1996г. | 180 | 0,18 | 0,046 | 13,509 | 51,54 | 0,001 | | | | 0,311 | | | 0,048 |
| | 5-11 классы | 628 С6.1996г. | 180 | 0,18 | 0,046 | 13,509 | 51,54 | 0,001 | | | | 0,311 | | | 0,048 |
| Хлеб | 1-4 классы | ГОСТ 31805-2012 | 04С | 3,04 | 0,24 | 20,92 | 93,2 | 0,044 | | | 0,672 | 8 | 26 | 5,6 | 0,36 |
| | 5-11 классы | ГОСТ 31805-2012 | 06С | 4,56 | 0,36 | 31,38 | 139,8 | 0,066 | | | 1,008 | 12 | 39 | 8,4 | 0,54 |
| ИТОГО: | Завтрак | 1-4 классы | | 14,834 | 10,236 | 77,981 | 429,702 | 0,284 | 32,72 | 0,054 | 2,653 | 82,096 | 175,274 | 78,866 | 30,309 |
| | | 5-11 классы | | 19,21 | 13,212 | 91,6 | 618,238 | 0,35 | 39,045 | 0,07 | 3,432 | 99,225 | 215,509 | 98,671 | 30,806 |
| | Обед | 1-4 классы | | 16,776 | 13,856 | 93,87 | 544,637 | 0,226 | 20,335 | 0,019 | 5,986 | 65,813 | 262,096 | 74,852 | 3,472 |
| | | 5-11 классы | | 22,937 | 19,318 | 124,612 | 734,259 | 0,306 | 27,941 | 0,025 | 8,464 | 94,925 | 344,322 | 107,306 | 4,881 |

* - действует с 01 марта

** - витаминизация блюд проводится под контролем медицинского работника (при его отсутствии - иным ответственным лицом) (п 9.4. Сан-Пин 2 4 5.2409-08)

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 | |
| Четверг | | 1-я неделя | | Завтрак | | | | | | | | | | | |
| Свекла вареная | 1-4 классы | 24 Сб.1996г. | 020 | 0,34 | | 2,16 | 9,6 | 0,004 | 2 | | 0,028 | 7,4 | 6,6 | 8,6 | 0,29 |
| | 5-11 классы | 24 Сб.1997г. | 030 | 0,51 | | 3,24 | 14,4 | 0,006 | 3 | | 0,042 | 11,1 | 12,9 | 12,9 | 0,42 |
| Сосиски отварные | 1-4 классы | 393 Сб.1997г. | 050(1шт) | 5,2 | 6,6 | 0,15 | 85,5 | | | | | 14,5 | 80,5 | 10 | 0,85 |
| | 5-11 классы | 393 Сб.1997г. | 100(2 шт) | 10,4 | 13,2 | 0,3 | 171 | | | | | 29 | 161 | 20 | 1,7 |
| Макаронные изделия отварные | 1-4 классы | 469 Сб.1996г. | 160 | 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 | 8,437 | 5,117 | 46,011 | 244,528 | 0,105 | | 0,025 | 1,431 | 12,512 | 54,426 | 9,967 | 0,746 |
| Компот из свежих яблок** | 1-4 классы | 702 Сб.1997г. | 180 | 0,072 | | 30,197 | 114,984 | 0,004 | 0,648 | | | 0,432 | 2,18 | 3,6 | 0,137 |
| | 5-11 классы | 702 Сб.1997г. | 180 | 0,072 | | 30,197 | 114,984 | 0,004 | 0,648 | | | 0,432 | 2,18 | 3,6 | 0,137 |
| 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 | | 1-я неделя | | Обед | | | | | | | | | | | |
| Салат витаминный/Винегрет овощной* | 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 | 0,98 | 10,018 | 13,77 | 147,03 | 0,042 | 21,66 | | 4,364 | 31,76 | 27,5 | 18,28 | 0,486 |
| Борщ с капустой и картофелем, со сметаной | 1-4 классы | 110 Сб.1996г. | 200/10 | 0,833 | 5,522 | 11,708 | 96,08 | 0,048 | 6,83 | 0,006 | 1,819 | 37,9 | 45,972 | 27,12 | 56,044 |
| | 5-11 классы | 110 Сб.1996г. | 250/10 | 2,27 | 6,528 | 14,562 | 117,2 | 0,06 | 21,025 | 0,006 | 2,27 | 45,125 | 55,915 | 33,65 | 70,053 |
| Ежочки в соусе | 1-4 классы | 0 | 090 | 8,83 | 13,38 | 13,62 | 253 | 0,08 | 3,39 | 4,76 | | 49,15 | 113,25 | 34,55 | 1,25 |
| | 5-11 классы | 0 | 100 | 11,77 | 17,84 | 18,16 | 337 | 0,106 | 4,52 | 6,34 | | 65,53 | 151 | 46,06 | 1,66 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 1-4 классы | 463 Сб.1996г. | 190 | 7,716 | 5,394 | 41,323 | 232,585 | 0,255 | | 0,021 | 4,16 | 30,396 | 154,621 | 0,188 | 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 | 0,8 | | 26,97 | 107,45 | 0,03 | 240 | | 0,342 | 13,5 | 4 | 4 | 5,645 |
| | 5-11 классы | 289 Сб.2008г. | 180 | 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 | 4,56 | 0,36 | 31,38 | 139,8 | 0,066 | | | 1,008 | 12 | 39 | 8,4 | 0,54 |
| ИТОГО: | Завтрак | 1-4 классы | | 14,017 | 11,105 | 91,774 | 507,074 | 0,139 | 2,548 | 0,021 | 1,893 | 40,759 | 162,619 | 36,106 | 2,249 |
| | | 5-11 классы | | 21,219 | 15,617 | 105,898 | 661,412 | 0,17 | 3,648 | 0,025 | 2,313 | 63,044 | 262,986 | 53,457 | 3,453 |
| | Обед | 1-4 классы | | 22,878 | 30,536 | 122,803 | 870,533 | 0,482 | 273,216 | 4,787 | 9,611 | 158,002 | 360,583 | 82,386 | 66,576 |
| | | 5-11 классы | | 29,7 | 41,204 | 154,403 | 1 127,461 | 0,61 | 287,205 | 6,371 | 12,973 | 204,371 | 463,268 | 110,579 | 81,964 |

* - действует с 01 марта

** витаминизация блюд проводится под контролем медицинского работника (при его отсутствии иными ответственными лицами) (п.9.4. СанПиН 2.4.5.2405-08)

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 | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Пятница | | 1-я неделя | | | Завтрак | | | | | | | | | | | |
| Фрукты | 1-4 классы | 24,01 | 1шт | 3 | | 38,4 | 165 | | | | | | | | | |
| | 5-11 классы | 24,01 | 1шт | 3 | | 38,4 | 165 | | | | | | | | | |
| Каша рисовая молочная жидкая с маслом, сахаром | 1-4 классы | 114 С6 2008г | 150/5/5 | 3 923 | 6 784 | 30 395 | 187,237 | 0,043 | 0,8 | 0,038 | 0,293 | 103,743 | 96,225 | 16,204 | 1,252 | |
| | 5-11 классы | 114 С6 2008г | 200/5/5 | 5,209 | 6 477 | 38,848 | 232,32 | 0,057 | 0,067 | 0,041 | 0,352 | 137,899 | 127,973 | 21,556 | 1,66* | |
| Кофейный напиток с молоком | 1-4 классы | 762С6 1997г | 180 | 2 79 | 2,34 | 21,573 | 120,015 | 0,027 | 0,9 | 0,018 | 0,081 | 105,7 | 81,9 | 12,6 | 0,94* | |
| | 5-11 классы | 762С6 1997г | 180 | 2 79 | 2,34 | 21,573 | 120,015 | 0,027 | 0,9 | 0,018 | 0,081 | 105,7 | 81,9 | 12,6 | 0,94* | |
| 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 | 2,5 | 41 | 16 6 | 0,75 | |
| Пятница | | 1-я неделя | | | Обед | | | | | | | | | | | |
| Салат из белокочанной капусты/огурцы порционно* | 1-4 классы | 62 С6 1997г. | 060 | 0 929 | 3 003 | 5 968 | 53 564 | 0,032 | 23,95 | | 1,298 | 24 878 | 17 983 | 9 848 | 0 489 | |
| | 5-11 классы | 62 С6 1997г. | 100 | 1 55 | 5 005 | 9 851 | 89 292 | 0,053 | 38,65 | | 2 163 | 41 494 | 29 959 | 16 424 | 0 816 | |
| Рассольник пенінградский со сметаной | 1-4 классы | 42 С6 2008г. | 200/10 | 2 288 | 5 588 | 16 298 | 116 572 | 0,085 | 12,85 | 0,008 | 1,771 | 24 28 | 54 | 19 24 | 0 808 | |
| | 5-11 классы | 42 С6 2008г. | 250/10 | 2 785 | 6 61 | 20 3 | 142 816 | 0,106 | 16 05 | 0,008 | 2,211 | 28 7 | 65 95 | 23 8 | 1 007 | |
| Тефтели Мясные с соусом | 1-4 классы | 0 | 090 | 10 47 | 9 33 | 6 93 | 265 | 0 26 | 114 75 | 0 7 | | 318 5 | 246 0 | 115 4 | 4 8 | |
| | 5-11 классы | 0 | 100 | | 13 06 | 9 7 | 371 | 0 35 | 160 65 | 0 98 | | 445 41 | 345 66 | 161 56 | 6 44 | |
| Картофель и овощи тушеные | 1-4 классы | 251 С6 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 С6 1997г. | 180 | 4 41 | 13 703 | 42 264 | 300 015 | 0 259 | 42 75 | | 5 745 | 28 09 | 130 23 | 52 29 | 1 948 | |
| Компот из сухофруктов** | 1-4 классы | 283 С6 2008г | 180 | 0 976 | | 35 71 | 140 115 | 0 005 | 0 61 | | | 34 55 | 23 485 | 18 3 | 4 62 | |
| | 5-11 классы | 283 С6 2008г | 180 | 0 976 | | 35 71 | 140 115 | 0 005 | 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 | 12,673 | 9,264 | 110,928 | 472,352 | 0,13 | 1,7 | 0,054 | 1,374 | 222,913 | 210,925 | 42,004 | 2,793 | |
| | | | 5-11 классы | 14,699 | 10,267 | 124,521 | 517,46 | 0,159 | 1,967 | 0,059 | 1,663 | 259,669 | 250,873 | 50,656 | 3,352 | |
| | Обед | | 1-4 классы | 21,378 | 29,58 | 121,046 | 918,484 | 0,632 | 187,785 | 0,706 | 8,528 | 432,863 | 476,873 | 211,963 | 12,499 | |
| | | | 5-11 классы | 14,281 | 38,738 | 149,305 | 1 183,037 | 0,839 | 260,01 | 0,986 | 11,127 | 589,239 | 634,284 | 280,774 | 15,369 | |

* - 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 (г) | | | Эн. ценность (ккал) | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | | |
|----------------------------|----------------|-------------------|----------------------|----------------|---------------|---------------------|----------------|--------------|----------------|-------------|---------------------------|----------------|----------------|----------------|----------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | В1 | С | А | Е | Кальций | Фосфор | Магний | Железо | |
| Суббота | | 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 Куриные с соусом | 1-4 классы | 0 | 090 | 10,47 | 9,33 | 8,93 | 265 | 0,25 | 114,75 | 0,7 | | 318,15 | 246,9 | 115,4 | 4,6 |
| | 5-11 классы | 0 | 100 | 14,66 | 13,06 | 9,7 | 37* | 0,35 | 160,65 | 0,98 | | 445,4* | 345,65 | 161,56 | 6,44 |
| Калуста тушеная | 1-4 классы | 482 СБ 1996г | 150 | 3,593 | 5,267 | 16,511 | 123,461 | 0,111 | 88,32 | | 2,241 | 63,598 | 62,415 | 31,5/2 | 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 | 62В СБ 1996г | 180 | 0,18 | 0,046 | 13,509 | 51,54 | | 0,001 | | | 0,311 | | | 0,048 |
| | 5-11 классы | 62В СБ 1996г | 180 | 0,18 | 0,046 | 13,509 | 51,54 | | 0,001 | | | 0,311 | | | 0,048 |
| 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 | 17,683 | 16,683 | 59,59 | 557,601 | 0,409 | 204,471 | 0,7 | 2,913 | 418,259 | 348,716 | 159,572 | 91,014 |
| | | | 5-11 классы | 23,556 | 22,427 | 71,777 | 723,92 | 0,644 | 268,736 | 0,98 | 3,529 | 568,351 | 473,185 | 216,946 | 110,106 |

* - 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 (г) | | | Эн. ценность (ккал) | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | | | |
|--|----------------|-------------------------------|----------------------|----------------|----------|---------------------|---------------|-------|--------|-------|---------------------------|---------|---------|---------|--------|------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | В1 | 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 | 176,718 | 185,858 | 31,465 | 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 | 216,652 | 238,287 | 40,677 | 2,361 | |
| Чай с сахаром | 1-4 классы | 628 С6.1996г | 180 | 0,18 | 0,046 | 13,509 | 51,54 | | 0,00* | | | 0,311 | | | 0,048 | |
| | 5-11 классы | 628 С6.1996г | 180 | 0,18 | 0,046 | 13,509 | 51,54 | | 0,00* | | | 0,311 | | | 0,048 | |
| Понедельник | | 2-я неделя | | Обед | | | | | | | | | | | | |
| Салат из свеклы отварной | 1-4 классы | 23 С6.2008г | 06С | 0,969 | 2,897 | 6,156 | 54,33 | 0,01* | 5,7 | | 1,34 | 21,09 | 24,51 | 24,51 | 0,798 | |
| | 5-11 классы | 23 С6.2008г | 100 | 1,615 | 4,895 | 10,26 | 90,55 | 0,019 | 9,5 | | 2,233 | 35,15 | 40,85 | 40,85 | 1,33 | |
| Суп хартофельный с макаронными изделиями | 1-4 классы | 139 С6.1996г | 200 | 2,272 | 2,138 | 19,156 | 100,42 | 0,094 | 13,2 | | 1,074 | 14 | 50,8 | 18,24 | 0,71 | |
| | 5-11 классы | 139 С6.1996г | 250 | 2,84 | 2,673 | 23,945 | 126,525 | 0,118 | 16,5 | | 1,343 | 17,5 | 63,5 | 24,05 | 0,887 | |
| Ежики в соусе | 1-4 классы | 0 | 090 | 8,83 | 13,38 | 13,62 | 253 | 0,08 | 3,39 | 4,76 | | 49,15 | 113,25 | 34,55 | 1,25 | |
| | 5-11 классы | 0 | 100 | 11,77 | 17,84 | 18,16 | 337 | 0,106 | 4,52 | 6,34 | | 65,53 | 151 | 46,06 | 1,66 | |
| Пюре из гороха | 1-4 классы | 270 С6.1996г | 15С | 16,131 | 4,924 | 40,345 | 260,286 | 0,629 | | 0,021 | 6,479 | 63,418 | 158,888 | 61,617 | 4,859 | |
| | 5-11 классы | 270 С6.1996г | 19С | 19,358 | 5,808 | 48,416 | 312,349 | 0,755 | | 0,025 | 7,775 | 76,103 | 190,671 | 73,942 | 5,879 | |
| Напиток из шиповника | 1-4 классы | 289 С6.2008г | 18С | 0,8 | | 26,97 | 107,46 | 0,03 | 240 | | 0,342 | 13,5 | 4 | 4 | 5,645 | |
| | 5-11 классы | 289 С6.2008г | 18С | 0,8 | | 26,97 | 107,46 | 0,03 | 240 | | 0,342 | 13,5 | 4 | 4 | 5,645 | |
| Хлеб | 1-4 классы | ГОСТ 31805-20*2 | 04С | 3,04 | 0,24 | 20,82 | 93,2 | 0,044 | | | | 0,872 | 8 | 26 | 5,6 | 0,36 |
| | 5-11 классы | ГОСТ 31805-20*2 | 06С | 4,56 | 0,36 | 31,38 | 139,8 | 0,066 | | | | 1,008 | 12 | 39 | 8,4 | 0,54 |
| Итого: | Завтрак | 1-4 классы | | 16,90 | 12,609 | 84,980 | 523,000 | 0,232 | 1,557 | 0,043 | 3,562 | 309,029 | 306,858 | 52,085 | 2,209 | |
| | | 5-11 классы | | 20,87 | 15,990 | 106,570 | 658,000 | 0,361 | 1,839 | 0,054 | 4,762 | 351,003 | 365,787 | 62,677 | 2,359 | |
| | Обед | 1-4 классы | | 32,042 | 23,678 | 127,167 | 868,686 | 0,888 | 262,29 | 4,781 | 9,907 | 163,158 | 377,448 | 148,517 | 13,662 | |
| | | 5-11 классы | | 40,943 | 31,776 | 159,13 | 1 112,674 | 1,094 | 270,52 | 6,365 | 12,701 | 219,783 | 489,021 | 197,302 | 15,941 | |

* - 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 (г) | | | Эн. ценность (ккал) | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | | |
|---|----------------|-------------------|----------------------|----------------|----------|---------------------|---------------|-------|---------|-------|---------------------------|---------|---------|---------|--------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | В1 | С | А | Е | Кальций | Фосфор | Магний | Железо | |
| Вторник | | 2-я неделя | | Завтрак | | | | | | | | | | | |
| 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 | 10,8 | 4,2 | 0,14 |
| | 5-1 классы | 31 СБ.1997г. | 030 | 0,93 | 0,6 | 2,13 | 12,3 | 0,033 | 3 | | 0,36 | 4,8 | 15,9 | 8,3 | 0,21 |
| Котлеты Куриные с соусом | 1-4 классы | 0 | 090 | 10,47 | 9,33 | 6,93 | 265 | 0,25 | 114,75 | 0,7 | | 318,15 | 246,9 | 115,4 | 4,6 |
| | 5-1 классы | 0 | 100 | 14,66 | 13,06 | 9,7 | 371 | 0,35 | 160,65 | 0,98 | | 445,41 | 345,66 | 161,56 | 6,44 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 1-4 классы | 463 СБ.1996г. | 150 | 7,716 | 5,384 | 41,323 | 232,585 | 0,255 | | 0,021 | 4,18 | 30,386 | 154,62* | 0,158 | 2,985 |
| | 5-1 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 |
| Компот из свежих яблок** | 1-4 классы | 702 СБ.1997г. | 180 | 0,072 | | 30,197 | 114,984 | 0,004 | 0,648 | | | 0,432 | 2,6 | 3,6 | 0,137 |
| | 5-1 классы | 702 СБ.1997г. | 180 | 0,072 | | 30,197 | 114,984 | 0,004 | 0,648 | | | 0,432 | 2,6 | 3,6 | 0,137 |
| Хлеб | 1-4 классы | ГОСТ 3-805-2012 | 040 | 3,04 | 0,24 | 20,92 | 93,2 | 0,044 | | | 0,672 | 8 | 26 | 5,6 | 0,36 |
| | 5-1 классы | ГОСТ 3-805-2012 | 050 | 3,8 | 0,3 | 26,15 | 116,5 | 0,055 | | | 0,84 | 10 | 32,5 | 7 | 0,45 |
| Вторник | | 2-я неделя | | Обед | | | | | | | | | | | |
| Салат витаминный/Винегрет сердечной* | 1-4 классы | 2 СБ 2008г. | 060 | 0,659 | 6,01 | 8,262 | 88,216 | 0,025 | 12,996 | | 2,618 | 19,056 | 16,74 | 10,968 | 0,292 |
| | 5-1 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 |
| Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | 1-4 классы | 120 СБ.1996г. | 230/10 | 1,804 | 5,53 | 9,801 | 85,79 | 0,066 | 26,51 | 0,006 | 1,774 | 37,54 | 43,204 | 18,24 | 19,102 |
| | 5-1 классы | 120 СБ.1996г. | 250/10 | 2,181 | 6,538 | 10,929 | 104,325 | 0,082 | 33,25 | 0,006 | 2,214 | 44,675 | 52,455 | 22,55 | 23,875 |
| Тефтели Мясные с соусом | 1-4 классы | 0 | 090 | 10,47 | 9,33 | 6,93 | 265 | 0,25 | 114,75 | 0,7 | | 318,15 | 246,9 | 115,4 | 4,6 |
| | 5-1 классы | 0 | 100 | 14,66 | 13,06 | 9,7 | 371 | 0,35 | 160,65 | 0,98 | | 445,41 | 345,66 | 161,56 | 6,44 |
| 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 | 46,969 | 8,906 | 0,622 |
| | 5-1 классы | 469 СБ.1996г. | 180 | 6,437 | 5,117 | 46,011 | 244,628 | 0,105 | | 0,025 | 1,431 | 12,512 | 54,426 | 9,967 | 0,746 |
| Чай с лимоном | 1-4 классы | 629 сб 1996г. | 180/7 | 0,263 | 0,051 | 15,262 | 59,437 | 0,003 | 2,80* | | | 3,146 | 1,54 | 0,84 | 0,095 |
| | 5-1 классы | 629 сб 1996г. | 180/7 | 0,263 | 0,051 | 15,262 | 59,437 | 0,003 | 2,80* | | | 3,146 | 1,54 | 0,84 | 0,095 |
| Хлеб | 1-4 классы | ГОСТ 3-805-2012 | 040 | 3,04 | 0,24 | 20,92 | 93,2 | 0,044 | | | 0,672 | 8 | 26 | 5,6 | 0,36 |
| | 5-1 классы | ГОСТ 3-805-2012 | 060 | 4,50 | 0,36 | 31,38 | 139,8 | 0,066 | | | 1,008 | 12 | 39 | 8,4 | 0,54 |
| ИТОГО: | Завтрак | 1-4 классы | | 21,918 | 15,354 | 100,79 | 713,969 | 0,575 | 117,398 | 0,721 | 5,072 | 360,178 | 440,281 | 128,958 | 8,222 |
| | | 5-11 классы | | 28,717 | 20,42 | 117,738 | 893,755 | 0,748 | 164,298 | 1,005 | 6,189 | 437,098 | 581,664 | 178,649 | 10,817 |
| | Обед | 1-4 классы | | 21,601 | 25,425 | 98,522 | 795,425 | 0,475 | 157,067 | 0,727 | 6,257 | 396,319 | 379,743 | 159,354 | 25,071 |
| | | 5-11 классы | | 14,539 | 35,142 | 127,052 | 1 066,12 | 0,648 | 218,236 | 1,011 | 9,017 | 649,503 | 620,981 | 221,597 | 32,182 |

* - 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 (г) | | | Эн. ценность | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | | | |
|---|-------------------|-----------------|----------------------|--------|----------|--------------|---------------|-------|--------|-------|---------------------------|---------|---------|---------|--------|------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | В1 | С | А | Е | Кальций | Фосфор | Магний | Железо | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Среда | 2-я неделя | | Завтрак | | | | | | | | | | | | | |
| Колбаса п/к порциями | 1-4 классы | 29 С6 1997г. | 020 | 2,2 | 8,8 | | 88 | 0,038 | | | | | 2 | 45,2 | 5,4 | 0,54 |
| | 5-11 классы | 29 С6 1997г. | 030 | 3,3 | 13,2 | | 132 | 0,057 | | | | | 3 | 57,6 | 8,1 | 0,81 |
| Каша молочная жидкая -Дружба-с маслом,сахаром | 1-4 классы | 102 С6 2008г. | 150/5/5 | 3,985 | 5,844 | 26,787 | 174,475 | 0,084 | 0,785 | 0,035 | 0,451 | 99,862 | 100,75 | 21,555 | 1,581 | |
| | 5-11 классы | 102 С6 2008г. | 200/5/5 | 5,291 | 6,584 | 34,037 | 215,3 | 0,111 | 1,02 | 0,04 | 0,563 | 31,39 | 134 | 28,69 | 2,1 | |
| Кофейный напиток с молоком | 1-4 классы | 762С6 1997г. | 180 | 2,79 | 2,34 | 21,573 | 120,015 | 0,027 | 0,9 | 0,018 | 0,081 | 09,17 | 81,9 | 12,6 | 0,941 | |
| | 5-11 классы | 762С6 1997г. | 180 | 2,79 | 2,34 | 21,573 | 120,015 | 0,027 | 0,9 | 0,018 | 0,081 | 09,17 | 81,9 | 12,6 | 0,941 | |
| 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 | |
| Среда | 2-я неделя | | Обед | | | | | | | | | | | | | |
| Помидоры горчичные | 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 | |
| Борщ с капустой и картофелем,со сметаной | 1-4 классы | 110 С6 1996г. | 200/10 | 1,933 | 5,522 | 11,708 | 96,08 | 0,046 | 16,83 | 0,005 | 1,819 | 37,9 | 45,972 | 27,12 | 56,044 | |
| | 5-11 классы | 110 С6 1996г. | 250/10 | 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 | 1-4 классы | 393 С6 1997г. | 050(1шт*) | 5,2 | 5,6 | 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 | |
| Картофельное пюре | 1-4 классы | 472 С6 1996г. | 150 | 3,263 | 4,497 | 26,37 | 154,2 | 0,161 | 25,875 | 0,029 | 0,144 | 41,31 | 95,91 | 32,805 | 1,39 | |
| | 5-11 классы | 472 С6 1996г. | 180 | 3,918 | 5,396 | 31,644 | 185,04 | 0,193 | 31,05 | 0,031 | 0,172 | 49,572 | 115,082 | 38,366 | 1,666 | |
| Компот из сухофруктов** | 1-4 классы | 283 С6 2008г. | 180 | 0,976 | | 35,71 | 140,115 | 0,006 | 0,81 | | | 34,155 | 23,485 | 18,3 | 4,62 | |
| | 5-11 классы | 283 С6 2008г. | 180 | 0,976 | | 35,71 | 140,115 | 0,006 | 0,81 | | | 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 | 0,065 | | | 1,008 | 12 | 39 | 6,4 | 0,54 | |
| ИТОГО: | Завтрак | 1-4 классы | | 12,016 | 17,224 | 69,28 | 475,69 | 0,193 | 1,665 | 0,053 | 1,204 | 218,038 | 253,85 | 45,155 | 3,422 | |
| | | 5-11 классы | | 15,181 | 22,424 | 81,76 | 583,815 | 0,25 | 1,92 | 0,068 | 1,484 | 253,56 | 316,2 | 65,39 | 4,301 | |
| | Обед | 1-4 классы | | 14,432 | 16,859 | 95,658 | 672,896 | 0,271 | 48,315 | 0,032 | 2,713 | 138,665 | 277,067 | 97,825 | 63,544 | |
| | | 5-11 классы | | 22,249 | 25,484 | 114,856 | 758,855 | 0,343 | 60,185 | 0,037 | 3,567 | 174,052 | 402,292 | 126,716 | 79,001 | |

* - 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)

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 | | |
| Четверг | | 2-я неделя | | Завтрак | | | | | | | | | | | | |
| Кukuруза консервированная | 1-4 классы | 24 С6 1996г | 020 | 2,06 | 0,98 | 13,5 | 67,68 | 0,08 | | | | | 9,2 | | | 0,084 |
| | 5-11 классы | 24 С6 1996г | 030 | 3,09 | 1,47 | 20,25 | 101,52 | 0,12 | | | | | 13,8 | | | 0,126 |
| Плов из Говедины | 1-4 классы | 193 С6 2008* | 025/125 | 10,849 | 10,407 | 34,888 | 265,808 | 0,066 | 2,782 | | | 2,693 | 21,226 | 52,837 | 16,069 | 88,103 |
| | 5-11 классы | *63 С6 2008г | 050/150 | *8,908 | 6,133 | 40,628 | 362,673 | 0,106 | 2,697 | | | 2,849 | 33,235 | 68,123 | 21,137 | 3,101 |
| Чай с сахаром | 1-4 классы | 62В С6 1996г | 18С | 0,18 | 0,046 | 13,509 | 51,54 | | 0,001 | | | | 0,311 | | | 0,048 |
| | 5-11 классы | 62В С6 1996г | 18С | 0,18 | 0,046 | 13,509 | 51,54 | | 0,001 | | | | 0,311 | | | 0,048 |
| Хлеб | 1-4 классы | ГОСТ 31805-20*2 | 04С | 3,04 | 0,24 | 20,92 | 93,2 | 0,044 | | | | 0,672 | 8 | 26 | 5,6 | 0,36 |
| | 5-11 классы | ГОСТ 31805-20*2 | 05С | 3,6 | 0,3 | 26,15 | 116,5 | 0,056 | | | | 0,84 | 10 | 32,5 | 7 | 0,45 |
| Четверг | | 2-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 | 2,56 | 36,6 | 0,006 | 2,1 | | | | 12,3 | 20,1 | 10,5 | 2,1 |
| Суп картофельный с лапшой | 1-4 классы | *38 С6 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 | *38 С6 1996г | 250 | 5,933 | 5,378 | 23,215 | *59,475 | 0,253 | 11,625 | | | 4,019 | 32,275 | 86,875 | 35,25 | 1,945 |
| Котлеты рыбные любительские с соусом | 1-4 классы | *62 С6 2008г | 9С | 7,491 | 5,499 | 9,271 | 95,702 | 0,057 | 1,845 | 0,022 | | 1,717 | 14,986 | 29,764 | 31,461 | 28,195 |
| | 5-11 классы | *62 С6 2008г | 100 | *0,384 | 7,516 | 12,206 | 129,096 | 0,078 | 2,295 | 0,03 | | 2,39 | 20,153 | 40,117 | 43,306 | 28,422 |
| Картофель и овощи тушеные | 1-4 классы | 25* С6 1997г | 150 | 3,675 | 11,419 | 35,22 | 250,013 | 0,215 | 35,625 | | | 4,787 | 25,4 | 109,525 | 43,575 | 1,622 |
| | 5-11 классы | 25* С6 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 0В | 180 | 0,9 | | 21,06 | 84,6 | 0,018 | 3,6 | | | | 14,4 | 16,2 | 9 | 0,36 |
| | 5-11 классы | 293 0В | 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 | 04С | 3,04 | 0,24 | 20,92 | 93,2 | 0,044 | | | | 0,572 | 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 | | 15,595 | 9,701 | 82,058 | 457,567 | 0,201 | 1,435 | 0,019 | | 3,582 | 39,923 | 176,786 | 31,102 | 2,048 |
| | | 5-11 классы | | 20,812 | 13,06 | 105,427 | 595,404 | 0,278 | 1,941 | 0,025 | | 4,72 | 54,075 | 233,472 | 41,008 | 2,7 |
| | Обед | 1-4 классы | | 20,252 | 23,26 | 106,763 | 675,495 | 0,54 | 51,77 | 0,022 | | 10,391 | 94,806 | 263,389 | 124,836 | 33,493 |
| | | 5-11 классы | | 26,787 | 29,657 | 132,705 | 849,588 | 0,679 | 62,37 | 0,03 | | 13,162 | 119,208 | 332,522 | 169,745 | 35,313 |

* - 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 (г) | | | Эн. ценность (ккал) | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | | |
|---|-------------|-------------------|----------------------|----------------|----------|---------------------|---------------|-------|--------|-------|---------------------------|---------|---------|--------|---------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | В1 | С | А | Е | Кальций | Фосфор | Магний | Железо | |
| Пятница | | 2-я неделя | | Завтрак | | | | | | | | | | | |
| Свекла вареная | *-4 классы | 24 С6.1996г. | 020 | 0,34 | 2,16 | 9,6 | 0,004 | 2 | | 0,026 | 7,4 | 8,6 | 8,6 | 0,28 | |
| | 5-11 классы | 24 С6.1997г. | 030 | 0,51 | 3,24 | 14,4 | 0,006 | 3 | | 0,042 | 11,1 | 12,9 | 12,9 | 0,42 | |
| Стейк из курицы (или ц.и.цель из мяса птицы) с соусом | *-4 классы | 520 С6.1997г. | 090 | 8,661 | 0,451 | 0,944 | 135,737 | 0,053 | 0,72 | 0,03 | | 0,072 | 150,894 | 19,354 | 26,678 |
| | 5-11 классы | 520 С6.1997г. | 100 | 11,06* | 3,649 | 0,944 | 174,125 | 0,067 | 0,72 | 0,038 | | 11,073 | 192,864 | 24,354 | 26,978 |
| Макаронные изделия отварные | *-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 | | 0,026 | 1,431 | 12,512 | 54,426 | 9,967 | 0,746 |
| Напиток из шиповника | *-4 классы | 289 С6.2008г. | 180 | 0,8 | | 26,97 | 07,45 | 0,03 | 240 | | 0,342 | 13,5 | 4 | 4 | 5,645 |
| | 5-11 классы | 289 С6.2008г. | 180 | 0,8 | | 26,97 | 07,45 | 0,03 | 240 | | 0,342 | 13,5 | 4 | 4 | 5,645 |
| Хлеб | *-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 | 26,5 | 118,5 | 0,055 | | | 0,84 | 10 | 32,5 | 7 | 0,45 |
| Пятница | | 2-я неделя | | Обед | | | | | | | | | | | |
| Сельдь с гарниром | *-4 классы | 83 С6.1996г. | 060 | 4,24 | 6,098 | 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 | 4,603 | 8,658 | 164,247 | 0,05 | 8,317 | 0,022 | 5,601 | 35,305 | 91,592 | 30,098 | 408,738 |
| Суп из овощей | *-4 классы | 132 С6.1996г. | 200 | 1,514 | 3,525 | 0,46 | 76,426 | 0,073 | 17,8 | | 1,55 | 18,88 | 40,38 | 17,18 | 0,636 |
| | 5-11 классы | 132 С6.1996г. | 250 | 1,893 | 4,406 | 13,113 | 95,533 | 0,091 | 22,25 | | 1,937 | 23,6 | 50,475 | 21,475 | 0,785 |
| Печень говяжья го-строганиаски | *-4 классы | 387С6.1996г. | 90 | 11,177 | 8,546 | 3,401 | 129,011 | 0,188 | 20,679 | 2,275 | 2,044 | 15,366 | 213,296 | 13,706 | 60,686 |
| | 5-11 классы | 387С6.1996г. | 100 | 13,752 | 0,204 | 3,401 | 154,303 | 0,232 | 25,583 | 2,842 | 2,548 | 16,105 | 263,467 | 16,37 | 61,818 |
| Рис отварной | *-4 классы | 465 С6.1996г. | 150 | 3,968 | 5,218 | 41,803 | 219,038 | 0,044 | | 0,027 | 0,402 | 14,58 | 53,73 | 11,543 | 0,986 |
| | 5-11 классы | 465 С6.1996г. | 180 | 4,641 | 6,26* | 50,163 | 262,845 | 0,053 | | 0,032 | 0,482 | 17,498 | 64,476 | 13,851 | 1,183 |
| Чай с лимоном | *-4 классы | 629 с6.1996г. | 180/7 | 0,263 | 0,05* | 15,262 | 59,437 | 0,003 | 2,801 | | | 3,146 | 1,54 | 0,84 | 0,085 |
| | 5-11 классы | 629 с6.1996г. | 180/7 | 0,263 | 0,051 | 15,262 | 59,437 | 0,003 | 2,801 | | | 3,146 | 1,54 | 0,84 | 0,085 |
| Хлеб | *-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 | 36 | 8,4 | 0,54 |
| ИТОГО: | Завтрак | *-4 классы | | 18,206 | 14,956 | 90,341 | 549,777 | 0,218 | 242,72 | 0,051 | 2,235 | 48,4 | 234,863 | 45,86 | 35,585 |
| | | 5-11 классы | | 22,608 | 19,066 | 104,315 | 657,003 | 0,263 | 243,72 | 0,063 | 2,655 | 58,185 | 296,72 | 58,221 | 36,239 |
| | Обед | *-4 классы | | 24,102 | 25,678 | 96,344 | 663,227 | 0,378 | 45,57 | 2,314 | 7,57 | 84,758 | 404,407 | 67,714 | 471,044 |
| | | 5-11 классы | | 30,279 | 35,886 | 121,978 | 876,165 | 0,495 | 58,931 | 2,896 | 11,576 | 107,652 | 510,55 | 91,034 | 473,269 |

* - 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 (г) | | | Эн. ценность (ккал) | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | | |
|--------------------|-------------------|-----------------|----------------------|---------------|---------------|---------------------|----------------|--------------|--------------|--------------|---------------------------|----------------|----------------|---------------|--------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | В1 | С | А | Е | Кальций | Фосфор | Магний | Железо | |
| Суббота | 2-я неделя | | Завтрак | | | | | | | | | | | | |
| Огурец порционный | 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 |
| Омлет натуральный | 1-4 классы | 284 С6.1996г | 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 С6.1996г | 200 | 21,076 | 26,854 | 3,838 | 335,306 | 0,125 | 0,571 | 0,583 | 3,323 | 155,233 | 335,804 | 90,57 | 4,705 |
| Чай с сахаром | 1-4 классы | 628 С6.1996г | 180 | 0,18 | 0,046 | 13,509 | 51,54 | | 0,001 | | | 0,311 | | | 0,048 |
| | 5-11 классы | 628 С6.1996г | 180 | 0,18 | 0,046 | 13,509 | 51,54 | | 0,001 | | | 0,311 | | | 0,048 |
| Хлеб | 1-4 классы | ГОСТ 31805-2012 | С40 | 3,04 | 0,24 | 20,92 | 93,2 | 0,044 | | | 0,672 | 8 | 26 | 6,6 | 0,36 |
| | 5-11 классы | ГОСТ 31805-2012 | 050 | 3,8 | 0,3 | 26,75 | 116,5 | 0,055 | | | 0,84 | 10 | 32,5 | 7 | 0,45 |
| ИТОГО: | Завтрак | 1-4 классы | | 19,166 | 19,676 | 37,668 | 398,214 | 0,142 | 1,83 | 0,443 | 3,184 | 128,139 | 286,249 | 73,526 | 3,94 |
| | | 5-11 классы | | 25,266 | 26,2 | 44,037 | 506,345 | 0,186 | 2,672 | 0,592 | 4,193 | 170,644 | 380,904 | 97,57 | 5,209 |

* - 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.