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

«14» октября 2019 г.

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

«14» октября 2019 г.

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

Осенне-зимнее (весеннее - *)

Согласовано
Директор ГБОУ ООШ
И.А. Николаева
Приказ №295 от 31.08.2020г.

Согласовано
Председатель совета родителей
Ю.А. Роом
Протокол №1 от 31.08.2020г.

Цикличное меню

Наименование блюда		№ тех	Масса	Пищевая ценность			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Белки	Жиры	Углеводы		В	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Понедельник	**1-я неделя**							**Завтрак**							
Салат из белокочанной капусты/*Салат из свежих огурцов	1-4 классы	62 Сб.1997г.	060	0,929	3,003	5,968	53,564	0,032	23,95		1,298	24,878	17,963	9,848	0,489
	5-11 классы	62 Сб.1997г.	100	1,55	5,005	9,951	89,292	0,053	39,95		2,163	41,494	29,959	16,424	0,816
Сосиски отварные	1-4 классы	393 Сб.1997г.	050(1шт)	5,2	6,6	0,15	85,5					14,5	80,5	10	0,85
	5-11 классы	393 Сб.1997г.	100(2 шт)	10,4	13,2	0,3	171					29	161	20	1,7
Макаронные изделия отварные	1-4 классы	469 Сб.1996г.	150	5,365	4,265	38,347	203,79	0,087		0,021	1,193	10,427	45,359	8,306	0,622
	5-11 классы	469 Сб.1996г.	180	6,437	5,117	46,011	244,528	0,105		0,025	1,431	12,512	54,426	9,967	0,746
Чай с сахаром	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0,2	0,051	15,01	57,267		0,001			0,346			0,053
	5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0,2	0,051	15,01	57,267		0,001			0,346			0,053
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6	0,36
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	050	3,8	0,3	26,15	116,5	0,055			0,84	10	32,5	7	0,45
Понедельник	**1-я неделя**							**Обед**							
Икра кабачковая(порционно)	1-4 классы	31 Сб.1997г.	020	0,4	1,8	1,72	24,4	0,004	1,4			8,2	13,4	7	1,4
	5-11 классы	31 Сб.1997г.	030	0,6	2,7	2,58	36,6	0,006	2,1			12,3	20,1	10,5	2,1
Суп картофельный с горохом с мясом	1-4 классы	138 Сб.1996г.	10/200	5,446	6,102	18,572	147,58	0,209	9,3		3,215	26,82	90,5	30,5	1,836
	5-11 классы	138 Сб.1996г.	10/250	6,633	7,178	23,215	179,475	0,26	11,625		4,019	33,275	107,875	37,55	2,225
Мясо тушеное	1-4 классы	191 Сб.2008г.	080	12,918	4,84	2,072	168,8	0,046	1,488		2,089	9,336	6,647	4,434	53,295
	5-11 классы	191 Сб.2008г.	100	16,147	6,05	2,59	211	0,058	1,86		2,611	11,67	8,308	5,543	66,619
Каша гречневая рассыпчатая	1-4 классы	463 Сб.1996г.	150	7,716	5,384	41,323	232,585	0,255		0,021	4,16	30,396	154,621	0,158	2,985
	5-11 классы	463 Сб.1996г.	180	9,255	6,46	49,561	278,971	0,306		0,025	4,989	36,456	185,444	0,189	3,58
Компот из сухофруктов**	1-4 классы	283 Сб.2008г.	200	0,976		35,71	140,115	0,006	0,61			34,155	23,485	18,3	4,62
	5-11 классы	283 Сб.2008г.	200	0,976		35,71	140,115	0,006	0,61			34,155	23,485	18,3	4,62
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6	0,36
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	060	4,56	0,36	31,38	139,8	0,066			1,008	12	39	8,4	0,54

ИТОГО:	**Завтрак**	**1-4 классы**	**14,734**	**15,159**	**80,395**	**493,321**	**0,163**	**23,951**	**0,021**	**3,163**	**58,151**	**169,822**	**33,754**	**2,374**
		5-11 классы	**22,387**	**23,673**	**97,422**	**678,587**	**0,213**	**39,951**	**0,025**	**4,434**	**93,352**	**277,885**	**53,391**	**3,765**
	Обед	**1-4 классы**	**28,150**	**23,366**	**120,317**	**806,68**	**0,564**	**12,798**	**0,021**	**10,136**	**116,907**	**314,653**	**65,992**	**64,496**
		5-11 классы	**32,075**	**27,748**	**139,036**	**985,961**	**0,702**	**16,195**	**0,025**	**12,627**	**139,856**	**384,212**	**80,482**	**79,684**

* - действует с 01 марта

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

Цикличное меню

Наименование блюда		№ тех	Масса	Пищевая ценность			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Белки	Жиры	Углеводы		В	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Вторник	**1-я неделя**		**Завтрак**												
Кукуруза консервированная	1-4 классы	24 Сб.1996г.	020	2,06	0,98	13,5	67,68	0,08				9,2			0,084
	5-11 классы	24 Сб.1996г.	030	3,09	1,47	20,25	101,52	0,12				13,8			0,126
Шницель куриный с соусом	1-4 классы	520 Сб.1997г.	080	10,761	9,751	1,944	137,837	0,053	0,72	0,03	1,504	9,073	150,894	19,354	28,678
	5-11 классы	520 Сб.1997г.	100	13,761	12,749	1,944	176,825	0,067	0,72	0,038	2,068	11,073	192,894	24,354	28,978
Рис отварной	1-4 классы	465 Сб.1996г.	150	3,868	5,218	41,803	219,038	0,044		0,027	0,402	14,58	53,73	11,543	0,986
	5-11 классы	465 Сб.1996г.	180	4,641	6,261	50,163	262,845	0,053		0,032	0,482	17,496	64,476	13,851	1,183
Напиток из шиповника	1-4 классы	289 Сб.2008г.	200	0,8		26,97	107,45	0,03	240		0,342	13,5	4	4	5,645
	5-11 классы	289 Сб.2008г.	200	0,8		26,97	107,45	0,03	240		0,342	13,5	4	4	5,645
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6	0,36
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	050	3,8	0,3	26,15	116,5	0,055			0,84	10	32,5	7	0,45
Вторник	**1-я неделя**		**Обед**												
Салат витаминный/*Помидоры порционные	1-4 классы	2 Сб.2008г.	060	0,659	6,01	8,262	88,218	0,025	12,996		2,618	19,056	16,74	10,968	0,292
	5-11 классы	2 Сб.2008г.	100	1,098	10,016	13,77	147,03	0,042	21,66		4,364	31,76	27,9	18,28	0,486
Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом	1-4 классы	139Сб.1996г.	10/200	2,972	3,938	19,156	120,42	0,101	13,2		1,074	15	71,8	21,54	0,99
	5-11 классы	139Сб.1996г.	10/250	3,54	4,473	23,945	145,525	0,125	16,5		1,343	18,5	84,5	26,35	1,167
Жаркое по-домашнему(говядина)	1-4 классы	394 Сб.1996г.	180	11,701	6,702	25,368	248,634	0,178	26,496		2,814	20,562	78,612	31,715	68,648
	5-11 классы	394 Сб.1996г.	230	18,232	8,776	30,487	343,961	0,227	31,896		3,696	26,71	94,531	38,635	88,105
Компот из кураги**	1-4 классы	280 Сб.2008г.	200	1,924		44,343	176,44	0,037	1,48			635,69	54,02	38,85	0,06
	5-11 классы	280 Сб.2008г.	200	1,924		44,343	176,44	0,037	1,48			635,69	54,02	38,85	0,06
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6	0,36
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	060	4,56	0,36	31,38	139,8	0,066			1,008	12	39	8,4	0,54

ИТОГО:	**Завтрак**	**1-4 классы**	**20,120**	**16,189**	**86,138**	**615,205**	**0,251**	**240,72**	**0,057**	**2,92**	**54,353**	**234,624**	**40,497**	**35,753**
		5-11 классы	**23,092**	**20,78**	**99,477**	**705,14**	**0,325**	**240,72**	**0,07**	**3,732**	**65,869**	**293,87**	**49,205**	**36,382**
	Обед	**1-4 классы**	**22,296**	**23,89**	**118,049**	**726,912**	**0,385**	**54,172**		**7,178**	**698,308**	**247,172**	**108,673**	**70,35**
		5-11 классы	**29,354**	**27,625**	**139,925**	**952,756**	**0,497**	**71,536**		**10,411**	**724,66**	**299,951**	**130,515**	**90,358**

* - действует с 01 марта

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

Цикличное меню

Наименование блюда		№ тех	Масса	Пищевая ценность			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Белки	Жиры	Углеводы		В	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Среда	**1-я неделя**		**Завтрак**												
Каша рисовая молочная жидкая с маслом,сахаром	1-4 классы	114 Сб.2008г.	150/5/5	3,923	5,764	30,395	187,237	0,043	0,8	0,036	0,293	103,743	96,225	16,204	1,252
	5-11 классы	114 Сб. 2008г.	200/5/5	5,209	6,477	38,848	232,32	0,057	1,067	0,041	0,352	137,899	127,973	21,556	1,661
Какао -Несквик-	1-4 классы	ГОСТ Р51074-2003	200	2,98	2,628	27,9	148,96	0,055	2,92	0,02	0,09	121,4	91	14	1,7
	5-11 классы	ГОСТ Р51074-2003	200	2,98	2,628	27,9	148,96	0,055	2,92	0,02	0,09	121,4	91	14	1,7
Батон	1-4 классы	ГОСТ 31752-2012	040	2,96	1,16	20,56	0,1	0,06			1	10	32,8	13,2	0,6
	5-11 классы	ГОСТ 31752-2012	050	3,7	1,45	25,7	0,125	0,075			1,25	12,5	41	16,5	0,75
Яблоки	1-4 классы	24 Сб.1996г.	1шт	4		48	184	0,2	3,6			20	12		4
	5-11 классы	24 Сб.1996г.	1шт	4		48	184	0,2	3,6			20	12		4
Среда	**1-я неделя**		**Обед**												
Огурцы порционно	1-4 классы	522 Сб.1996г.	020	0,14		0,36	2	0,004	1,4	0,006	0,02	3,4	8,4		0,004
	5-11 классы	522 Сб.1996г.	030	0,21		0,54	3	0,006	2,1	0,009	0,03	5,1	12,6		0,006
Борщ с капустой и картофелем с мясом,со сметаной	1-4 классы	110 Сб.1996г.	10/200/10	2,533	7,322	11,708	116,08	0,055	16,83	0,006	1,819	38,9	66,972	29,42	56,324
	5-11 классы	110 Сб. 1996г.	10/250/10	2,917	8,328	14,562	137,2	0,067	21,025	0,006	2,27	46,125	76,915	35,95	70,333
Птица жареная с соусом(голень п/ф)	1-4 классы	450 Сб.1996г.	100	15,054	16,673	2,011	216,717	0,069	0,73	0,044	2,851	13,313	198,534	25,084	29,012
	5-11 классы	450 Сб.1996г.	100	15,054	16,673	2,011	216,717	0,069	0,73	0,044	2,851	13,313	198,534	25,084	29,012
Пюре из гороха	1-4 классы	270 Сб.1996г.	150	16,131	4,924	40,345	260,286	0,629		0,021	6,479	63,418	158,888	61,617	4,899
	5-11 классы	270 Сб.1996г.	180	19,358	5,908	48,415	312,349	0,755		0,025	7,775	76,103	190,671	73,942	5,879
Компот из свежих яблок**	1-4 классы	702 Сб.1997г.	200	0,08		33,552	127,76	0,004	0,72			0,48	2,4	4	0,152
	5-11 классы	702 Сб.1997г.	200	0,08		33,552	127,76	0,004	0,72			0,48	2,4	4	0,152
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6	0,36
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	060	4,56	0,36	31,38	139,8	0,066			1,008	12	39	8,4	0,54

ИТОГО:	**Завтрак**	**1-4 классы**	**14,863**	**15,552**	**86,855**	**520,297**	**0,358**	**7,32**	**0,056**	**1,383**	**255,143**	**232,025**	**43,404**	**7,552**
		5-11 классы	**18,889**	**17,555**	**98,448**	**565,405**	**0,387**	**7,587**	**0,061**	**1,692**	**291,799**	**271,973**	**52,056**	**8,111**
	Обед	**1-4 классы**	**23,978**	**28,159**	**108,896**	**816,043**	**0,805**	**19,68**	**0,077**	**11,841**	**127,511**	**461,194**	**125,721**	**90,751**
		5-11 классы	**32,179**	**31,269**	**130,46**	**936,826**	**0,967**	**24,575**	**0,084**	**13,934**	**153,121**	**520,12**	**147,376**	**105,922**

* - действует с 01 марта

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

Цикличное меню

Наименование блюда		№ тех	Масса	Пищевая ценность			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Белки	Жиры	Углеводы		В	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Четверг	**1-я неделя**		**Завтрак**												
Икра кабачковая(порционно)	1-4 классы	31 Сб.1997г.	020	0,4	1,8	1,72	24,4	0,004	1,4			8,2	13,4	7	1,4
	5-11 классы	31 Сб.1997г.	030	0,6	2,7	2,58	36,6	0,006	2,1			12,3	20,1	10,5	2,1
Котлеты рыбные любительские с соусом	1-4 классы	162 Сб.2008г.	080	6,988	3,937	5,403	83,895	0,049	1,67	0,029	0,92	18,734	29,689	29,746	28,184
	5-11 классы	162 Сб.2008г.	100	9,675	5,373	6,788	112,963	0,067	2,05	0,04	1,281	25,419	40,052	40,892	28,406
Картофельное пюре	1-4 классы	472 Сб.1996г.	150	3,263	4,497	26,37	154,2	0,161	25,875	0,026	0,144	41,31	95,91	32,805	1,39
	5-11 классы	472 Сб.1996г.	180	3,916	5,396	31,644	185,04	0,193	31,05	0,031	0,172	49,572	115,092	39,366	1,668
Чай с лимоном	1-4 классы	629 сб.1996г.	200/7	0,263	0,051	15,262	59,437	0,003	2,801			3,146	1,54	0,84	0,095
	5-11 классы	629 сб.1996г.	200/7	0,263	0,051	15,262	59,437	0,003	2,801			3,146	1,54	0,84	0,095
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6	0,36
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	050	3,8	0,3	26,15	116,5	0,055			0,84	10	32,5	7	0,45
Четверг	**1-я неделя**		**Обед**												
Винегрет овощной	1-4 классы	60 Сб.1996г.	060	1,167	6,193	5,485	79,707	0,035	5,52		2,696	14,13	26,268	12,198	0,49
	5-11 классы	60 Сб.1996г.	100	1,945	10,321	9,142	132,845	0,058	9,2		4,494	23,55	43,78	20,33	0,816
Рассольник ленинградский с мясом	1-4 классы	42 Сб.2008г.	10/200	2,688	5,888	16,008	124,972	0,089	12,8		1,756	16,28	68,8	20,54	1,078
	5-11 классы	42 Сб.2008г.	10/250	3,185	6,91	20,01	151,215	0,11	16		2,196	20,1	80,75	25,1	1,277
Плов из говядины	1-4 классы	403 Сб.1996г.	025/125	10,849	10,407	34,868	265,808	0,066	2,782		2,693	21,226	52,637	16,069	88,103
	5-11 классы	403 Сб.1996г.	050/150	18,991	16,407	41,841	378,06	0,099	3,338		3,412	28,313	63,224	19,944	106,546
Сок фруктовый	1-4 классы	293 Сб.2008г.	200	1		23,4	94	0,02	4			16	18	10	0,4
	5-11 классы	293 Сб.2008г.	200	1		23,4	94	0,02	4			16	18	10	0,4
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6	0,36
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	060	4,56	0,36	31,38	139,8	0,066			1,008	12	39	8,4	0,54

ИТОГО:	**Завтрак**	**1-4 классы**	**14,954**	**15,525**	**69,675**	**455,132**	**0,261**	**31,746**	**0,055**	**1,736**	**79,39**	**166,539**	**75,991**	**31,429**
		5-11 классы	**18,254**	**17,82**	**82,424**	**520,54**	**0,324**	**38,001**	**0,071**	**2,293**	**100,437**	**209,284**	**98,598**	**32,719**
	Обед	**1-4 классы**	**22,744**	**22,728**	**100,681**	**677,687**	**0,254**	**25,102**		**7,817**	**75,636**	**191,705**	**64,407**	**90,431**
		5-11 классы	**29,681**	**33,798**	**125,773**	**895,92**	**0,353**	**32,538**		**11,11**	**99,963**	**244,754**	**83,774**	**109,579**

* - действует с 01 марта

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

Цикличное меню

Наименование блюда		№ тех	Масса	Пищевая ценность			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Белки	Жиры	Углеводы		В	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Пятница	**1-я неделя**		**Завтрак**												
Сыр плавленый	1-4 классы	ТУ 10.51.40-001-78634349-2016	1шт	3,58	3,5		47,4		0,51	0,025	0,06	129	102	6,8	136
	5-11 классы	ТУ 10.51.40-001-78634349-2016	1шт	3,58	3,5		47,4		0,51	0,025	0,06	129	102	6,8	136
Запеканка из творога с молоком сгущенным	1-4 классы	297 Сб.1996г.	125/25	23,125	17,627	33,046	361,001	0,082	0,854	0,08	2,256	276,479	330,259	40,752	0,873
	5-11 классы	297 Сб.1996г.	175/25	31,651	23,817	40,665	473,764	0,109	1,096	0,109	3,131	356,336	440,413	53,648	1,202
Чай с сахаром	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0,2	0,051	15,01	57,267		0,001			0,346			0,053
	5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0,2	0,051	15,01	57,267		0,001			0,346			0,053
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6	0,36
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	050	3,8	0,3	26,15	116,5	0,055			0,84	10	32,5	7	0,45
Пятница	**1-я неделя**		**Обед**												
Салат из свеклы отварной	1-4 классы	23 Сб.2008г.	060	0,969	2,997	6,156	54,33	0,011	5,7		1,34	21,09	24,51	24,51	0,798
	5-11 классы	23 Сб.2008г.	100	1,615	4,995	10,26	90,55	0,019	9,5		2,233	35,15	40,85	40,85	1,33
Щи из свежей капусты с картофелем,мясом,со сметаной	1-4 классы	120 Сб.1996г.	10/200/10	2,504	7,33	8,801	105,78	0,073	26,51	0,006	1,774	38,54	64,204	20,54	19,382
	5-11 классы	120 Сб.1996г.	10/250/10	2,881	8,338	10,929	124,325	0,089	33,125	0,006	2,214	45,675	73,455	24,85	24,155
Птица отварная с соусом(голень п/ф)	1-4 классы	439 Сб.1996г.	100	15,013	9,654	2,121	154,651	0,069	0,907	0,038	0,308	11,853	198,179	25,116	29,023
	5-11 классы	439 Сб.1996г.	100	15,013	9,654	2,121	154,651	0,069	0,907	0,038	0,308	11,853	198,179	25,116	29,023
Картофель и овощи тушеные	1-4 классы	251 Сб.1997г.	150	3,675	11,419	35,22	250,013	0,215	35,625		4,787	23,4	108,525	43,575	1,622
	5-11 классы	251 Сб.1997г.	180	4,41	13,703	42,264	300,015	0,258	42,75		5,745	28,08	130,23	52,29	1,946
Компот из апельсинов с яблоками**	1-4 классы	278.08	200	0,42		30,52	118,6	0,019	24,54		0,088	14	11	8,2	0,12
	5-11 классы	278.08	200	0,42		30,52	118,6	0,019	24,54		0,088	14	11	8,2	0,12
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6	0,36
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	060	4,56	0,36	31,38	139,8	0,066			1,008	12	39	8,4	0,54

ИТОГО:	**Завтрак**	**1-4 классы**	**19,945**	**20,418**	**68,976**	**558,868**	**0,126**	**1,365**	**0,105**	**2,988**	**413,825**	**458,259**	**53,152**	**137,286**
		5-11 классы	**23,231**	**23,668**	**81,825**	**694,931**	**0,164**	**1,607**	**0,134**	**4,031**	**495,682**	**574,913**	**67,448**	**137,705**
	Обед	**1-4 классы**	**25,621**	**28,64**	**103,738**	**776,574**	**0,431**	**93,282**	**0,044**	**8,969**	**116,883**	**432,418**	**127,541**	**51,305**
		5-11 классы	**28,899**	**32,05**	**127,474**	**927,941**	**0,52**	**110,822**	**0,044**	**11,596**	**146,758**	**492,714**	**159,706**	**57,114**

* - действует с 01 марта

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

Цикличное меню

Наименование блюда		№ тех	Масса	Пищевая ценность			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Белки	Жиры	Углеводы		В	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Суббота	**1-я неделя**							**Завтрак**							
Помидоры порционные	1-4 классы	522 Сб.1996г.	020	0,12		0,84	3,8	0,012	5		0,078	2,8	5,2	4	0,28
	5-11 классы	522 Сб.1996г.	030	0,18		1,26	5,7	0,018	7,5		0,117	4,2	7,8	6	0,42
Тефтели мясные с соусом	1-4 классы	423 Сб.1996г.	080	4,31	10,265	8,85	143,342	0,043	2,22		1,211	11,346	85,89	12,629	28,749
	5-11 классы	423 Сб.1996г.	100	5,932	14,113	11,607	195,115	0,058	2,82		1,584	15,11	118,71	16,942	29,197
Макаронные изделия отварные	1-4 классы	469 Сб.1996г.	150	5,365	4,265	38,347	203,79	0,087		0,021	1,193	10,427	45,359	8,306	0,622
	5-11 классы	469 Сб.1996г.	180	6,437	5,117	46,011	244,528	0,105		0,025	1,431	12,512	54,426	9,967	0,746
Компот из кураги**	1-4 классы	280 Сб.2008г.	200	1,924		44,343	176,44	0,037	1,48			635,69	54,02	38,85	0,06
	5-11 классы	280 Сб.2008г.	200	1,924		44,343	176,44	0,037	1,48			635,69	54,02	38,85	0,06
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6	0,36
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	050	3,8	0,3	26,15	116,5	0,055			0,84	10	32,5	7	0,45

ИТОГО:	**Завтрак**	**1-4 классы**	**14,759**	**15,77**	**83,3**	**615,572**	**0,223**	**8,7**	**0,021**	**3,154**	**668,263**	**216,469**	**69,385**	**30,071**
		5-11 классы	**18,273**	**19,53**	**99,371**	**708,283**	**0,273**	**11,8**	**0,025**	**3,972**	**677,512**	**267,456**	**78,759**	**30,873**

* - действует с 01 марта

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

Цикличное меню

Наименование блюда		№ тех	Масса	Пищевая ценность			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Белки	Жиры	Углеводы		В	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Понедельник	**2-я неделя**		**Завтрак**												
Йогурт	1-4 классы	ТУ 10.51.56-045-18255315-2017	1шт	5	1,5	3,5	51	0,03	0,6	0,01		124	95	15	0,1
	5-11 классы	ТУ 10.51.56-045-18255315-2017	1шт	5	1,5	3,5	51	0,03	0,6	0,01		124	95	15	0,1
Оладьи с молоком сгущенным	1-4 классы	682 Сб.1996г.	125/25	11,72	11,063	67,974	421,127	0,158	0,956	0,033	2,89	176,718	185,858	31,485	1,701
	5-11 классы	682 Сб.1996г.	175/25	15,69	14,398	89,563	555,924	0,216	1,238	0,044	3,922	216,692	238,287	40,677	2,361
Чай с сахаром	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0,2	0,051	15,01	57,267		0,001			0,346			0,053
	5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0,2	0,051	15,01	57,267		0,001			0,346			0,053
Понедельник	**2-я неделя**		**Обед**												
Сельдь с гарниром	1-4 классы	83 Сб.1996г.	060	4,24	8,098	4,468	86,115	0,026	4,29	0,012	2,902	24,787	69,462	18,845	408,381
	5-11 классы	83 Сб.1996г.	100	5,17	14,603	8,659	164,247	0,05	8,317	0,022	5,601	35,305	91,592	30,098	408,738
Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом	1-4 классы	139Сб.1996г.	10/200	2,972	3,938	19,156	120,42	0,101	13,2		1,074	15	71,8	21,54	0,99
	5-11 классы	139Сб.1996г.	10/250	3,54	4,473	23,945	145,525	0,125	16,5		1,343	18,5	84,5	26,35	1,167
Сосиски отварные	1-4 классы	393 Сб.1997г.	050(1шт)	5,2	6,6	0,15	85,5					14,5	80,5	10	0,85
	5-11 классы	393 Сб.1997г.	100(2 шт)	10,4	13,2	0,3	171					29	161	20	1,7
Капуста тушеная	1-4 классы	482 Сб.1996г.	150	3,593	5,267	16,511	123,461	0,111	88,32		2,241	83,598	62,415	31,572	84,606
	5-11 классы	482 Сб.1996г.	180	4,316	6,321	19,838	148,28	0,133	105,985		2,689	100,33	74,925	37,886	101,068
Напиток из шиповника	1-4 классы	289 Сб.2008г.	200	0,8		26,97	107,45	0,03	240		0,342	13,5	4	4	5,645
	5-11 классы	289 Сб.2008г.	200	0,8		26,97	107,45	0,03	240		0,342	13,5	4	4	5,645
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6	0,36
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	060	4,56	0,36	31,38	139,8	0,066			1,008	12	39	8,4	0,54

ИТОГО:			Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность (ккал)	В	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
	Завтрак	**1-4 классы**	**16,92**	**15,614**	**86,484**	**529,394**	**0,188**	**1,557**	**0,043**	**2,89**	**301,064**	**280,858**	**46,485**	**1,854**
		5-11 классы	**20,89**	**17,949**	**100,073**	**664,191**	**0,246**	**1,839**	**0,054**	**3,922**	**341,038**	**333,287**	**55,677**	**2,514**
	Обед	**1-4 классы**	**21,845**	**24,143**	**98,175**	**676,146**	**0,312**	**345,81**	**0,012**	**7,231**	**159,385**	**314,177**	**91,557**	**500,832**
		5-11 классы	**28,786**	**32,957**	**111,092**	**876,302**	**0,404**	**370,802**	**0,022**	**10,983**	**208,635**	**455,017**	**126,734**	**518,858**

* - действует с 01 марта

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

Цикличное меню

Наименование блюда		№ тех	Масса	Пищевая ценность			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Белки	Жиры	Углеводы		В	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Вторник	**2-я неделя**							**Завтрак**							
Салат из свеклы отварной	1-4 классы	23 Сб.2008г.	060	0,969	2,997	6,156	54,33	0,011	5,7		1,34	21,09	24,51	24,51	0,798
	5-11 классы	23 Сб.2008г.	100	1,615	4,995	10,26	90,55	0,019	9,5		2,233	35,15	40,85	40,85	1,33
Жаркое по-домашнему(говядина)	1-4 классы	394 Сб.1996г.	180	11,701	6,702	25,368	248,634	0,178	26,496		2,814	20,562	78,612	31,715	68,648
	5-11 классы	394 Сб.1996г.	230	18,232	8,776	30,487	343,961	0,227	31,896		3,696	26,71	94,531	38,635	88,105
Сок фруктовый	1-4 классы	293 Сб.2008г.	200	1		23,4	94	0,02	4			16	18	10	0,4
	5-11 классы	293 Сб.2008г.	200	1		23,4	94	0,02	4			16	18	10	0,4
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6	0,36
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	050	3,8	0,3	26,15	116,5	0,055			0,84	10	32,5	7	0,45
Вторник	**2-я неделя**							**Обед**							
Огурцы порционно	1-4 классы	522 Сб.1996г.	020	0,14		0,36	2	0,004	1,4	0,006	0,02	3,4	8,4		0,004
	5-11 классы	522 Сб.1996г.	030	0,21		0,54	3	0,006	2,1	0,009	0,03	5,1	12,6		0,006
Суп из овощей с мясом	1-4 классы	132 Сб.1996г.	10/200	2,214	5,325	10,49	96,426	0,08	17,8		1,55	19,88	61,38	19,48	0,916
	5-11 классы	132 Сб.1996г.	10/250	2,593	6,206	13,113	115,533	0,098	22,25		1,937	24,6	71,475	23,775	1,075
Котлеты рыбные любительские с соусом	1-4 классы	162 Сб.2008г.	080	6,988	3,937	5,403	83,895	0,049	1,67	0,029	0,92	18,734	29,689	29,746	28,184
	5-11 классы	162 Сб.2008г.	100	9,675	5,373	6,788	112,963	0,067	2,05	0,04	1,281	25,419	40,052	40,892	28,406
Рис отварной	1-4 классы	465 Сб.1996г.	150	3,868	5,218	41,803	219,038	0,044		0,027	0,402	14,58	53,73	11,543	0,986
	5-11 классы	465 Сб.1996г.	180	4,641	6,261	50,163	262,845	0,053		0,032	0,482	17,496	64,476	13,851	1,183
Компот из кураги**	1-4 классы	280 Сб.2008г.	200	1,924		44,343	176,44	0,037	1,48			635,69	54,02	38,85	0,06
	5-11 классы	280 Сб.2008г.	200	1,924		44,343	176,44	0,037	1,48			635,69	54,02	38,85	0,06
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6	0,36
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	060	4,56	0,36	31,38	139,8	0,066			1,008	12	39	8,4	0,54

ИТОГО:	**Завтрак**	**1-4 классы**	**16,71**	**15,939**	**75,844**	**490,164**	**0,253**	**36,196**		**4,826**	**65,652**	**147,122**	**71,825**	**70,206**
		5-11 классы	**22,647**	**18,071**	**90,297**	**645,011**	**0,321**	**45,396**		**6,769**	**87,86**	**185,881**	**96,485**	**90,285**
	Обед	**1-4 классы**	**22,174**	**22,720**	**122,319**	**670,999**	**0,258**	**22,35**	**0,062**	**3,564**	**700,284**	**233,219**	**105,219**	**30,51**
		5-11 классы	**26,603**	**26,257**	**136,327**	**810,581**	**0,327**	**27,88**	**0,081**	**4,738**	**720,305**	**281,623**	**125,768**	**31,27**

* - действует с 01 марта

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

Цикличное меню

Наименование блюда		№ тех	Масса	Пищевая ценность			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Белки	Жиры	Углеводы		В	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Среда	**2-я неделя**		**Завтрак**												
Салат из белокочанной капусты/*Икра кабачковая	1-4 классы	62 Сб.1997г.	060	0,929	3,003	5,968	53,564	0,032	23,95		1,298	24,878	17,963	9,848	0,489
	5-11 классы	62 Сб.1997г.	100	1,55	5,005	9,951	89,292	0,053	39,95		2,163	41,494	29,959	16,424	0,816
Птица жареная с соусом(голень п/ф)	1-4 классы	450 Сб.1996г.	100	15,054	16,673	2,011	216,717	0,069	0,73	0,044	2,851	13,313	198,534	25,084	29,012
	5-11 классы	450 Сб.1996г.	100	15,054	16,673	2,011	216,717	0,069	0,73	0,044	2,851	13,313	198,534	25,084	29,012
Каша пшеничная рассыпчатая	1-4 классы	255 Сб.1996г.	150	7,527	6,081	41,369	239,7	0,176		0,03	3,979	1,8	5,244	0,225	3,759
	5-11 классы	255 Сб.1996г.	180	9,032	7,297	49,642	287,64	0,212		0,036	4,775	2,16	6,293	0,27	4,511
Компот из сухофруктов**	1-4 классы	283 Сб.2008г.	200	0,976		35,71	140,115	0,006	0,61			34,155	23,485	18,3	4,62
	5-11 классы	283 Сб.2008г.	200	0,976		35,71	140,115	0,006	0,61			34,155	23,485	18,3	4,62
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6	0,36
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	050	3,8	0,3	26,15	116,5	0,055			0,84	10	32,5	7	0,45
Среда	**2-я неделя**		**Обед**												
Помидоры порционные	1-4 классы	522 Сб.1996г.	020	0,12		0,84	3,8	0,012	5		0,078	2,8	5,2	4	0,28
	5-11 классы	522 Сб.1996г.	030	0,18		1,26	5,7	0,018	7,5		0,117	4,2	7,8	6	0,42
Суп картофельный с горохом с мясом	1-4 классы	138 Сб.1996г.	10/200	5,446	6,102	18,572	147,58	0,209	9,3		3,215	26,82	90,5	30,5	1,836
	5-11 классы	138 Сб.1996г.	10/250	6,633	7,178	23,215	179,475	0,26	11,625		4,019	33,275	107,875	37,55	2,225
Бефстроганов	1-4 классы	375 Сб.1996г.	080	13,153	16,226	4,532	208,592	0,058	2,012	0,011	2,786	28,776	25,421	6,367	1,854
	5-11 классы	375 Сб.1996г.	100	16,441	19,163	5,665	250,671	0,073	2,515	0,014	3,013	35,97	31,776	7,959	2,317
Вермишель отварная	1-4 классы	469 Сб. 1996г.	150	5,365	4,265	38,347	203,79	0,087		0,021	1,193	10,427	45,359	8,306	0,622
	5-11 классы	469 Сб.1996г.	180	6,437	5,117	46,011	244,528	0,105		0,025	1,431	12,512	54,426	9,967	0,746
Чай с лимоном	1-4 классы	629 сб.1996г.	200/7	0,263	0,051	15,262	59,437	0,003	2,801			3,146	1,54	0,84	0,095
	5-11 классы	629 сб.1996г.	200/7	0,263	0,051	15,262	59,437	0,003	2,801			3,146	1,54	0,84	0,095
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6	0,36
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	060	4,56	0,36	31,38	139,8	0,066			1,008	12	39	8,4	0,54

ИТОГО:	**Завтрак**	**1-4 классы**	**27,526**	**25,997**	**105,978**	**743,296**	**0,327**	**25,29**	**0,074**	**8,8**	**82,146**	**271,226**	**59,057**	**38,24**
		5-11 классы	**30,412**	**29,275**	**123,464**	**850,264**	**0,395**	**41,29**	**0,08**	**10,629**	**101,122**	**290,771**	**67,078**	**39,409**
	Обед	**1-4 классы**	**27,387**	**26,884**	**98,473**	**716,399**	**0,413**	**19,113**	**0,032**	**7,944**	**79,969**	**194,02**	**55,613**	**5,047**
		5-11 классы	**34,514**	**31,869**	**122,793**	**879,611**	**0,525**	**24,441**	**0,039**	**9,588**	**101,103**	**242,417**	**70,716**	**6,343**

* - действует с 01 марта

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

Цикличное меню

Наименование блюда		№ тех	Масса	Пищевая ценность			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Белки	Жиры	Углеводы		В	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Четверг	**2-я неделя**							**Завтрак**							
Колбаса п/к порциями	1-4 классы	29 Сб.1997г.	020	2,2	8,8		88	0,038				2	45,2	5,4	0,54
	5-11 классы	29 Сб.1997г.	030	3,3	13,2		132	0,057				3	67,8	8,1	0,81
Каша молочная жидкая -Дружба-с маслом,сахаром	1-4 классы	102 Сб.2008г.	150/5/5	3,985	5,844	26,787	174,475	0,084	0,765	0,035	0,451	98,868	100,75	21,555	1,581
	5-11 классы	102 Сб.2008г.	200/5/5	5,291	6,584	34,037	215,3	0,111	1,02	0,04	0,563	131,39	134	28,69	2,1
Какао -Несквик-	1-4 классы	ГОСТ Р51074-2003	200	2,98	2,628	27,9	148,96	0,055	2,92	0,02	0,09	121,4	91	14	1,7
	5-11 классы	ГОСТ Р51074-2003	200	2,98	2,628	27,9	148,96	0,055	2,92	0,02	0,09	121,4	91	14	1,7
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6	0,36
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	050	3,8	0,3	26,15	116,5	0,055			0,84	10	32,5	7	0,45
Четверг	**2-я неделя**							**Обед**							
Салат витаминный/*Горошек зеленый консервированный	1-4 классы	2 Сб.2008г.	060	0,659	6,01	8,262	88,218	0,025	12,996		2,618	19,056	16,74	10,968	0,292
	5-11 классы	2 Сб.2008г.	100	1,098	10,016	13,77	147,03	0,042	21,66		4,364	31,76	27,9	18,28	0,486
Борщ с капустой и картофелем с мясом,со сметаной	1-4 классы	110 Сб.1996г.	10/200/10	2,533	7,322	11,708	116,08	0,055	16,83	0,006	1,819	38,9	66,972	29,42	56,324
	5-11 классы	110 Сб. 1996г.	10/250/10	2,917	8,328	14,562	137,2	0,067	21,025	0,006	2,27	46,125	76,915	35,95	70,333
Тефтели мясные с соусом	1-4 классы	423 Сб.1996г.	080	4,31	10,265	8,85	143,342	0,043	2,22		1,211	11,346	85,89	12,629	28,749
	5-11 классы	423 Сб.1996г.	100	5,932	14,113	11,607	195,115	0,058	2,82		1,584	15,11	118,71	16,942	29,197
Каша гречневая рассыпчатая	1-4 классы	463 Сб.1996г.	150	7,716	5,384	41,323	232,585	0,255		0,021	4,16	30,396	154,621	0,158	2,985
	5-11 классы	463 Сб.1996г.	180	9,255	6,46	49,561	278,971	0,306		0,025	4,989	36,456	185,444	0,189	3,58
Компот из свежих яблок**	1-4 классы	702 Сб.1997г.	200	0,08		33,552	127,76	0,004	0,72			0,48	2,4	4	0,152
	5-11 классы	702 Сб.1997г.	200	0,08		33,552	127,76	0,004	0,72			0,48	2,4	4	0,152
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6	0,36
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	060	4,56	0,36	31,38	139,8	0,066			1,008	12	39	8,4	0,54

ИТОГО:	**Завтрак**	**1-4 классы**	**15,205**	**17,612**	**75,607**	**504,635**	**0,221**	**3,685**	**0,055**	**1,213**	**230,268**	**262,95**	**46,555**	**4,181**
		5-11 классы	**17,371**	**22,712**	**88,087**	**612,76**	**0,278**	**3,94**	**0,06**	**1,493**	**265,79**	**325,3**	**57,79**	**5,06**
	Обед	**1-4 классы**	**22,338**	**28,221**	**122,615**	**801,185**	**0,426**	**32,766**	**0,027**	**10,48**	**108,178**	**352,623**	**62,775**	**88,862**
		5-11 классы	**26,842**	**32,277**	**134,432**	**925,876**	**0,543**	**46,225**	**0,031**	**14,215**	**141,931**	**450,369**	**83,761**	**104,288**

* - действует с 01 марта

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

Цикличное меню

Наименование блюда		№ тех	Масса	Пищевая ценность			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Белки	Жиры	Углеводы		В	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Пятница	**2-я неделя**		**Завтрак**												
Огурцы порционно	1-4 классы	522 Сб.1996г.	020	0,14		0,36	2	0,004	1,4	0,006	0,02	3,4	8,4		0,004
	5-11 классы	522 Сб.1996г.	030	0,21		0,54	3	0,006	2,1	0,009	0,03	5,1	12,6		0,006
Плов из говядины	1-4 классы	403 Сб.1996г.	025/125	10,849	10,407	34,868	265,808	0,066	2,782		2,693	21,226	52,637	16,069	88,103
	5-11 классы	403 Сб.1996г.	050/150	18,991	16,407	41,841	378,06	0,099	3,338		3,412	28,313	63,224	19,944	106,546
Чай с сахаром	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0,2	0,051	15,01	57,267		0,001			0,346			0,053
	5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0,2	0,051	15,01	57,267		0,001			0,346			0,053
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6	0,36
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	050	3,8	0,3	26,15	116,5	0,055			0,84	10	32,5	7	0,45
Пятница	**2-я неделя**		**Обед**												
Винегрет овощной	1-4 классы	60 Сб.1996г.	060	1,167	6,193	5,485	79,707	0,035	5,52		2,696	14,13	26,268	12,198	0,49
	5-11 классы	60 Сб.1996г.	100	1,945	10,321	9,142	132,845	0,058	9,2		4,494	23,55	43,78	20,33	0,816
Суп картофельный с рисом и рыбными консервами	1-4 классы	136 Сб.1996г.	200/12.5	3,97	2,84	16,232	102,53	0,088	13,2		0,924	36,645	76,47	25,8	0,686
	5-11 классы	136 Сб.1996г.	250/12.5	4,4	3,363	20,29	124,225	0,109	16,5		1,156	40,025	88,4	30,5	0,857
Птица тушеная в соусе(голень п/ф)	1-4 классы	444 Сб.1996г.	100	14,981	12,651	1,944	180,817	0,068	0,72	0,038	1,564	11,273	197,094	24,854	29,008
	5-11 классы	444 Сб.1996г.	100	14,981	12,651	1,944	180,817	0,068	0,72	0,038	1,564	11,273	197,094	24,854	29,008
Картофельное пюре	1-4 классы	472 Сб.1996г.	150	3,263	4,497	26,37	154,2	0,161	25,875	0,026	0,144	41,31	95,91	32,805	1,39
	5-11 классы	472 Сб.1996г.	180	3,916	5,396	31,644	185,04	0,193	31,05	0,031	0,172	49,572	115,092	39,366	1,668
Компот из кураги**	1-4 классы	280 Сб.2008г.	200	1,924		44,343	176,44	0,037	1,48			635,69	54,02	38,85	0,06
	5-11 классы	280 Сб.2008г.	200	1,924		44,343	176,44	0,037	1,48			635,69	54,02	38,85	0,06
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6	0,36
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	060	4,56	0,36	31,38	139,8	0,066			1,008	12	39	8,4	0,54

ИТОГО:	**Завтрак**	**1-4 классы**	**15,229**	**16,698**	**71,158**	**458,275**	**0,114**	**4,183**	**0,006**	**3,385**	**32,972**	**87,037**	**21,669**	**88,52**
		5-11 классы	**23,201**	**18,758**	**83,541**	**554,827**	**0,16**	**5,439**	**0,009**	**4,282**	**43,759**	**108,324**	**26,944**	**107,055**
	Обед	**1-4 классы**	**28,245**	**26,421**	**115,294**	**786,894**	**0,433**	**46,795**	**0,064**	**6**	**747,048**	**475,762**	**140,107**	**31,994**
		5-11 классы	**31,726**	**32,091**	**138,743**	**939,167**	**0,531**	**58,95**	**0,069**	**8,394**	**772,11**	**537,386**	**162,3**	**32,949**

* - действует с 01 марта

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

Цикличное меню

Наименование блюда		№ тех	Масса	Пищевая ценность			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Белки	Жиры	Углеводы		В	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Суббота	**2-я неделя**								**Завтрак**						
Сыр плавленый	1-4 классы	ТУ 10.51.40-001-78634349-2016	1шт	3,58	3,5		47,4		0,51	0,025	0,06	129	102	6,8	136
	5-11 классы	ТУ 10.51.40-001-78634349-2016	1шт	3,58	3,5		47,4		0,51	0,025	0,06	129	102	6,8	136
Омлет натуральный	1-4 классы	284 Сб.1996г.	150	15,806	19,39	2,879	251,474	0,094	0,429	0,437	2,492	116,428	251,849	67,926	3,528
	5-11 классы	284 Сб.1996г.	200	21,076	25,854	3,838	335,305	0,125	0,571	0,583	3,323	155,233	335,804	90,57	4,705
Сок фруктовый	1-4 классы	293 Сб.2008г.	200	1		23,4	94	0,02	4			16	18	10	0,4
	5-11 классы	293 Сб.2008г.	200	1		23,4	94	0,02	4			16	18	10	0,4
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93,2	0,044			0,672	8	26	5,6	0,36
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	050	3,8	0,3	26,15	116,5	0,055			0,84	10	32,5	7	0,45

ИТОГО:	**Завтрак**	**1-4 классы**	**19,426**	**19,13**	**64,199**	**486,074**	**0,158**	**4,939**	**0,462**	**3,224**	**269,428**	**397,849**	**90,326**	**140,288**
		5-11 классы	**23,456**	**23,654**	**74,388**	**593,205**	**0,2**	**5,081**	**0,608**	**4,223**	**310,233**	**488,304**	**114,37**	**141,555**

* - действует с 01 марта

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

Для составления меню использованы:

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