

Согласовано  
с инициальной  
подписей  
27.08.2026  
протокол

СОГЛАСОВАНО:

и.о. Директор ГБОУ СОШ(ООШ)

Белешкина Л.

*[Signature]*

« 01 »

09.



УТВЕРЖДАЮ:

Генеральный директор  
АО «Комбинат питания»

А.Н. Воронин



09

2026 г.

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

Осенне-зимнее (весеннее - \*)

**Циклическое меню**

| Наименование блюда                   |             | № рецептуры     | Вес<br>блюда | Пищевая ценность (г) |        |          | Эн.<br>ценность<br>(ккал) | Витамины (мг) |         |        |       | Минеральные вещества (мг) |         |        |         |
|--------------------------------------|-------------|-----------------|--------------|----------------------|--------|----------|---------------------------|---------------|---------|--------|-------|---------------------------|---------|--------|---------|
|                                      |             |                 |              | Белки                | Жиры   | Углеводы |                           | В1            | С       | А      | Е     | Кальций                   | Фосфор  | Магний | Железо  |
| Понедельник                          |             | 1-я неделя      |              | Завтрак              |        |          |                           |               |         |        |       |                           |         |        |         |
| Сосиски отварные с соусом            | 1-4 классы  | 423 С6.1996г.   | 90           | 6,461                | 11,054 | 2,094    | 97,667                    | 0,020         | 1,160   | 0,003  | 1,306 | 5,792                     | 3,200   | 4,558  | 25,258  |
|                                      | 5-11 классы | 423 С6.1996г.   | 100          | 5,521                | 11,124 | 2,203    | 98,124                    | 0,025         | 1,200   | 0,003  | 2,210 | 6,539                     | 3,894   | 4,846  | 27,818  |
| Макаронные изделия отварные          | 1-4 классы  | 469 С6.1996г.   | 180          | 6,437                | 5,117  | 46,011   | 244,528                   | 0,105         |         | 0,025  | 1,431 | 12,512                    | 54,426  | 9,967  | 0,746   |
|                                      | 5-11 классы | 469 С6.1996г.   | 200          | 7,150                | 5,685  | 51,123   | 271,697                   | 0,116         |         | 0,027  | 1,590 | 13,900                    | 60,473  | 11,074 | 0,083   |
| Чай с сахаром                        | 1-4 классы  | 628 С6.1996г.   | 200          | 0,200                | 0,051  | 15,010   | 57,267                    |               | 0,001   |        |       | 0,346                     |         |        | 0,053   |
|                                      | 5-11 классы | 628 С6.1996г.   | 200          | 0,200                | 0,051  | 15,010   | 57,267                    |               | 0,001   |        |       | 0,346                     |         |        | 0,053   |
| 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   | 025          | 1,900                | 0,250  | 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   |
| Понедельник                          |             | 1-я неделя      |              | Обед                 |        |          |                           |               |         |        |       |                           |         |        |         |
| Десерт фруктовый (апельсин)          | 1-4 классы  | 24 сб.1996г.    | 60           | 0,400                |        | 9,800    | 38,000                    | 0,100         | 53,200  | 11,000 | 0,200 | 40,000                    | 14,000  | 10,000 | 0,100   |
|                                      | 5-11 классы | 24 сб.1996г.    | 100          | 0,900                |        | 10,100   | 40,000                    | 0,060         | 31,920  | 6,600  | 0,120 | 24,000                    | 8,400   | 6,000  | 0,060   |
| Рассольник ленинградский со сметаной | 1-4 классы  | 42 С6.2008г.    | 210          | 2,988                | 7,388  | 16,298   | 136,572                   | 0,085         | 12,850  | 0,006  | 1,771 | 24,280                    | 54,000  | 19,240 | 0,808   |
|                                      | 5-11 классы | 42 С6.2008г.    | 260          | 2,785                | 6,610  | 20,300   | 142,815                   | 0,106         | 16,050  | 0,006  | 2,211 | 28,100                    | 65,950  | 23,800 | 1,007   |
| Стейк(Шницель) из курицы с соусом    | 1-4 классы  | 520 С6.1997г.   | 090          | 12,648               | 11,565 | 2,097    | 219,992                   | 0,006         | 0,960   | 0,003  | 1,306 | 2,764                     | 5,192   | 2,472  | 36,838  |
|                                      | 5-11 классы | 520 С6.1997г.   | 100          | 12,895               | 12,188 | 5,094    | 252,500                   | 0,004         | 0,720   | 0,002  | 1,798 | 2,073                     | 3,894   | 1,854  | 27,628  |
| Капуста тушеная                      | 1-4 классы  | 482 С6.1996г.   | 150          | 3,593                | 5,267  | 28,511   | 125,461                   | 0,111         | 88,320  |        | 2,241 | 83,598                    | 62,415  | 31,572 | 84,606  |
|                                      | 5-11 классы | 482 С6.1996г.   | 180          | 4,316                | 6,321  | 31,838   | 148,280                   | 0,133         | 105,985 |        | 2,689 | 100,330                   | 74,925  | 37,886 | 101,068 |
| Компот из сухофруктов                | 1-4 классы  | 283 С6.2008г.   | 180          | 0,878                |        | 32,139   | 126,104                   | 0,005         | 0,549   |        |       | 30,740                    | 21,137  | 16,470 | 4,158   |
|                                      | 5-11 классы | 283 С6.2008г.   | 180          | 0,878                |        | 32,139   | 126,104                   | 0,005         | 0,549   |        |       | 30,740                    | 21,137  | 16,470 | 4,158   |
| 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   |
| Понедельник                          |             | 1-я неделя      |              | Полдник              |        |          |                           |               |         |        |       |                           |         |        |         |
| Булочка "Загадка"                    | 1-4 классы  |                 | 075          | 6,370                | 8,330  | 29,320   | 217,000                   |               |         |        |       |                           |         |        |         |
|                                      | 5-11 классы |                 | 100          | 6,600                | 4,500  | 62,800   | 327,000                   |               |         |        |       |                           |         |        |         |
| Сок фруктовый, (1 шт)                | 1-4 классы  | 293 С6.2008г.   | 200          | 1,000                |        | 23,400   | 94,000                    | 0,020         | 4,000   |        |       | 14,000                    | 14,000  | 8,000  | 0,600   |
|                                      | 5-11 классы | 293 С6.2008г.   | 200          | 1,000                |        | 23,400   | 94,000                    | 0,020         | 4,000   |        |       | 14,000                    | 14,000  | 8,000  | 0,600   |
| ИТОГО:                               | Завтрак     | 1-4 классы      | 610          | 16,720               | 16,602 | 79,471   | 482,662                   | 0,163         | 1,161   | 0,028  | 3,297 | 26,860                    | 88,026  | 21,125 | 26,637  |
|                                      |             | 5-11 классы     | 660          | 16,149               | 17,360 | 88,781   | 631,088                   | 0,189         | 1,201   | 0,030  | 4,640 | 31,035                    | 102,367 | 24,170 | 28,679  |
|                                      | Обед        | 1-4 классы      | 730          | 23,129               | 24,600 | 106,201  | 729,329                   | 0,36          | 166,88  | 11,01  | 6,08  | 189,68                    | 187,14  | 86,36  | 127,09  |
|                                      |             | 5-11 классы     | 880          | 25,707               | 25,689 | 124,005  | 834,499                   | 0,37          | 166,22  | 6,61   | 7,82  | 197,64                    | 219,91  | 96,91  | 134,79  |
|                                      | Полдник     | 1-4 классы      | 275          | 7,370                | 8,330  | 62,720   | 311,000                   | 0,020         | 4,000   | 0,000  | 0,000 | 14,000                    | 14,000  | 8,000  | 0,600   |
|                                      |             | 5-11 классы     | 300          | 7,600                | 4,500  | 86,200   | 421,000                   | 0,020         | 4,000   | 0,000  | 0,000 | 14,000                    | 14,000  | 8,000  | 0,600   |

\* - действует с 01 марта

Циклическое меню

| Наименование блюда                                                              |             | № рецептуры       | Вес<br>блюда | Циклическое меню     |        |          |                           |               |        |       |       |                           |         |         |         |
|---------------------------------------------------------------------------------|-------------|-------------------|--------------|----------------------|--------|----------|---------------------------|---------------|--------|-------|-------|---------------------------|---------|---------|---------|
|                                                                                 |             |                   |              | Пищевая ценность (г) |        |          | Эн.<br>ценность<br>(ккал) | Витамины (мг) |        |       |       | Минеральные вещества (мг) |         |         |         |
|                                                                                 |             |                   |              | Белки                | Жиры   | Углеводы |                           | В1            | С      | А     | Е     | Кальций                   | Фосфор  | Магний  | Железо  |
| Вторник                                                                         |             | 1-я неделя        |              | Завтрак              |        |          |                           |               |        |       |       |                           |         |         |         |
| Огурцы консервированные                                                         | 1-4 классы  | 24 С6. 1996г.     | 020          | 0,560                |        | 0,260    | 3,220                     |               |        |       |       |                           |         |         |         |
|                                                                                 | 5-11 классы | 24 С6. 1996г.     | 030          | 0,840                |        | 0,390    | 4,830                     |               |        |       |       |                           |         |         |         |
| Биточки с соусом                                                                | 1-4 классы  | 423 С6. 1996г.    | 90           | 10,843               | 10,030 | 9,974    | 133,166                   | 0,020         | 1,160  | 0,003 | 1,306 | 5,792                     | 14,492  | 4,558   | 0,240   |
|                                                                                 | 5-11 классы | 423 С6. 1996г.    | 100          | 12,665               | 13,566 | 12,404   | 175,920                   | 0,025         | 1,020  | 0,002 | 2,210 | 6,539                     | 3,894   | 4,846   | 36,970  |
| Рис отварной                                                                    | 1-4 классы  | 465 С6. 1996г.    | 150          | 3,868                | 5,218  | 41,803   | 219,038                   | 0,044         |        | 0,027 | 0,402 | 14,580                    | 53,730  | 11,543  | 0,986   |
|                                                                                 | 5-11 классы | 465 С6. 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 фруктовый                                                                   | 1-4 классы  | 629 С6. 1996г.    | 200          | 0,243                | 0,200  | 14,970   | 56,850                    | 0,003         | 2,801  |       |       | 3,111                     | 1,540   | 0,840   | 0,090   |
|                                                                                 | 5-11 классы | 629 С6. 1996г.    | 200          | 0,243                | 0,200  | 14,970   | 56,850                    | 0,003         | 2,801  |       |       | 3,111                     | 1,540   | 0,840   | 0,090   |
| Хлеб пшеничный                                                                  | 1-4 классы  | ГОСТ 27844-88     | 020          | 1,520                | 0,180  | 9,940    | 45,200                    | 0,022         |        |       |       | 0,280                     | 4,000   | 13,000  | 2,800   |
|                                                                                 | 5-11 классы | ГОСТ 27844-88     | 025          | 1,900                | 0,250  | 12,425   | 56,500                    | 0,028         |        |       |       | 0,420                     | 5,000   | 16,250  | 3,500   |
| Хлеб ржаной                                                                     | 1-4 классы  | ГОСТ 26983-2015   | 020          | 1,102                | 0,200  | 6,416    | 38,000                    | 0,016         |        |       |       | 0,280                     | 4,200   | 17,400  | 3,800   |
|                                                                                 | 5-11 классы | ГОСТ 26983-2015   | 025          | 1,378                | 0,250  | 8,020    | 47,500                    | 0,020         |        |       |       | 0,420                     | 5,250   | 21,750  | 4,750   |
| Вторник                                                                         |             | 1-я неделя        |              | Обед                 |        |          |                           |               |        |       |       |                           |         |         |         |
| Салат Витаминный/Салат из свежих помидоров, яблок и * консервированных огурцов* | 1-4 классы  | 37 С6. 2015г.     | 060          | 1,276                | 2,836  | 7,317    | 49,219                    | 0,044         | 7,078  |       | 0,813 | 12,707                    | 28,457  | 10,584  | 0,533   |
|                                                                                 | 5-11 классы | 37 С6. 2015г.     | 100          | 2,126                | 3,060  | 12,196   | 82,032                    | 0,073         |        |       |       |                           |         |         |         |
| Борщ с капустой и картофелем, со сметаной                                       | 1-4 классы  | 110 С6. 1996г.    | 210          | 3,833                | 5,522  | 11,708   | 96,080                    | 0,048         | 11,796 |       | 1,354 | 21,177                    | 47,427  | 17,639  | 0,888   |
|                                                                                 | 5-11 классы | 110 С6. 1996г.    | 260          | 4,217                | 6,528  | 14,562   | 117,200                   | 0,060         |        |       |       |                           |         |         |         |
| Голубцы ленивые с соусом                                                        | 1-4 классы  | 428 С6. 1996г.    | 90           | 7,630                | 10,170 | 24,453   | 158,000                   | 0,022         | 21,025 | 0,006 | 2,270 | 45,125                    | 55,915  | 27,120  | 56,044  |
|                                                                                 | 5-11 классы | 428 С6. 1996г.    | 100          | 11,355               | 13,566 | 27,418   | 176,020                   | 0,025         | 1,150  | 0,003 | 1,306 | 5,957                     | 15,412  | 4,748   | 36,981  |
| Каша гречневая рассыпчатая                                                      | 1-4 классы  | 463 С6. 1996г.    | 150          | 7,716                | 5,384  | 26,323   | 232,585                   | 0,255         | 0,970  | 0,002 | 1,798 | 6,379                     | 17,384  | 4,856   | 27,818  |
|                                                                                 | 5-11 классы | 463 С6. 1996г.    | 180          | 8,715                | 6,460  | 32,561   | 278,971                   | 0,306         |        | 0,021 | 4,160 | 30,396                    | 154,621 | 0,158   | 2,985   |
| Компот из апельсинов с яблоками                                                 | 1-4 классы  | 280 С6. 2008г.    | 180          | 0,420                |        | 30,520   | 118,600                   | 0,037         | 1,480  | 0,025 | 4,989 | 36,456                    | 185,444 | 0,189   | 3,580   |
|                                                                                 | 5-11 классы | 280 С6. 2008г.    | 180          | 0,420                |        | 30,520   | 118,600                   | 0,037         | 1,480  |       |       | 635,690                   | 54,020  | 38,850  | 0,060   |
| Хлеб пшеничный                                                                  | 1-4 классы  | ГОСТ 27844-88     | 020          | 1,520                | 0,180  | 9,940    | 45,200                    | 0,022         |        |       |       | 635,690                   | 54,020  | 38,850  | 0,060   |
|                                                                                 | 5-11 классы | ГОСТ 27844-88     | 030          | 2,280                | 0,270  | 14,910   | 67,800                    | 0,033         |        |       |       | 635,690                   | 54,020  | 38,850  | 0,060   |
| Хлеб ржаной                                                                     | 1-4 классы  | ГОСТ 26983-2015   | 020          | 1,102                | 0,200  | 6,416    | 38,000                    | 0,016         |        |       |       | 0,280                     | 4,000   | 13,000  | 2,800   |
|                                                                                 | 5-11 классы | ГОСТ 26983-2015   | 030          | 1,653                | 0,300  | 9,624    | 57,000                    | 0,024         |        |       |       | 0,500                     | 6,000   | 19,500  | 4,200   |
| Вторник                                                                         |             | 1-я неделя        |              | Полдник              |        |          |                           |               |        |       |       |                           |         |         |         |
| Сок фруктовый, (1 шт)                                                           | 1-4 классы  | 293 С6. 2008г.    | 200          | 1,000                |        | 23,400   | 94,000                    | 0,020         | 4,000  |       |       | 14,000                    | 14,000  | 8,000   | 0,600   |
|                                                                                 | 5-11 классы | 293 С6. 2008г.    | 200          | 1,000                |        | 23,400   | 94,000                    | 0,020         | 4,000  |       |       | 14,000                    | 14,000  | 8,000   | 0,600   |
| Сыр                                                                             | 1-4 классы  | СТО 71063300-003- | 016          | 3,580                | 3,500  |          | 47,400                    |               |        |       |       | 129,000                   | 102,000 | 6,800   | 136,000 |
|                                                                                 | 5-11 классы | СТО 71063300-003- | 025          | 5,590                | 5,470  |          | 74,060                    |               | 0,510  | 0,025 | 0,060 | 201,560                   | 159,375 | 10,625  | 212,500 |
| Батон                                                                           | 1-4 классы  | ГОСТ 31805-2018   | 040          | 3,160                | 0,400  | 20,760   | 94,400                    | 0,060         | 0,797  | 0,069 | 0,094 | 1,000                     | 10,000  | 32,800  | 13,200  |
|                                                                                 | 5-11 классы | ГОСТ 31805-2018   | 050          | 3,950                | 0,500  | 25,950   | 118,000                   | 0,075         |        |       |       | 1,250                     | 12,500  | 41,000  | 16,500  |
| ИТОГО:                                                                          | Завтрак     | 1-4 классы        | 600          | 18,136               | 16,828 | 83,363   | 496,474                   | 0,106         | 3,961  | 0,030 | 2,268 | 36,683                    | 104,162 | 23,641  | 38,866  |
|                                                                                 |             | 5-11 классы       | 660          | 20,398               | 23,424 | 99,606   | 661,652                   | 0,228         | 35,271 | 0,008 | 6,922 | 714,371                   | 194,246 | 99,196  | 99,089  |
| ИТОГО:                                                                          | Обед        | 1-4 классы        | 730          | 23,497               | 24,292 | 116,677  | 737,684                   | 0,189         | 26,638 | 0,009 | 4,498 | 700,464                   | 174,261 | 87,902  | 94,198  |
|                                                                                 |             | 5-11 классы       | 880          | 30,766               | 33,724 | 141,791  | 897,623                   | 0,262         | 35,271 | 0,008 | 6,422 | 720,671                   | 220,346 | 104,895 | 99,689  |
| ИТОГО:                                                                          | Полдник     | 1-4 классы        | 266          | 7,740                | 3,900  | 44,160   | 236,800                   | 0,080         | 4,610  | 0,026 | 1,060 | 163,000                   | 148,800 | 28,000  | 137,200 |
|                                                                                 |             | 5-11 классы       | 276          | 10,640               | 6,970  | 49,360   | 286,060                   | 0,096         | 4,797  | 0,069 | 1,344 | 228,060                   | 214,375 | 35,126  | 213,860 |

действует с 01 марта

\* - действует с 01 марта

**Циклическое меню**

| Наименование блюда                            |             | № рецептуры     | Вес<br>блюда | Пищевая ценность (г) |        |          | Эн.<br>ценность<br>(ккал) | Витамины (мг) |        |       |       | Минеральные вещества (мг) |         |         |        |
|-----------------------------------------------|-------------|-----------------|--------------|----------------------|--------|----------|---------------------------|---------------|--------|-------|-------|---------------------------|---------|---------|--------|
|                                               |             |                 |              | Белки                | Жиры   | Углеводы |                           | В1            | С      | А     | Е     | Кальций                   | Фосфор  | Магний  | Железо |
| Среда                                         |             | 1-я неделя      |              | Завтрак              |        |          |                           |               |        |       |       |                           |         |         |        |
| Горячий бутерброд Пикантный                   | 1-4 классы  | 384 С6.2008г.   | 040          | 2,482                | 3,440  | 13,257   | 68,709                    | 0,022         |        | 0,021 | 0,280 | 4,000                     | 13,000  | 2,800   | 0,180  |
|                                               | 5-11 классы | 384 С6.2008г.   | 040          | 2,482                | 3,440  | 13,257   | 68,709                    | 0,022         |        | 0,021 | 0,280 | 4,000                     | 13,000  | 2,800   | 0,180  |
| Каша манная молочная жидкая, с маслом,сахаром | 1-4 классы  | 109 С6.2008г.   | 245          | 10,536               | 12,492 | 37,730   | 273,490                   | 0,056         | 3,700  |       | 1,276 | 14,540                    | 19,460  | 39,142  | 92,485 |
|                                               | 5-11 классы | 109 С6.2008г.   | 285          | 12,012               | 13,649 | 44,918   | 301,046                   | 0,066         | 3,700  |       | 2,255 | 14,540                    | 19,460  | 46,062  | 92,582 |
| Чай зеленый с сахаром                         | 1-4 классы  | 628 С6.1996г.   | 200          | 0,200                | 0,051  | 15,010   | 57,267                    |               | 0,001  |       | 0,346 |                           |         |         | 0,053  |
|                                               | 5-11 классы | 628 С6.1996г.   | 200          | 0,200                | 0,051  | 15,010   | 57,267                    |               | 0,001  |       | 0,346 |                           |         |         | 0,053  |
| Батон                                         | 1-4 классы  | ГОСТ 31805-2018 | 030          | 2,370                | 0,300  | 15,570   | 70,800                    | 0,060         |        |       | 1,000 | 10,000                    | 32,800  | 13,200  | 0,600  |
|                                               | 5-11 классы | ГОСТ 31805-2018 | 040          | 3,160                | 0,400  | 20,760   | 94,400                    | 0,060         |        |       | 1,000 | 10,000                    | 32,800  | 13,200  | 0,600  |
| Среда                                         |             | 1-я неделя      |              | Обед                 |        |          |                           |               |        |       |       |                           |         |         |        |
| Салат из свеклы отварной                      | 1-4 классы  | 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  |
|                                               | 5-11 классы | 23 С6.2008г.    | 100          | 1,615                | 8,995  | 10,260   | 145,550                   | 0,019         | 9,500  |       | 2,233 | 35,150                    | 40,850  | 40,850  | 1,330  |
| Суп картофельный с макаронными изделиями      | 1-4 классы  | 139 С6.1996г.   | 250          | 2,840                | 2,673  | 23,945   | 125,525                   | 0,118         | 16,500 |       | 1,343 | 17,500                    | 63,500  | 24,050  | 0,887  |
|                                               | 5-11 классы | 139 С6.1996г.   | 250          | 2,840                | 2,673  | 23,945   | 125,525                   | 0,118         | 16,500 |       | 1,343 | 17,500                    | 63,500  | 24,050  | 0,887  |
| Плов из Говядины                              | 1-4 классы  | 193 С6.2008г.   | 150          | 16,849               | 14,407 | 40,868   | 330,808                   | 0,106         | 2,697  |       | 2,849 | 33,235                    | 68,123  | 21,137  | 3,101  |
|                                               | 5-11 классы | 193 С6.2008г.   | 200          | 18,671               | 19,213 | 44,528   | 362,073                   | 0,126         | 3,595  |       | 3,650 | 41,941                    | 90,771  | 27,628  | 3,449  |
| Чай с сахаром                                 | 1-4 классы  | 628 С6.1996г.   | 200          | 0,200                | 0,051  | 15,010   | 57,267                    |               | 0,001  |       | 0,346 |                           |         |         | 0,053  |
|                                               | 5-11 классы | 628 С6.1996г.   | 200          | 0,200                | 0,051  | 15,010   | 57,267                    |               | 0,001  |       | 0,346 |                           |         |         | 0,053  |
| 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  |
| Среда                                         |             | 1-я неделя      |              | Полдник              |        |          |                           |               |        |       |       |                           |         |         |        |
| Сок фруктовый, (1 шт)                         | 1-4 классы  | 293 С6.2008г.   | 200          | 1,000                |        | 23,400   | 94,000                    | 0,020         | 4,000  |       |       | 14,000                    | 14,000  | 8,000   | 0,600  |
|                                               | 5-11 классы | 293 С6.2008г.   | 200          | 1,000                |        | 23,400   | 94,000                    | 0,020         | 4,000  |       |       | 14,000                    | 14,000  | 8,000   | 0,600  |
| Кондитерские изделия (вафля )                 | 1-4 классы  | 29 С6.1997г.    | 050          | 1,600                | 15,100 | 30,140   | 263,000                   |               |        |       |       |                           |         |         |        |
|                                               | 5-11 классы | 29 С6.1997г.    | 050          | 1,600                | 15,100 | 30,140   | 263,000                   |               |        |       |       |                           |         |         |        |
| ИТОГО:                                        | Завтрак     | 1-4 классы      | 616          | 16,688               | 16,283 | 81,667   | 470,266                   | 0,138         | 3,701  | 0,021 | 2,666 | 28,886                    | 66,260  | 66,142  | 93,318 |
|                                               |             | 5-11 классы     | 666          | 17,864               | 17,640 | 93,946   | 621,422                   | 0,148         | 3,701  | 0,021 | 3,636 | 28,886                    | 66,260  | 62,062  | 93,416 |
|                                               | Обед        | 1-4 классы      | 700          | 23,480               | 24,608 | 102,336  | 706,130                   | 0,273         | 24,898 | 0,000 | 6,092 | 80,371                    | 186,633 | 76,297  | 6,419  |
|                                               |             | 5-11 классы     | 810          | 27,269               | 31,602 | 118,277  | 816,216                   | 0,320         | 29,696 | 0,000 | 8,226 | 107,237                   | 240,721 | 102,428 | 6,689  |
|                                               | Полдник     | 1-4 классы      | 260          | 2,600                | 16,100 | 63,640   | 367,000                   | 0,020         | 4,000  | 0,000 | 0,000 | 14,000                    | 14,000  | 8,000   | 0,600  |
|                                               |             | 5-11 классы     | 260          | 2,600                | 16,100 | 63,640   | 367,000                   | 0,020         | 4,000  | 0,000 | 0,000 | 14,000                    | 14,000  | 8,000   | 0,600  |

\* - действует с 01 марта

**Циклическое меню**

| Наименование блюда                                |             | № рецептуры     | Вес<br>блюда | Пищевая ценность (г) |        |          | Эн.<br>ценность<br>(ккал) | Витамины (мг) |         |       |        | Минеральные вещества (мг) |         |         |        |       |
|---------------------------------------------------|-------------|-----------------|--------------|----------------------|--------|----------|---------------------------|---------------|---------|-------|--------|---------------------------|---------|---------|--------|-------|
|                                                   |             |                 |              | Белки                | Жиры   | Углеводы |                           | В1            | С       | А     | Е      | Кальций                   | Фосфор  | Магний  | Железо |       |
| Четверг                                           |             | 1-я неделя      |              | Завтрак              |        |          |                           |               |         |       |        |                           |         |         |        |       |
| Икра кабачковая(порционно)                        | 1-4 классы  | 31 С6.1997г.    | 020          | 0,400                | 1,800  | 1,720    | 24,400                    | 0,004         | 1,400   |       |        |                           | 8,200   | 13,400  | 7,000  | 1,400 |
|                                                   | 5-11 классы | 31 С6.1997г.    | 030          | 0,600                | 2,700  | 2,580    | 36,600                    | 0,006         | 2,100   |       |        |                           | 12,300  | 20,100  | 10,500 | 2,100 |
|                                                   | 1-4 классы  | 469 С6.1996г.   | 240          | 11,774               | 13,770 | 40,941   | 339,179                   | 0,022         | 1,150   | 0,003 | 1,306  | 5,957                     | 15,412  | 4,748   | 36,981 |       |
| Макаронные изделия отварные с<br>соусом Болоньезе | 5-11 классы | 469 С6.1996г.   | 270          | 13,245               | 15,013 | 56,184   | 381,543                   | 0,025         | 0,970   | 0,002 | 1,798  | 6,379                     | 17,384  | 4,856   | 27,818 |       |
|                                                   | 1-4 классы  | 293 С6.2008г.   | 200          | 1,000                |        | 23,400   | 94,000                    | 0,020         | 4,000   |       |        | 16,000                    | 18,000  | 10,000  | 0,400  |       |
| Сок фруктовый                                     | 5-11 классы | 293 С6.2008г.   | 200          | 1,000                |        | 23,400   | 94,000                    | 0,020         | 4,000   |       |        | 16,000                    | 18,000  | 10,000  | 0,400  |       |
|                                                   | 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  |       |
| Хлеб пшеничный                                    | 5-11 классы | ГОСТ 27844-88   | 025          | 1,900                | 0,250  | 12,425   | 56,500                    | 0,028         |         |       | 0,420  | 5,000                     | 16,250  | 3,500   | 0,225  |       |
|                                                   | 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  |       |
| Хлеб ржаной                                       | 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  |       |
|                                                   |             |                 |              |                      |        |          |                           |               |         |       |        |                           |         |         |        |       |
| Четверг                                           |             | 1-я неделя      |              | Обед                 |        |          |                           |               |         |       |        |                           |         |         |        |       |
| Винегрет овощной                                  | 1-4 классы  | 60 С6.1996г.    | 060          | 1,167                | 6,193  | 5,485    | 79,707                    | 0,035         | 5,520   |       | 2,696  | 14,130                    | 26,268  | 12,198  | 0,490  |       |
|                                                   | 5-11 классы | 60 С6.1996г.    | 100          | 1,945                | 7,321  | 9,142    | 132,845                   | 0,058         | 9,200   |       | 4,494  | 23,550                    | 43,780  | 20,330  | 0,816  |       |
| Щи из свежей капусты с<br>картофелем со сметаной  | 1-4 классы  | 120 С6.1996г.   | 210          | 4,300                | 3,530  | 8,801    | 85,780                    | 0,066         | 26,510  | 0,006 | 1,774  | 37,540                    | 43,204  | 18,240  | 19,102 |       |
|                                                   | 5-11 классы | 120 С6.1996г.   | 260          | 5,181                | 6,538  | 10,929   | 104,325                   | 0,082         | 33,125  | 0,006 | 2,214  | 44,675                    | 52,455  | 22,550  | 23,875 |       |
| Ежики в соусе                                     | 1-4 классы  | 202 С6.2008г.   | 090          | 10,802               | 10,114 | 13,843   | 163,904                   | 0,022         | 2,460   | 0,003 | 1,306  | 8,822                     | 20,641  | 5,957   | 37,071 |       |
|                                                   | 5-11 классы | 202 С6.2008г.   | 100          | 13,301               | 12,414 | 15,784   | 200,764                   | 0,027         | 2,820   | 0,002 | 1,798  | 10,677                    | 25,617  | 6,746   | 27,956 |       |
| Картофель и овощи тушеные                         | 1-4 классы  | 251 С6.1997г.   | 150          | 3,675                | 7,419  | 35,220   | 250,013                   | 0,215         | 35,625  |       | 4,787  | 23,400                    | 108,525 | 43,575  | 1,622  |       |
|                                                   | 5-11 классы | 251 С6.1997г.   | 180          | 4,410                | 8,530  | 42,264   | 285,015                   | 0,258         | 42,750  |       | 5,745  | 28,080                    | 130,230 | 52,290  | 1,946  |       |
| Напиток из шиповника                              | 1-4 классы  | 289 С6.2008г.   | 180          | 0,720                |        | 24,273   | 96,705                    | 0,027         | 216,000 |       | 0,308  | 12,150                    | 3,600   | 3,600   | 5,081  |       |
|                                                   | 5-11 классы | 289 С6.2008г.   | 180          | 0,720                |        | 24,273   | 96,705                    | 0,027         | 216,000 |       | 0,308  | 12,150                    | 3,600   | 3,600   | 5,081  |       |
| 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  |       |
| Четверг                                           |             | 1-я неделя      |              | Полдник              |        |          |                           |               |         |       |        |                           |         |         |        |       |
| Сок фруктовый, (1 шт)                             | 1-4 классы  | 293 С6.2008г.   | 200          | 1,000                |        | 23,400   | 94,000                    | 0,020         | 4,000   |       |        | 14,000                    | 14,000  | 8,000   | 0,600  |       |
|                                                   | 5-11 классы | 293 С6.2008г.   | 200          | 1,000                |        | 23,400   | 94,000                    | 0,020         | 4,000   |       |        | 14,000                    | 14,000  | 8,000   | 0,600  |       |
| Пирожок с яблоком                                 | 1-4 классы  |                 | 075          | 6,370                | 8,330  | 29,320   | 217,000                   |               |         |       |        |                           |         |         |        |       |
|                                                   | 5-11 классы |                 | 090          | 6,669                | 5,535  | 31,460   | 234,450                   |               |         |       |        |                           |         |         |        |       |
| ИТОГО:                                            | Завтрак     | 1-4 классы      | 600          | 16,796               | 16,960 | 82,417   | 640,779                   | 0,084         | 6,550   | 0,003 | 1,866  | 38,357                    | 77,212  | 28,348  | 39,361 |       |
|                                                   |             | 5-11 классы     | 650          | 18,123               | 18,213 | 102,609  | 616,143                   | 0,099         | 7,070   | 0,002 | 2,638  | 44,929                    | 93,484  | 33,606  | 31,043 |       |
|                                                   | Обед        | 1-4 классы      | 730          | 23,286               | 27,636 | 103,978  | 769,309                   | 0,403         | 286,116 | 0,009 | 11,431 | 104,242                   | 232,638 | 90,170  | 63,946 |       |
|                                                   |             | 5-11 классы     | 880          | 29,490               | 35,373 | 126,926  | 944,464                   | 0,509         | 303,896 | 0,008 | 16,669 | 131,432                   | 301,282 | 116,416 | 60,644 |       |
|                                                   | Полдник     | 1-4 классы      | 275          | 7,370                | 8,330  | 62,720   | 311,000                   | 0,020         | 4,000   | 0,000 | 0,000  | 14,000                    | 14,000  | 8,000   | 0,600  |       |
|                                                   |             | 5-11 классы     | 290          | 7,669                | 6,636  | 64,860   | 328,460                   | 0,020         | 4,000   | 0,000 | 0,000  | 14,000                    | 14,000  | 8,000   | 0,600  |       |

\* - действует с 01 марта

Циклическое меню

| Циклическое меню                              |             |                  |              |                      |         |          |                           |               |        |        |         |                           |         |        |        |
|-----------------------------------------------|-------------|------------------|--------------|----------------------|---------|----------|---------------------------|---------------|--------|--------|---------|---------------------------|---------|--------|--------|
| Наименование блюда                            |             | № рецептуры      | Вес<br>блюда | Пищевая ценность (г) |         |          | Эн.<br>ценность<br>(ккал) | Витамины (мг) |        |        |         | Минеральные вещества (мг) |         |        |        |
|                                               |             |                  |              | Белки                | Жиры    | Углеводы |                           | В1            | С      | А      | Е       | Кальций                   | Фосфор  | Магний | Железо |
|                                               |             |                  |              |                      |         |          |                           |               |        |        |         |                           |         |        |        |
| Завтрак                                       |             |                  |              |                      |         |          |                           |               |        |        |         |                           |         |        |        |
| Пятница                                       |             | 1-я неделя       |              |                      |         |          |                           |               |        |        |         |                           |         |        |        |
| Десерт фруктовый (яблоко свежее)              | 1-4 классы  | 24 сб.1996г.     | 70           | 0,280                |         | 6,860    | 26,600                    |               |        |        |         |                           |         |        |        |
|                                               | 5-11 классы | 24 сб.1996г.     | 70           | 0,280                |         | 6,860    | 26,600                    |               |        | 0,020  | 0,293   | 6,919                     | 23,407  | 5,001  |        |
|                                               | 1-4 классы  | 114 Сб.2008г.    | 210          | 12,760               | 17,584  | 37,963   | 296,077                   | 0,019         |        | 0,020  | 0,352   | 8,792                     | 30,786  | 6,618  |        |
|                                               | 5-11 классы | 114 Сб.2008г.    | 260          | 13,800               | 18,400  | 39,963   | 344,335                   | 0,025         |        |        |         | 3,111                     | 1,540   | 0,840  |        |
|                                               | 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  |        |
| Каша рисовая молочная жидкая с маслом,сахаром | 5-11 классы | 629 сб.1996г.    | 187          | 0,243                | 0,046   | 13,761   | 53,710                    | 0,003         | 2,801  |        | 1,000   | 10,000                    | 32,800  | 13,200 |        |
|                                               | 1-4 классы  | ГОСТ 31805-2018  | 040          | 3,160                | 0,400   | 20,760   | 94,400                    | 0,060         |        | 1,250  |         | 12,500                    | 41,000  | 16,500 |        |
| Чай с лимоном                                 | 5-11 классы | ГОСТ 31805-2018  | 050          | 3,950                | 0,500   | 25,950   | 118,000                   | 0,075         |        |        |         |                           |         | 0,750  |        |
| Батон                                         |             |                  |              |                      |         |          |                           |               |        |        |         |                           |         |        |        |
| Обед                                          |             |                  |              |                      |         |          |                           |               |        |        |         |                           |         |        |        |
| Пятница                                       |             | 1-я неделя       |              |                      |         |          |                           |               |        |        |         |                           |         |        |        |
| Салат из моркови с сахаром/Салат из огурцов*  | 1-4 классы  | 62 Сб.1997г.     | 060          | 1,118                | 7,376   | 2,200    | 77,230                    | 0,032         | 23,950 |        | 1,298   | 24,878                    | 17,963  | 9,848  |        |
|                                               | 5-11 классы | 62 Сб.1997г.     | 100          | 1,550                | 10,005  | 4,951    | 97,292                    | 0,053         | 39,950 |        | 2,163   | 41,494                    | 29,959  | 16,424 |        |
|                                               | 1-4 классы  | 138 Сб.1996г.    | 200          | 4,746                | 4,302   | 18,572   | 127,580                   | 0,202         | 9,300  |        | 3,215   | 25,820                    | 69,500  | 28,200 |        |
| Суп картофельный с горохом                    | 1-4 классы  | 138 Сб.1996г.    | 250          | 5,933                | 5,378   | 23,215   | 159,475                   | 0,253         | 11,625 |        | 4,019   | 32,275                    | 86,875  | 35,250 |        |
|                                               | 5-11 классы | 202 Сб.2008г.    | 090          | 8,802                | 10,114  | 13,843   | 142,904                   | 0,022         | 2,460  | 0,003  | 1,306   | 8,822                     | 20,641  | 5,957  |        |
| Котлеты Куриные с соусом                      | 1-4 классы  | 202 Сб.2008г.    | 100          | 13,301               | 12,414  | 15,784   | 160,764                   | 0,027         | 2,820  | 0,002  | 1,798   | 10,677                    | 25,617  | 6,746  |        |
|                                               | 5-11 классы | 463 Сб.1996г.    | 150          | 7,716                | 5,384   | 26,323   | 232,585                   | 0,255         |        | 0,021  | 4,160   | 30,396                    | 154,621 | 0,158  |        |
| Каша гречневая рассыпчатая                    | 1-4 классы  | 463 Сб.1996г.    | 180          | 8,715                | 6,460   | 32,561   | 278,971                   | 0,306         |        | 0,025  | 4,989   | 36,456                    | 185,444 | 0,189  |        |
|                                               | 5-11 классы | 280 Сб.2008г.    | 180          | 1,732                |         | 39,909   | 158,796                   | 0,037         | 1,480  |        |         | 635,690                   | 54,020  | 38,850 |        |
| Компот из кураги                              | 1-4 классы  | 280 Сб.2008г.    | 180          | 1,732                |         | 39,909   | 158,796                   | 0,037         | 1,480  |        |         | 635,690                   | 54,020  | 38,850 |        |
|                                               | 5-11 классы | 280 Сб.2008г.    | 180          | 1,732                |         | 39,909   | 158,796                   | 0,037         | 1,480  |        |         | 635,690                   | 54,020  | 38,850 |        |
| 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  |        |
| Полдник                                       |             |                  |              |                      |         |          |                           |               |        |        |         |                           |         |        |        |
| Пятница                                       |             | 1-я неделя       |              |                      |         |          |                           |               |        |        |         |                           |         |        |        |
| Кондитерские изделия (печенье )               | 1-4 классы  | 29 Сб.1997г.     | 050          | 1,600                | 15,100  | 30,140   | 263,000                   |               |        |        |         | 124,000                   | 95,000  | 15,000 |        |
|                                               | 5-11 классы | 29 Сб.1997г.     | 050          | 1,600                | 15,100  | 30,140   | 263,000                   |               |        |        |         | 124,000                   | 95,000  | 15,000 |        |
|                                               | 1-4 классы  | ТУ 10.51.56-045- | 100          | 5,000                | 1,500   | 3,500    | 51,000                    | 0,030         | 0,600  | 0,010  |         | 124,000                   | 95,000  | 15,000 |        |
| Йогурт                                        | 1-4 классы  | ТУ 10.51.56-045- | 100          | 5,000                | 1,500   | 3,500    | 51,000                    | 0,030         | 0,600  | 0,010  |         | 124,000                   | 95,000  | 15,000 |        |
|                                               | 5-11 классы | 607              | 16,443       | 18,030               | 79,344  | 470,787  | 0,103                     | 2,801         | 0,020  | 1,293  | 20,030  | 67,747                    | 73,326  | 23,968 |        |
|                                               | 1-4 классы  | 607              | 16,443       | 18,030               | 79,344  | 470,787  | 0,103                     | 2,801         | 0,020  | 1,293  | 20,030  | 67,747                    | 73,326  | 23,968 |        |
| ИТОГО:                                        | 1-4 классы  | 720              | 26,736       | 27,556               | 117,203 | 822,295  | 0,586                     | 37,190        | 0,024  | 10,639 | 733,806 | 347,145                   | 89,613  | 42,741 |        |
|                                               | 5-11 классы | 870              | 35,164       | 34,827               | 140,954 | 980,098  | 0,733                     | 65,875        | 0,027  | 13,969 | 768,892 | 427,515                   | 107,369 | 35,227 |        |
|                                               | 1-4 классы  | 160              | 6,600        | 16,600               | 33,640  | 314,000  | 0,030                     | 0,600         | 0,010  | 0,000  | 124,000 | 95,000                    | 15,000  | 0,100  |        |
| ИТОГО:                                        | 1-4 классы  | 160              | 6,600        | 16,600               | 33,640  | 314,000  | 0,030                     | 0,600         | 0,010  | 0,000  | 124,000 | 95,000                    | 15,000  | 0,100  |        |
|                                               | 5-11 классы | 160              | 6,600        | 16,600               | 33,640  | 314,000  | 0,030                     | 0,600         | 0,010  | 0,000  | 124,000 | 95,000                    | 15,000  | 0,100  |        |
|                                               | 5-11 классы | 160              | 6,600        | 16,600               | 33,640  | 314,000  | 0,030                     | 0,600         | 0,010  | 0,000  | 124,000 | 95,000                    | 15,000  | 0,100  |        |

\* - действует с 01 марта

## ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ

| Наименование блюда                                 |             | № рецептуры       | Вес<br>блюда | Пищевая ценность (г) |        |          | Эн.<br>ценность<br>(ккал) | Витамины (мг) |        |       |        | Минеральные вещества (мг) |         |         |         |
|----------------------------------------------------|-------------|-------------------|--------------|----------------------|--------|----------|---------------------------|---------------|--------|-------|--------|---------------------------|---------|---------|---------|
|                                                    |             |                   |              | Белки                | Жиры   | Углеводы |                           | В1            | С      | А     | Е      | Кальций                   | Фосфор  | Магний  | Железо  |
| Понедельник                                        |             | 2-я неделя        |              | Завтрак              |        |          |                           |               |        |       |        |                           |         |         |         |
| Бутерброд с сыром                                  | 1-4 классы  | 3 С6.2013г.       | 050          | 6,740                | 8,610  | 19,970   | 180,500                   | 0,022         |        | 0,021 | 0,280  | 4,000                     | 13,000  | 2,800   | 0,180   |
|                                                    | 5-11 классы | 3 С6.2013г.       | 060          | 10,690               | 9,400  | 46,710   | 195,400                   | 0,033         |        | 0,025 | 0,500  | 6,000                     | 19,500  | 4,200   | 0,270   |
| Каша молочная жидкая -Дружба- с<br>маслом, сахаром | 1-4 классы  | 102 С6.2008г.     | 250          | 8,822                | 7,298  | 37,823   | 232,420                   | 0,081         |        | 0,040 | 0,680  | 9,270                     | 42,180  | 14,560  | 1,105   |
|                                                    | 5-11 классы | 102 С6.2008г.     | 290          | 10,672               | 7,910  | 42,457   | 259,331                   | 0,097         |        | 0,040 | 0,769  | 10,603                    | 50,216  | 17,412  | 1,316   |
| Чайный напиток Каркаде                             | 1-4 классы  | 628 С6.1996г.     | 200          | 0,200                | 0,051  | 15,010   | 57,267                    |               | 0,001  |       |        | 0,346                     |         |         | 0,053   |
|                                                    | 5-11 классы | 628 С6.1996г.     | 200          | 0,200                | 0,051  | 15,010   | 57,267                    |               | 0,001  |       |        | 0,346                     |         |         | 0,053   |
| Понедельник                                        |             | 2-я неделя        |              | Обед                 |        |          |                           |               |        |       |        |                           |         |         |         |
| Салат из свеклы отварной                           | 1-4 классы  | 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   |
|                                                    | 5-11 классы | 23 С6.2008г.      | 100          | 1,615                | 8,995  | 10,260   | 145,550                   | 0,019         | 9,500  |       | 2,233  | 35,150                    | 40,850  | 40,850  | 1,330   |
| Суп картофельный с клецками                        | 1-4 классы  | 46 С6.2008г.      | 200          | 3,000                | 2,630  | 13,500   | 140,000                   | 0,094         | 10,450 |       | 1,074  | 33,850                    | 85,650  | 32,470  | 1,400   |
|                                                    | 5-11 классы | 46 С6.2008г.      | 250          | 3,750                | 3,288  | 16,870   | 151,000                   | 0,118         | 13,000 |       | 1,343  | 42,310                    | 107,060 | 40,590  | 1,750   |
| Ёжики в соусе                                      | 1-4 классы  | 202 С6.2008г.     | 090          | 10,802               | 10,114 | 13,843   | 163,904                   | 0,022         | 2,460  | 0,003 | 1,306  | 8,822                     | 20,641  | 5,957   | 37,071  |
|                                                    | 5-11 классы | 202 С6.2008г.     | 100          | 13,301               | 12,414 | 15,784   | 200,764                   | 0,027         | 2,820  | 0,002 | 1,798  | 10,677                    | 25,617  | 6,746   | 27,956  |
| Пюре из гороха                                     | 1-4 классы  | 270 С6.1996г.     | 150          | 9,131                | 5,924  | 40,345   | 230,286                   | 0,629         |        | 0,021 | 6,479  | 63,418                    | 158,888 | 61,617  | 4,899   |
|                                                    | 5-11 классы | 270 С6.1996г.     | 180          | 10,020               | 6,908  | 44,015   | 240,349                   | 0,755         |        | 0,025 | 7,775  | 76,103                    | 190,671 | 73,942  | 5,879   |
| Напиток лимонный                                   | 1-4 классы  | 289 С6.2008г.     | 180          | 0,130                |        | 22,075   | 86,328                    | 0,006         | 5,760  |       |        | 6,192                     | 3,168   | 1,728   | 0,151   |
|                                                    | 5-11 классы | 289 С6.2008г.     | 180          | 0,130                |        | 22,075   | 86,328                    | 0,006         | 5,760  |       |        | 6,192                     | 3,168   | 1,728   | 0,151   |
| 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   |
| Понедельник                                        |             | 2-я неделя        |              | Полдник              |        |          |                           |               |        |       |        |                           |         |         |         |
| Сок фруктовый, (1 шт)                              | 1-4 классы  | 293 С6.2008г.     | 200          | 1,000                |        | 23,400   | 94,000                    | 0,020         | 4,000  |       |        | 14,000                    | 14,000  | 8,000   | 0,600   |
|                                                    | 5-11 классы | 293 С6.2008г.     | 200          | 1,000                |        | 23,400   | 94,000                    | 0,020         | 4,000  |       |        | 14,000                    | 14,000  | 8,000   | 0,600   |
| Сыр                                                | 1-4 классы  | СТО 71063300-003- | 016          | 3,580                | 3,500  |          | 47,400                    |               | 0,510  | 0,025 | 0,060  | 129,000                   | 102,000 | 6,800   | 136,000 |
|                                                    | 5-11 классы | СТО 71063300-003- | 025          | 5,590                | 5,470  |          | 74,060                    |               | 0,797  | 0,069 | 0,094  | 201,560                   | 159,375 | 10,625  | 212,500 |
| Батон                                              | 1-4 классы  | ГОСТ 31805-2018   | 040          | 3,160                | 0,400  | 20,760   | 94,400                    | 0,060         |        |       | 1,000  | 10,000                    | 32,800  | 13,200  | 0,600   |
|                                                    | 5-11 классы | ГОСТ 31805-2018   | 050          | 3,950                | 0,500  | 25,950   | 118,000                   | 0,075         |        |       | 1,250  | 12,500                    | 41,000  | 16,500  | 0,750   |
| ИТОГО:                                             | Завтрак     | 1-4 классы        | 500          | 16,762               | 16,959 | 72,803   | 470,187                   | 0,103         | 0,001  | 0,061 | 0,960  | 13,616                    | 65,180  | 17,360  | 1,338   |
|                                                    |             | 5-11 классы       | 550          | 21,562               | 17,361 | 104,177  | 511,998                   | 0,130         | 0,001  | 0,066 | 1,269  | 16,949                    | 69,716  | 21,612  | 1,639   |
|                                                    | Обед        | 1-4 классы        | 720          | 26,654               | 26,045 | 112,276  | 813,048                   | 0,800         | 24,370 | 0,024 | 10,769 | 141,672                   | 323,267 | 132,882 | 44,899  |
|                                                    |             | 5-11 классы       | 870          | 32,749               | 32,176 | 133,638  | 948,791                   | 0,982         | 31,080 | 0,027 | 14,149 | 182,732                   | 412,966 | 173,766 | 37,936  |
|                                                    | Полдник     | 1-4 классы        | 266          | 7,740                | 3,900  | 44,160   | 235,800                   | 0,080         | 4,510  | 0,026 | 1,060  | 163,000                   | 148,800 | 28,000  | 137,200 |
|                                                    |             | 5-11 классы       | 275          | 10,640               | 5,970  | 49,360   | 286,060                   | 0,096         | 4,797  | 0,069 | 1,344  | 228,060                   | 214,376 | 36,126  | 213,860 |

\* - действует с 01 марта

**Циклическое меню**

| Наименование блюда                                |             | № рецептуры     | Вес<br>блюда | Пищевая ценность (г) |        |          | Эн.<br>ценность<br>(ккал) | Витамины (мг) |        |       |        | Минеральные вещества (мг) |         |        |        |
|---------------------------------------------------|-------------|-----------------|--------------|----------------------|--------|----------|---------------------------|---------------|--------|-------|--------|---------------------------|---------|--------|--------|
|                                                   |             |                 |              | Белки                | Жиры   | Углеводы |                           | В1            | С      | А     | Е      | Кальций                   | Фосфор  | Магний | Железо |
| Вторник                                           |             | 2-я неделя      |              | Завтрак              |        |          |                           |               |        |       |        |                           |         |        |        |
| Огурцы консервированные                           | 1-4 классы  | 24 С6.1996г.    | 020          | 0,560                |        | 0,260    | 3,220                     |               |        |       |        | 5,000                     | 4,000   |        | 0,240  |
|                                                   | 5-11 классы | 24 С6.1996г.    | 040          | 0,840                |        | 0,390    | 4,830                     |               |        |       |        | 7,500                     | 6,000   |        | 0,360  |
| Каша гречневая по-купечески с мясом(Филе куриное) | 1-4 классы  | 251 С6.1996г.   | 240          | 13,161               | 15,835 | 33,068   | 362,914                   | 0,255         |        | 0,021 | 4,160  | 30,396                    | 154,621 | 0,158  | 2,985  |
|                                                   | 5-11 классы | 251 С6.1996г.   | 260          | 14,235               | 19,318 | 35,398   | 392,485                   | 0,306         |        | 0,025 | 4,989  | 36,456                    | 185,444 | 0,189  | 3,580  |
| Компот из свежих яблок                            | 1-4 классы  | 702 С6.1997г.   | 200          | 0,080                |        | 33,552   | 127,760                   | 0,004         | 0,720  |       |        | 0,480                     | 2,400   | 4,000  | 0,152  |
|                                                   | 5-11 классы | 702 С6.1997г.   | 200          | 0,080                |        | 33,552   | 127,760                   | 0,004         | 0,720  |       |        | 0,480                     | 2,400   | 4,000  | 0,152  |
| 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   | 025          | 1,900                | 0,250  | 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  |
| Вторник                                           |             | 2-я неделя      |              | Обед                 |        |          |                           |               |        |       |        |                           |         |        |        |
| Винегрет овощной                                  | 1-4 классы  | 60 С6.1996г.    | 060          | 1,167                | 6,193  | 5,485    | 79,707                    | 0,035         | 5,520  |       | 2,696  | 14,130                    | 26,268  | 12,198 | 0,490  |
|                                                   | 5-11 классы | 60 С6.1996г.    | 100          | 1,945                | 8,321  | 9,142    | 132,845                   | 0,058         | 9,200  |       | 4,494  | 23,550                    | 43,780  | 20,330 | 0,816  |
| Уха                                               | 1-4 классы  | 72 С6.2008г.    | 200          | 7,970                | 2,840  | 26,232   | 187,530                   | 0,066         | 26,510 | 0,006 | 1,774  | 37,540                    | 43,204  | 18,240 | 19,102 |
|                                                   | 5-11 классы | 72 С6.2008г.    | 250          | 8,400                | 3,363  | 30,290   | 194,225                   | 0,082         | 33,125 | 0,006 | 2,214  | 44,675                    | 52,455  | 22,550 | 23,875 |
| Сосиски отварные с соусом                         | 1-4 классы  | 423 С6.1996г.   | 90           | 6,461                | 11,054 | 2,094    | 97,667                    | 0,020         | 1,160  | 0,003 | 1,306  | 5,792                     | 3,200   | 4,558  | 25,258 |
|                                                   | 5-11 классы | 423 С6.1996г.   | 100          | 5,521                | 11,124 | 2,203    | 98,124                    | 0,025         | 1,200  | 0,003 | 2,210  | 6,539                     | 3,894   | 4,846  | 27,818 |
| Макаронные изделия отварные                       | 1-4 классы  | 469 С6.1996г.   | 150          | 5,365                | 4,265  | 37,247   | 203,790                   | 0,087         |        | 0,021 | 1,193  | 10,427                    | 45,359  | 8,306  | 0,622  |
|                                                   | 5-11 классы | 469 С6.1996г.   | 180          | 6,437                | 5,117  | 46,011   | 244,528                   | 0,105         |        | 0,025 | 1,431  | 12,512                    | 54,426  | 9,967  | 0,746  |
| Чай с лимоном                                     | 1-4 классы  | 629 С6.1996г.   | 187          | 0,243                | 0,046  | 13,761   | 53,710                    | 0,003         | 2,801  |       |        | 3,111                     | 1,540   | 0,840  | 0,090  |
|                                                   | 5-11 классы | 629 С6.1996г.   | 187          | 0,243                | 0,046  | 13,761   | 53,710                    | 0,003         | 2,801  |       |        | 3,111                     | 1,540   | 0,840  | 0,090  |
| 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  |
| Вторник                                           |             | 2-я неделя      |              | Полдник              |        |          |                           |               |        |       |        |                           |         |        |        |
| Булочка "Загадка"                                 | 1-4 классы  |                 | 075          | 6,370                | 8,330  | 29,320   | 217,000                   |               |        |       |        |                           |         |        |        |
|                                                   | 5-11 классы |                 | 100          | 6,600                | 8,500  | 62,800   | 327,000                   |               |        |       |        |                           |         |        |        |
| Сок фруктовый, (1 шт)                             | 1-4 классы  | 293 С6.2008г.   | 200          | 1,000                |        | 23,400   | 94,000                    | 0,020         | 4,000  |       |        | 14,000                    | 14,000  | 8,000  | 0,600  |
|                                                   | 5-11 классы | 293 С6.2008г.   | 200          | 1,000                |        | 23,400   | 94,000                    | 0,020         | 4,000  |       |        | 14,000                    | 14,000  | 8,000  | 0,600  |
| ИТОГО:                                            | Завтрак     | 1-4 классы      | 600          | 16,423               | 16,215 | 83,236   | 577,094                   | 0,30          | 0,72   | 0,02  | 4,72   | 44,08                     | 191,42  | 10,76  | 3,96   |
|                                                   |             | 5-11 классы     | 660          | 18,433               | 19,818 | 89,785   | 629,075                   | 0,36          | 0,72   | 0,03  | 6,83   | 64,69                     | 231,84  | 12,44  | 4,82   |
|                                                   | Обед        | 1-4 классы      | 727          | 23,828               | 24,778 | 101,175  | 706,604                   | 0,249         | 36,991 | 0,030 | 7,629  | 79,200                    | 149,971 | 60,742 | 46,142 |
|                                                   |             | 5-11 классы     | 877          | 26,479               | 28,641 | 126,941  | 848,232                   | 0,330         | 46,326 | 0,034 | 11,349 | 102,687                   | 201,695 | 68,433 | 64,216 |
|                                                   | Полдник     | 1-4 классы      | 276          | 7,370                | 8,330  | 62,720   | 311,000                   | 0,020         | 4,000  | 0,000 | 0,000  | 14,000                    | 14,000  | 8,000  | 0,600  |
|                                                   |             | 5-11 классы     | 300          | 7,600                | 8,600  | 86,200   | 421,000                   | 0,020         | 4,000  | 0,000 | 0,000  | 14,000                    | 14,000  | 8,000  | 0,600  |

\* - действует с 01 марта

Циклическое меню

| Наименование блюда                           |             |                 | № рецептуры | Вес<br>блюда | Пищевая ценность (г) |         |          | Эн.<br>ценность<br>(ккал) | Витамины (мг) |       |        |         | Минеральные вещества (мг) |         |         |        |
|----------------------------------------------|-------------|-----------------|-------------|--------------|----------------------|---------|----------|---------------------------|---------------|-------|--------|---------|---------------------------|---------|---------|--------|
|                                              |             |                 |             |              | Белки                | Жиры    | Углеводы |                           | В1            | С     | А      | Е       | Кальций                   | Фосфор  | Магний  | Железо |
| Среда                                        |             | 2-я неделя      |             | Завтрак      |                      |         |          |                           |               |       |        |         |                           |         |         |        |
| Помидоры консервированные                    | 1-4 классы  | 24 С6.1996г.    | 050         | 1,400        |                      | 0,650   | 8,050    |                           |               |       |        |         |                           |         |         |        |
|                                              | 5-11 классы | 24 С6.1996г.    | 050         | 1,400        |                      | 0,650   | 8,050    |                           |               |       |        |         |                           |         |         |        |
| Плов из птицы (филе куриное)                 | 1-4 классы  | 193 С6.2008г.   | 200         | 13,742       | 16,244               | 45,518  | 326,844  | 0,106                     | 2,697         |       |        | 12,500  | 10,000                    |         | 0,600   |        |
|                                              | 5-11 классы | 193 С6.2008г.   | 250         | 15,192       | 20,157               | 60,692  | 415,766  | 0,126                     | 3,595         |       | 2,849  | 33,235  | 68,123                    | 21,137  | 3,101   |        |
| Чай с шиповником                             | 1-4 классы  | 628 С6.1996г.   | 200         | 0,200        | 0,051                | 15,010  | 57,267   |                           | 0,001         |       |        | 3,650   | 41,941                    | 90,771  | 27,628  |        |
|                                              | 5-11 классы | 628 С6.1996г.   | 200         | 0,200        | 0,051                | 15,010  | 57,267   |                           | 0,001         |       |        | 0,346   |                           |         | 0,053   |        |
| Хлеб пшеничный                               | 1-4 классы  | ГОСТ 27844-88   | 025         | 1,900        | 0,250                | 12,425  | 56,500   | 0,028                     |               |       |        | 0,346   |                           |         | 0,053   |        |
|                                              | 5-11 классы | ГОСТ 27844-88   | 025         | 1,900        | 0,250                | 12,425  | 56,500   | 0,028                     |               |       | 0,420  | 5,000   | 16,250                    | 3,500   | 0,225   |        |
| Хлеб ржаной                                  | 1-4 классы  | ГОСТ 26983-2015 | 025         | 1,378        | 0,250                | 8,020   | 47,500   | 0,020                     |               |       |        | 0,420   | 5,000                     | 16,250  | 3,500   |        |
|                                              | 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   |        |
| Среда                                        |             | 2-я неделя      |             | Обед         |                      |         |          |                           |               |       |        |         |                           |         |         |        |
| Салат из моркови и яблок/Салат из помидоров* | 1-4 классы  | 11 С6.2008г.    | 060         | 1,661        | 6,031                | 8,678   | 113,000  | 0,024                     | 2,154         |       | 2,751  | 18,702  | 21,210                    | 15,708  | 0,085   |        |
|                                              | 5-11 классы | 11 С6.2008г.    | 100         | 1,700        | 7,750                | 14,464  | 149,000  | 0,040                     | 3,590         |       | 4,584  | 31,170  | 35,350                    | 26,180  | 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 | 1,819  | 37,900  | 45,972                    | 27,120  | 56,044  |        |
|                                              | 5-11 классы | 110 С6.1996г.   | 260         | 4,217        | 6,528                | 14,562  | 117,200  | 0,060                     | 21,025        | 0,006 | 2,270  | 45,125  | 55,915                    | 33,650  | 70,053  |        |
| Биточки с соусом                             | 1-4 классы  | 423 С6.1996г.   | 90          | 10,843       | 10,030               | 9,974   | 133,166  | 0,020                     | 1,160         | 0,003 | 1,306  | 5,792   | 14,492                    | 4,558   | 36,970  |        |
|                                              | 5-11 классы | 423 С6.1996г.   | 100         | 12,665       | 13,566               | 12,404  | 175,920  | 0,025                     | 1,020         | 0,002 | 2,210  | 6,539   | 3,894                     | 4,846   | 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 | 0,144  | 41,310  | 95,910                    | 32,805  | 1,390   |        |
|                                              | 5-11 классы | 472 С6.1996г.   | 180         | 3,916        | 5,396                | 31,644  | 185,040  | 0,193                     | 31,050        | 0,031 | 0,172  | 49,572  | 115,092                   | 39,366  | 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                    | 16,470  | 4,158   |        |
|                                              | 5-11 классы | 283 С6.2008г.   | 180         | 0,878        |                      | 32,139  | 126,104  | 0,005                     | 0,549         |       |        | 30,740  | 21,137                    | 16,470  | 4,158   |        |
| Хлеб пшеничный                               | 1-4 классы  | ГОСТ 27844-88   | 020         | 1,520        | 0,180                | 9,940   | 45,200   | 0,022                     |               |       |        | 0,280   | 4,000                     | 13,000  | 2,800   |        |
|                                              | 5-11 классы | ГОСТ 27844-88   | 030         | 2,280        | 0,270                | 14,910  | 67,800   | 0,033                     |               |       |        | 0,500   | 6,000                     | 19,500  | 4,200   |        |
| Хлеб ржаной                                  | 1-4 классы  | ГОСТ 26983-2015 | 020         | 1,102        | 0,200                | 6,416   | 38,000   | 0,016                     |               |       |        | 0,280   | 4,200                     | 17,400  | 3,800   |        |
|                                              | 5-11 классы | ГОСТ 26983-2015 | 030         | 1,653        | 0,300                | 9,624   | 57,000   | 0,024                     |               |       |        | 0,500   | 6,300                     | 26,100  | 5,700   |        |
| Среда                                        |             | 2-я неделя      |             | Полдник      |                      |         |          |                           |               |       |        |         |                           |         |         |        |
| Сок фруктовый, (1 шт)                        | 1-4 классы  | 293 С6.2008г.   | 200         | 1,000        |                      | 23,400  | 94,000   | 0,020                     | 4,000         |       |        | 14,000  | 14,000                    | 8,000   | 0,600   |        |
|                                              | 5-11 классы | 293 С6.2008г.   | 200         | 1,000        |                      | 23,400  | 94,000   | 0,020                     | 4,000         |       |        | 14,000  | 14,000                    | 8,000   | 0,600   |        |
| Кондитерские изделия (вафля )                | 1-4 классы  | 29 С6.1997г.    | 050         | 1,600        | 15,100               | 30,140  | 263,000  |                           |               |       |        |         |                           |         |         |        |
|                                              | 5-11 классы | 29 С6.1997г.    | 050         | 1,600        | 15,100               | 30,140  | 263,000  |                           |               |       |        |         |                           |         |         |        |
| ИТОГО:                                       | Завтрак     | 1-4 классы      | 500         | 18,620       | 16,796               | 81,623  | 496,161  | 0,164                     | 2,698         | 0,000 | 3,689  | 66,331  | 116,123                   | 29,387  | 4,479   |        |
|                                              |             | 5-11 классы     | 560         | 20,070       | 20,708               | 96,797  | 686,083  | 0,174                     | 3,696         | 0,000 | 4,490  | 66,037  | 138,771                   | 35,878  | 4,827   |        |
|                                              | Обед        | 1-4 классы      | 730         | 23,100       | 26,460               | 106,226 | 705,760  | 0,296                     | 46,668        | 0,036 | 6,680  | 142,644 | 229,121                   | 103,261 | 99,227  |        |
|                                              |             | 5-11 классы     | 880         | 27,309       | 33,810               | 129,747 | 878,064  | 0,380                     | 57,234        | 0,039 | 10,236 | 175,446 | 276,988                   | 130,412 | 104,709 |        |
|                                              | Полдник     | 1-4 классы      | 260         | 2,600        | 15,100               | 63,640  | 367,000  | 0,020                     | 4,000         | 0,000 | 0,000  | 14,000  | 14,000                    | 8,000   | 0,600   |        |
|                                              |             | 5-11 классы     | 260         | 2,600        | 15,100               | 63,640  | 367,000  | 0,020                     | 4,000         | 0,000 | 0,000  | 14,000  | 14,000                    | 8,000   | 0,600   |        |

\* - действует с 01 марта

\* - действует с 01 марта

Циклическое меню

| Наименование блюда                              | № рецептуры                | Вес<br>блюда | Пищевая ценность (г) |        |         |          | Эн.<br>ценность<br>(ккал) | Витамины (мг) |       |        |         |         | Минеральные вещества (мг) |        |        |  |  |        |       |
|-------------------------------------------------|----------------------------|--------------|----------------------|--------|---------|----------|---------------------------|---------------|-------|--------|---------|---------|---------------------------|--------|--------|--|--|--------|-------|
|                                                 |                            |              | Белки                |        | Жиры    | Углеводы |                           | В1            | С     | А      | Е       | Кальций | Фосфор                    | Магний | Железо |  |  |        |       |
|                                                 |                            |              | Завтрак              |        |         |          |                           |               |       |        |         |         |                           |        |        |  |  |        |       |
|                                                 |                            |              |                      |        |         |          |                           |               |       |        |         |         |                           |        |        |  |  |        |       |
| Четверг                                         | 2-я неделя                 |              |                      |        |         |          |                           |               |       |        |         |         |                           |        |        |  |  |        |       |
| Десерт фруктовый (яблоко свежее)                | 1-4 классы                 | 100          | 0,400                |        | 9,800   | 38,000   |                           |               |       |        |         |         |                           |        |        |  |  |        | 0,600 |
|                                                 | 5-11 классы                | 100          | 0,400                |        | 9,800   | 38,000   |                           |               |       |        |         |         |                           |        |        |  |  |        | 0,600 |
|                                                 | 1-4 классы                 | 200          | 15,276               | 16,498 | 57,745  | 491,462  | 0,216                     | 1,238         | 0,044 | 3,922  | 216,692 | 238,287 | 40,677                    |        |        |  |  | 3,101  |       |
|                                                 | Оладьи с молоком стученным | 250          | 16,655               | 17,904 | 65,148  | 564,348  | 0,273                     | 1,520         | 0,054 | 5,025  | 256,679 | 290,726 | 49,870                    | 0,649  |        |  |  | 3,449  |       |
|                                                 | 1-4 классы                 | 200          | 0,200                | 0,051  | 15,010  | 57,267   |                           | 0,001         |       |        | 0,346   |         |                           |        |        |  |  | 0,053  |       |
|                                                 | Чай с сахаром              | 200          | 0,200                | 0,051  | 15,010  | 57,267   |                           | 0,001         |       |        | 0,346   |         |                           |        |        |  |  | 0,053  |       |
|                                                 | 628 Сб 1996г.              | 200          | 0,200                | 0,051  | 15,010  | 57,267   |                           | 0,001         |       |        | 0,346   |         |                           |        |        |  |  | 0,053  |       |
|                                                 | 628 Сб 1996г.              | 200          | 0,200                | 0,051  | 15,010  | 57,267   |                           | 0,001         |       |        | 0,346   |         |                           |        |        |  |  | 0,053  |       |
|                                                 | 628 Сб 1996г.              | 200          | 0,200                | 0,051  | 15,010  | 57,267   |                           | 0,001         |       |        | 0,346   |         |                           |        |        |  |  | 0,053  |       |
|                                                 | 628 Сб 1996г.              | 200          | 0,200                | 0,051  | 15,010  | 57,267   |                           | 0,001         |       |        | 0,346   |         |                           |        |        |  |  | 0,053  |       |
| Четверг                                         | 2-я неделя                 |              |                      |        |         |          |                           |               |       |        |         |         |                           |        |        |  |  |        |       |
| Салат из белокочанной капусты/Салат из огурцов* | 1-4 классы                 | 060          | 0,929                | 3,003  | 5,968   | 53,564   | 0,032                     | 23,950        |       | 1,298  | 24,878  | 17,963  | 9,848                     |        |        |  |  | 0,489  |       |
|                                                 | 5-11 классы                | 100          | 1,550                | 5,005  | 9,951   | 89,292   | 0,053                     | 39,950        |       | 2,163  | 41,494  | 29,959  | 16,424                    |        |        |  |  | 0,816  |       |
|                                                 | 1-4 классы                 | 200          | 4,746                | 4,302  | 18,572  | 127,580  | 0,202                     | 9,300         |       | 3,215  | 25,820  | 69,500  | 28,200                    |        |        |  |  | 1,556  |       |
|                                                 | Суп картофельный с горохом | 250          | 5,933                | 5,378  | 23,275  | 159,475  | 0,253                     | 11,625        |       | 4,019  | 32,275  | 86,875  | 35,250                    |        |        |  |  | 1,945  |       |
|                                                 | 5-11 классы                | 090          | 6,802                | 11,114 | 12,623  | 123,904  | 0,022                     | 2,460         |       | 2,146  | 8,822   | 20,641  | 5,957                     |        |        |  |  | 37,071 |       |
|                                                 | 1-4 классы                 | 100          | 7,201                | 12,414 | 11,784  | 158,764  | 0,027                     | 2,820         |       | 2,554  | 10,677  | 25,617  | 6,746                     |        |        |  |  | 27,956 |       |
|                                                 | 423 Сб 1996г.              | 100          | 7,201                | 12,414 | 11,784  | 158,764  | 0,027                     | 2,820         |       | 2,554  | 10,677  | 25,617  | 6,746                     |        |        |  |  | 27,956 |       |
|                                                 | 423 Сб 1996г.              | 100          | 7,201                | 12,414 | 11,784  | 158,764  | 0,027                     | 2,820         |       | 2,554  | 10,677  | 25,617  | 6,746                     |        |        |  |  | 27,956 |       |
|                                                 | 463 Сб 1996г.              | 150          | 7,716                | 5,384  | 26,323  | 232,585  | 0,255                     |               |       | 0,021  | 4,160   | 30,396  | 154,621                   | 0,158  |        |  |  | 2,985  |       |
|                                                 | 463 Сб 1996г.              | 180          | 8,715                | 6,460  | 32,561  | 278,971  | 0,306                     |               |       | 0,025  | 4,989   | 36,456  | 185,444                   | 0,189  |        |  |  | 3,580  |       |
| Сок фруктовый                                   | 1-4 классы                 | 180          | 0,900                |        | 21,060  | 84,600   | 0,018                     | 3,600         |       |        | 14,400  | 16,200  | 9,000                     |        |        |  |  | 0,360  |       |
|                                                 | 5-11 классы                | 180          | 0,900                |        | 21,060  | 84,600   | 0,018                     | 3,600         |       |        | 14,400  | 16,200  | 9,000                     |        |        |  |  | 0,360  |       |
|                                                 | 293 Сб 2008г.              | 180          | 0,900                |        | 21,060  | 84,600   | 0,018                     | 3,600         |       |        | 14,400  | 16,200  | 9,000                     |        |        |  |  | 0,360  |       |
|                                                 | 1-4 классы                 | 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  |       |
|                                                 | ГОСТ 27844-88              | 030          | 2,280                | 0,270  | 14,910  | 67,800   | 0,033                     |               |       | 0,500  | 6,000   | 19,500  | 4,200                     |        |        |  |  | 0,270  |       |
|                                                 | 1-4 классы                 | 020          | 1,102                | 0,200  | 6,416   | 38,000   | 0,016                     |               |       | 0,260  | 4,200   | 17,400  | 3,800                     |        |        |  |  | 0,400  |       |
|                                                 | ГОСТ 26883-2015            | 030          | 1,653                | 0,300  | 9,624   | 57,000   | 0,024                     |               |       | 0,500  | 6,300   | 26,100  | 5,700                     |        |        |  |  | 0,600  |       |
|                                                 | ГОСТ 26883-2015            | 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   |                      |        |         |          |                           |               |       |        |         |         |                           |        |        |  |  |        |       |
| Йогурт                                          | 1-4 классы                 | 100          | 5,000                | 1,500  | 3,500   | 51,000   | 0,030                     | 0,600         |       | 0,010  | 124,000 | 95,000  | 15,000                    |        |        |  |  | 0,100  |       |
|                                                 | 18255315-2017              | 100          | 5,000                | 1,500  | 3,500   | 51,000   | 0,030                     | 0,600         |       | 0,010  | 124,000 | 95,000  | 15,000                    |        |        |  |  | 0,100  |       |
|                                                 | ТУ 10.51.56-045-           | 100          | 5,000                | 1,500  | 3,500   | 51,000   | 0,030                     | 0,600         |       | 0,010  | 124,000 | 95,000  | 15,000                    |        |        |  |  | 0,100  |       |
|                                                 | ТУ 10.51.56-045-           | 100          | 5,000                | 1,500  | 3,500   | 51,000   | 0,030                     | 0,600         |       | 0,010  | 124,000 | 95,000  | 15,000                    |        |        |  |  | 0,100  |       |
|                                                 | 18255315-2017              | 050          | 3,750                | 5,900  | 27,200  | 208,500  |                           |               |       |        |         |         |                           |        |        |  |  | 0,600  |       |
|                                                 | 29 Сб 1997г.               | 050          | 3,750                | 5,900  | 27,200  | 208,500  |                           |               |       |        |         |         |                           |        |        |  |  | 0,600  |       |
|                                                 | 29 Сб 1997г.               | 050          | 3,750                | 5,900  | 27,200  | 208,500  |                           |               |       |        |         |         |                           |        |        |  |  | 0,600  |       |
|                                                 | 29 Сб 1997г.               | 050          | 3,750                | 5,900  | 27,200  | 208,500  |                           |               |       |        |         |         |                           |        |        |  |  | 0,600  |       |
|                                                 | 1-4 классы                 | 500          | 16,876               | 16,649 | 82,555  | 686,729  | 0,216                     | 1,239         | 0,044 | 3,922  | 217,038 | 238,287 | 40,677                    |        |        |  |  | 3,754  |       |
|                                                 | 6-11 классы                | 560          | 17,265               | 17,965 | 89,958  | 669,615  | 0,273                     | 1,521         | 0,064 | 5,025  | 257,026 | 290,726 | 49,870                    |        |        |  |  | 4,102  |       |
| ИТОГО:                                          | 1-4 классы                 | 720          | 23,716               | 24,183 | 100,902 | 705,433  | 0,567                     | 39,310        | 0,021 | 11,379 | 112,516 | 309,326 | 69,763                    |        |        |  |  | 43,041 |       |
|                                                 | 6-11 классы                | 870          | 28,232               | 29,827 | 123,106 | 895,902  | 0,714                     | 67,995        | 0,026 | 14,725 | 147,602 | 389,696 | 77,609                    |        |        |  |  | 36,627 |       |
|                                                 | 1-4 классы                 | 160          | 8,760                | 7,400  | 30,700  | 259,500  | 0,030                     | 0,500         | 0,010 | 0,000  | 124,000 | 95,000  | 16,000                    |        |        |  |  | 0,700  |       |
|                                                 | 6-11 классы                | 160          | 8,760                | 7,400  | 30,700  | 259,500  | 0,030                     | 0,500         | 0,010 | 0,000  | 124,000 | 95,000  | 16,000                    |        |        |  |  | 0,700  |       |
|                                                 | 1-4 классы                 | 160          | 8,760                | 7,400  | 30,700  | 259,500  | 0,030                     | 0,500         | 0,010 | 0,000  | 124,000 | 95,000  | 16,000                    |        |        |  |  | 0,700  |       |
|                                                 | 6-11 классы                | 160          | 8,760                | 7,400  | 30,700  | 259,500  | 0,030                     | 0,500         | 0,010 | 0,000  | 124,000 | 95,000  | 16,000                    |        |        |  |  | 0,700  |       |
|                                                 | 1-4 классы                 | 160          | 8,760                | 7,400  | 30,700  | 259,500  | 0,030                     | 0,500         | 0,010 | 0,000  | 124,000 | 95,000  | 16,000                    |        |        |  |  | 0,700  |       |
|                                                 | 6-11 классы                | 160          | 8,760                | 7,400  | 30,700  | 259,500  | 0,030                     | 0,500         | 0,010 | 0,000  | 124,000 | 95,000  | 16,000                    |        |        |  |  | 0,700  |       |
|                                                 | 1-4 классы                 | 160          | 8,760                | 7,400  | 30,700  | 259,500  | 0,030                     | 0,500         | 0,010 | 0,000  | 124,000 | 95,000  | 16,000                    |        |        |  |  | 0,700  |       |
|                                                 | 6-11 классы                | 160          | 8,760                | 7,400  | 30,700  | 259,500  | 0,030                     | 0,500         | 0,010 | 0,000  | 124,000 | 95,000  | 16,000                    |        |        |  |  | 0,700  |       |

\* - действует с 01 марта

**Циклическое меню**

| Наименование блюда                          | № рецептуры       | Вес<br>блюда    | Пищевая ценность (г) |        |          | Эн.<br>ценность<br>(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> |       |        |       |                           |         |         |        |
| Кондитерские изделия (пастила<br>фруктовая) | 1-4 классы        | 29 С6.1997г.    | 025                  | 1,000  | 8,210    | 14,355                    | 25,355         |       |        |       |                           |         |         |        |
|                                             | 5-11 классы       | 29 С6.1997г.    | 025                  | 1,000  | 8,210    | 14,355                    | 25,355         |       |        |       |                           |         |         |        |
| Каша молочная жидкая пшеничная<br>с маслом  | 1-4 классы        | 520 С6.1997г.   | 235                  | 9,541  | 7,879    | 33,418                    | 226,950        | 0,006 | 0,960  | 0,003 | 1,306                     | 2,764   | 5,192   | 2,472  |
|                                             | 5-11 классы       | 520 С6.1997г.   | 275                  | 10,922 | 9,438    | 53,159                    | 311,040        | 0,004 | 0,720  | 0,002 | 1,798                     | 2,073   | 3,894   | 1,854  |
| Компот из кураги                            | 1-4 классы        | 280 С6.2008г.   | 200                  | 1,924  |          | 14,343                    | 126,440        | 0,037 | 1,480  |       |                           | 635,690 | 54,020  | 38,850 |
|                                             | 5-11 классы       | 280 С6.2008г.   | 200                  | 1,924  |          | 14,343                    | 126,440        | 0,037 | 1,480  |       |                           | 635,690 | 54,020  | 38,850 |
| Батон                                       | 1-4 классы        | ГОСТ 31805-2018 | 040                  | 3,160  | 0,400    | 20,760                    | 94,400         | 0,060 |        |       | 1,000                     | 10,000  | 32,800  | 13,200 |
|                                             | 5-11 классы       | ГОСТ 31805-2018 | 050                  | 3,950  | 0,500    | 25,950                    | 118,000        | 0,075 |        |       | 1,250                     | 12,500  | 41,000  | 16,500 |
| <b>Пятница</b>                              | <b>2-я неделя</b> |                 |                      |        |          |                           | <b>Обед</b>    |       |        |       |                           |         |         |        |
| Салат Степной                               | 1-4 классы        | 111 С6.2008г.   | 060                  | 1,076  | 9,148    | 4,969                     | 104,362        | 0,059 | 8,160  | 0,021 | 2,794                     | 9,948   | 39,036  | 13,884 |
|                                             | 5-11 классы       | 111 С6.2008г.   | 100                  | 1,793  | 15,246   | 8,281                     | 173,937        | 0,098 | 13,600 | 0,035 |                           | 16,580  | 65,060  | 23,140 |
| Суп из овощей                               | 1-4 классы        | 132 С6.1996г.   | 200                  | 3,514  | 3,525    | 10,490                    | 123,426        | 0,073 | 17,800 |       | 1,550                     | 18,880  | 40,380  | 17,180 |
|                                             | 5-11 классы       | 132 С6.1996г.   | 250                  | 3,893  | 4,406    | 13,113                    | 142,533        | 0,091 | 22,250 |       | 1,937                     | 23,600  | 50,475  | 21,475 |
| Рыба тушеная в томате с овощами             | 1-4 классы        | 309 С6.1996г.   | 90                   | 12,330 | 9,229    | 13,512                    | 128,254        | 0,057 | 1,845  | 0,022 | 1,717                     | 14,986  | 29,764  | 31,461 |
|                                             | 5-11 классы       | 309 С6.1996г.   | 100                  | 10,261 | 12,642   | 15,112                    | 157,499        | 0,078 | 2,295  | 0,03  | 2,39                      | 20,153  | 40,117  | 43,305 |
| Рис отварной                                | 1-4 классы        | 465 С6.1996г.   | 150                  | 3,868  | 5,218    | 41,803                    | 219,038        | 0,044 |        | 0,027 | 0,402                     | 14,580  | 53,730  | 11,543 |
|                                             | 5-11 классы       | 465 С6.1996г.   | 180                  | 4,641  | 6,261    | 50,163                    | 262,845        | 0,053 |        | 0,032 | 0,482                     | 17,496  | 64,476  | 13,851 |
| Чай с лимоном                               | 1-4 классы        | 629 С6.1996г.   | 187                  | 0,243  | 0,046    | 13,761                    | 53,710         | 0,003 | 2,801  |       |                           | 3,111   | 1,540   | 0,840  |
|                                             | 5-11 классы       | 629 С6.1996г.   | 187                  | 0,243  | 0,046    | 13,761                    | 53,710         | 0,003 | 2,801  |       |                           | 3,111   | 1,540   | 0,840  |
| Хлеб пшеничный                              | 1-4 классы        | ГОСТ 27844-88   | 020                  | 1,520  | 0,180    | 9,940                     | 45,200         | 0,022 |        |       | 0,280                     | 4,000   | 13,000  | 2,800  |
|                                             | 5-11 классы       | ГОСТ 27844-88   | 030                  | 2,280  | 0,270    | 14,910                    | 67,800         | 0,033 |        |       | 0,500                     | 6,000   | 19,500  | 4,200  |
| Хлеб ржаной                                 | 1-4 классы        | ГОСТ 26983-2015 | 020                  | 1,102  | 0,200    | 6,416                     | 38,000         | 0,016 |        |       | 0,280                     | 4,200   | 17,400  | 3,800  |
|                                             | 5-11 классы       | ГОСТ 26983-2015 | 030                  | 1,653  | 0,300    | 9,624                     | 57,000         | 0,024 |        |       | 0,500                     | 6,300   | 26,100  | 5,700  |
| <b>Пятница</b>                              | <b>2-я неделя</b> |                 |                      |        |          |                           | <b>Полдник</b> |       |        |       |                           |         |         |        |
| Сок фруктовый, (1 шт)                       | 1-4 классы        | 293 С6.2008г.   | 200                  | 1,000  |          | 23,400                    | 94,000         | 0,020 | 4,000  |       |                           | 14,000  | 14,000  | 8,000  |
|                                             | 5-11 классы       | 293 С6.2008г.   | 200                  | 1,000  |          | 23,400                    | 94,000         | 0,020 | 4,000  |       |                           | 14,000  | 14,000  | 8,000  |
| Пирожок с яблоком                           | 1-4 классы        |                 | 075                  | 6,370  | 8,330    | 29,320                    | 217,000        |       |        |       |                           |         |         |        |
|                                             | 5-11 классы       |                 | 090                  | 6,669  | 9,535    | 31,460                    | 234,450        |       |        |       |                           |         |         |        |
| <b>ИТОГО:</b>                               | Завтрак           | 1-4 классы      | 500                  | 16,626 | 16,489   | 82,876                    | 473,145        | 0,103 | 2,440  | 0,003 | 2,306                     | 648,454 | 92,012  | 54,522 |
|                                             |                   | 5-11 классы     | 550                  | 17,796 | 18,148   | 107,807                   | 580,836        | 0,116 | 2,200  | 0,002 | 3,048                     | 650,263 | 98,914  | 57,204 |
|                                             | Обед              | 1-4 классы      | 727                  | 23,653 | 27,646   | 100,891                   | 711,990        | 0,239 | 31,221 | 0,048 | 7,452                     | 63,541  | 185,727 | 66,004 |
|                                             |                   | 5-11 классы     | 877                  | 21,704 | 38,943   | 121,636                   | 916,589        | 0,329 | 41,471 | 0,067 | 5,973                     | 83,764  | 252,768 | 75,952 |
|                                             | Полдник           | 1-4 классы      | 276                  | 7,370  | 8,330    | 52,720                    | 311,000        | 0,020 | 4,000  | 0,000 | 0,000                     | 14,000  | 14,000  | 8,000  |
|                                             |                   | 5-11 классы     | 290                  | 7,669  | 9,535    | 54,860                    | 328,460        | 0,020 | 4,000  | 0,000 | 0,000                     | 14,000  | 14,000  | 8,000  |

\* - действует с 01 марта