

СОГЛАСОВАНО:

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

«14» декабря 2020 г.

УТВЕРЖДАЮ:

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



20 20г.

Примерное циклическое меню  
для детей с сахарным диабетом,  
для организации питания  
в образовательных учреждениях

Осенне-зимнее (весеннее - \*)

Согласовано:

Директор СБОУ ООШ № 6 Сызрань

Принято № 329 от 15.12.2020г.



Согласовано:

Председатель совета родителей

Протокол № 5 от 15.12.2020г.

**Циклическое меню для детей с сахарным диабетом (в образовательных учреждениях)**

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	
<b>Понедельник</b>		<b>1-я неделя</b>		<b>Завтрак</b>											
Салат из белокочанной капусты с с/з/* Салат из свежих огурцов	1-4 классы	62 Сб.1997г.	060	0,93	3,00	5,97	54	0,03	23,95		1,30	24,88	17,96	9,85	0,49
	5-11 классы	62 Сб.1997г.	100	1,55	5,01	9,95	89	0,05	39,95		2,16	41,49	29,96	16,42	0,82
Котлеты куриные с соусом (соус без сах.)	1-4 классы	393 Сб.1997г.	50/30	10,47	9,33	6,93	265	0,55	114,75	0,70		318,15	246,90	115,40	4,60
	5-11 классы	393 Сб.1997г.	70/30	14,66	13,06	9,70	371	0,77	160,65	0,98		445,41	345,66	161,56	6,44
Картофель отварной	1-4 классы	238 Сб.2008г.	150	3,08	7,13	15,68	155	0,26	5,13	0,11		46,46	80,91	28,05	1,05
	5-11 классы	238 Сб.2008г.	180	3,70	8,56	18,82	186	0,31	6,16	0,13		55,75	97,09	33,66	1,26
Чай с с/з	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0,01	0,00	0,04	1					0,05		0,00	0,01
	5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0,01	0,00	0,04	1					0,05		0,00	0,01
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	4,08	0,43	25,92	127	0,06				10,67	34,64	7,47	0,60
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	050	5,07	0,54	32,40	159	0,08				13,34	43,34	9,34	0,75
<b>Понедельник</b>		<b>1-я неделя</b>		<b>Обед</b>											
Икра кабачковая(порционно)	1-4 классы	31 Сб.1997г.	020	0,40	1,80	1,72	24	0,00	1,40			8,20	13,40	7,00	1,40
	5-11 классы	31 Сб.1997г.	030	0,60	2,70	2,58	37	0,01	2,10			12,30	20,10	10,50	2,10
Суп картофельный с горохом с мясом	1-4 классы	138 Сб.1996г.	10/200	5,45	6,10	18,57	148	0,21	9,30		3,22	26,82	90,50	30,50	1,84
	5-11 классы	138 Сб.1996г.	10/250	6,63	7,18	23,22	179	0,26	11,63		4,02	33,28	107,88	37,55	2,23
Мясо тушеное	1-4 классы	191 Сб.2008г.	080	12,92	4,84	2,07	169	0,05	1,49		2,09	9,34	6,65	4,43	53,30
	5-11 классы	191 Сб.2008г.	100	16,15	6,05	2,59	211	0,06	1,86		2,61	11,67	8,31	5,54	66,62
Каша гречневая рассыпчатая	1-4 классы	463 Сб.1996г.	150	7,72	5,38	41,32	233	0,26		0,02	4,16	30,40	154,62	0,16	2,99
	5-11 классы	463 Сб.1996г.	180	9,26	6,46	49,56	279	0,31		0,03	4,99	36,46	185,44	0,19	3,58
Компот из сухофруктов** с с/з	1-4 классы	283 Сб.2008г.	200	0,80		17,00	68	0,02	0,50			27,75	19,25	15,00	3,75
	5-11 классы	283 Сб.2008г.	200	0,80		17,00	68	0,02	0,50			27,75	19,25	15,00	3,75
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	4,08	0,43	25,92	127	0,06				10,67	34,64	7,47	0,60
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	060	5,07	0,54	32,40	159	0,08				13,34	43,34	9,34	0,75
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	<b>1-4 классы</b>		<b>14,73</b>	<b>15,16</b>	<b>80,40</b>	<b>493</b>	<b>0,16</b>	<b>23,95</b>	<b>0,810</b>	<b>3,16</b>	<b>58,15</b>	<b>169,82</b>	<b>33,75</b>	<b>2,37</b>
		<b>5-11 классы</b>		<b>22,39</b>	<b>23,67</b>	<b>97,42</b>	<b>679</b>	<b>0,21</b>	<b>39,95</b>	<b>1,110</b>	<b>4,43</b>	<b>93,35</b>	<b>277,89</b>	<b>53,39</b>	<b>3,77</b>
	<b>Обед</b>	<b>1-4 классы</b>		<b>28,15</b>	<b>23,37</b>	<b>120,32</b>	<b>807</b>	<b>0,56</b>	<b>12,80</b>	<b>0,021</b>	<b>10,14</b>	<b>116,91</b>	<b>314,65</b>	<b>65,99</b>	<b>64,50</b>
		<b>5-11 классы</b>		<b>32,08</b>	<b>27,75</b>	<b>139,04</b>	<b>986</b>	<b>0,70</b>	<b>16,20</b>	<b>0,025</b>	<b>12,63</b>	<b>139,86</b>	<b>384,21</b>	<b>80,48</b>	<b>79,68</b>

\* - действует с 01 марта

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

**Циклическое меню**

Наименование блюда	№ тех	Масса	Пищевая ценность			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)					
			Белки	Жиры	Углеводы		В	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо		
<b>Вторник</b>	<b>1-я неделя</b>	<b>Завтрак</b>														
Кукуруза консервированная	1-4 классы	24 Сб.1996г.	020	2,06	0,98	13,50	68	0,08				9,20			0,08	
	5-11 классы	24 Сб.1996г.	030	3,09	1,47	20,25	102	0,12				13,80			0,13	
Птица отварная с соусом(голень п/ф)(соус без сах.)	1-4 классы	439 Сб.1996г.	100	15,01	9,65	2,12	155	0,07	0,91	0,038	0,31	11,85	198,18	25,12	29,02	
	5-11 классы	439 Сб.1996г.	100	14,66	13,06	9,70	231	0,18		0,080		1162,18	85,46	17,89	1,58	
Каша пшеничная рассыпчатая	1-4 классы	255 Сб.1996г.	150	7,53	6,08	41,37	240	0,24		0,030		1,80	5,24	0,23	3,76	
	5-11 классы	255 Сб.1996г.	180	9,03	7,30	49,64	288	0,28		0,036		2,16	6,29	0,27	4,51	
Напиток из шиповника с с/з	1-4 классы	289 Сб.2008г.	200	0,80		12,00	51	0,20	240,00			13,20	4,00	4,00	5,60	
	5-11 классы	289 Сб.2008г.	200	0,80		12,00	51	0,20	240,00			13,20	4,00	4,00	5,60	
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	4,08	0,43	25,92	127	0,06				10,67	34,64	7,47	0,60	
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	050	5,07	0,54	32,40	159	0,08				13,34	43,34	9,34	0,75	
<b>Вторник</b>	<b>1-я неделя</b>	<b>Обед</b>														
Салат витаминный(с с/з)/Помидоры порционные	1-4 классы	2 Сб.2008г.	060	0,66	6,01	8,26	88	0,03	13,00			2,62	19,06	16,74	10,97	0,29
	5-11 классы	2 Сб.2008г.	100	1,10	10,02	13,77	147	0,04	21,66			4,36	31,76	27,90	18,28	0,49
Суп картофельный с крупой (гречневой) с мясом	1-4 классы	139Сб.1996г.	10/200	3,23	6,53	16,91	140	0,14	13,36	0,07	1,26	18,01	108,62	23,70	1,56	
	5-11 классы	139Сб.1996г.	10/250	4,04	8,16	21,14	175	0,18	16,70	0,09	1,57	22,51	135,78	29,63	1,95	
Жаркое по-домашнему(говядина)	1-4 классы	394 Сб.1996г.	180	11,70	6,70	25,37	249	0,18	26,50		2,81	20,56	78,61	31,72	68,65	
	5-11 классы	394 Сб.1996г.	230	18,23	8,78	30,49	344	0,23	31,90		3,70	26,71	94,53	38,64	88,11	
Компот из кураги** с с/з	1-4 классы	280 Сб.2008г.	200	1,04		13,18	54	0,06	0,80			343,00	29,20	21,00		
	5-11 классы	280 Сб.2008г.	200	1,04		13,18	54	0,06	0,80			343,00	29,20	21,00		
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	4,08	0,43	25,92	127	0,06				10,67	34,64	7,47	0,60	
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	060	5,07	0,54	32,40	159	0,08				13,34	43,34	9,34	0,75	
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	1-4 классы		<b>20,12</b>	<b>16,19</b>	<b>86,14</b>	<b>615</b>	<b>0,25</b>	<b>240,72</b>	<b>0,068</b>	<b>2,92</b>	<b>54,35</b>	<b>234,62</b>	<b>40,50</b>	<b>35,75</b>	
	<b>Обед</b>	5-11 классы		<b>23,09</b>	<b>20,78</b>	<b>99,48</b>	<b>705</b>	<b>0,33</b>	<b>240,72</b>	<b>0,116</b>	<b>3,73</b>	<b>65,87</b>	<b>293,87</b>	<b>49,21</b>	<b>36,38</b>	
		1-4 классы		<b>22,30</b>	<b>23,89</b>	<b>118,05</b>	<b>727</b>	<b>0,39</b>	<b>54,17</b>	<b>0,070</b>	<b>7,18</b>	<b>698,31</b>	<b>247,17</b>	<b>108,67</b>	<b>70,35</b>	
		5-11 классы		<b>29,35</b>	<b>27,63</b>	<b>139,93</b>	<b>953</b>	<b>0,50</b>	<b>71,54</b>	<b>0,090</b>	<b>10,41</b>	<b>724,66</b>	<b>299,95</b>	<b>130,52</b>	<b>90,36</b>	

\* - 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	
<b>Среда</b>	<b>1-я неделя</b>		<b>Завтрак</b>												
Каша геркулесовая молочная жидкая с маслом ,с с/з	1-4 классы	114 Сб.2008г.	150/5/5	3,92	5,76	30,40	187	0,04	0,80	0,036	0,29	103,74	96,23	16,20	1,25
	5-11 классы	114 Сб. 2008г.	200/5/5	5,21	6,48	38,85	232	0,06	1,07	0,041	0,35	137,90	127,97	21,56	1,66
Чай с молоком с с/з	1-4 классы	630 Сб.1996г.	200	1,41	1,25	2,35	1	0,08	0,05	0,016		60,55	45,50	7,00	0,50
	5-11 классы	630 Сб.1996г.	200	1,41	1,25	2,35	1	0,08	0,05	0,020		60,55	45,50	7,00	0,50
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31752-2012	040	3,04	0,24	20,92	93	0,04			0,67	8,00	26,00	5,60	0,36
	5-11 классы	ГОСТ 31752-2012	060	4,56	0,36	31,38	140	0,07			1,01	12,00	39,00	8,40	0,54
Яблоки	1-4 классы	24 Сб.1996г.	1шт	4,00		48,00	184	0,20	3,60			20,00	12,00		4,00
	5-11 классы	24 Сб.1996г.	1шт	4,00		48,00	184	0,20	3,60			20,00	12,00		4,00
<b>Среда</b>	<b>1-я неделя</b>		<b>Обед</b>												
Огурцы порционно	1-4 классы	522 Сб.1996г.	020	0,14		0,36	2	0,00	1,40	0,006	0,02	3,40	8,40		0,00
	5-11 классы	522 Сб.1996г.	030	0,21		0,54	3	0,01	2,10	0,009	0,03	5,10	12,60		0,01
Борщ с капустой и картофелем с мясом,со сметаной	1-4 классы	110 Сб.1996г.	10/200/10	2,53	7,32	11,71	116	0,06	16,83	0,006	1,82	38,90	66,97	29,42	56,32
	5-11 классы	110 Сб. 1996г.	10/250/10	2,92	8,33	14,56	137	0,07	21,03	0,006	2,27	46,13	76,92	35,95	70,33
Птица жареная с соусом(голень п/ф)(соус без сах.)	1-4 классы	450 Сб.1996г.	100	15,05	16,67	2,01	217	0,07	0,73	0,044	2,85	13,31	198,53	25,08	29,01
	5-11 классы	450 Сб.1996г.	100	15,05	16,67	2,01	217	0,07	0,73	0,044	2,85	13,31	198,53	25,08	29,01
Пюре из гороха	1-4 классы	270 Сб.1996г.	150	16,13	4,92	40,35	260	0,63		0,021	6,48	63,42	158,89	61,62	4,90
	5-11 классы	270 Сб.1996г.	180	19,36	5,91	48,42	312	0,76		0,025	7,78	76,10	190,67	73,94	5,88
Компот из свежих яблок** с с/з	1-4 классы	702 Сб.1997г.	200	0,24	0,01	23,61	11	0,03	2,40			11,92	8,80	6,80	0,23
	5-11 классы	702 Сб.1997г.	200	0,24	0,01	23,61	11	0,03	2,40			11,92	8,80	6,80	0,23
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	4,08	0,43	25,92	127	0,06				10,67	34,64	7,47	0,60
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	060	5,07	0,54	32,40	159	0,08				13,34	43,34	9,34	0,75
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>		1-4 классы	<b>14,86</b>	<b>15,55</b>	<b>86,86</b>	<b>520</b>	<b>0,36</b>	<b>7,32</b>	<b>0,056</b>	<b>1,38</b>	<b>255,14</b>	<b>232,03</b>	<b>43,40</b>	<b>7,55</b>
			5-11 классы	<b>18,89</b>	<b>17,56</b>	<b>98,45</b>	<b>565</b>	<b>0,39</b>	<b>7,59</b>	<b>0,061</b>	<b>1,69</b>	<b>291,80</b>	<b>271,97</b>	<b>52,06</b>	<b>8,11</b>
	<b>Обед</b>		1-4 классы	<b>23,98</b>	<b>28,16</b>	<b>108,90</b>	<b>816</b>	<b>0,81</b>	<b>19,68</b>	<b>0,077</b>	<b>11,84</b>	<b>127,51</b>	<b>461,19</b>	<b>125,72</b>	<b>90,75</b>
			5-11 классы	<b>32,18</b>	<b>31,27</b>	<b>130,46</b>	<b>937</b>	<b>0,97</b>	<b>24,58</b>	<b>0,084</b>	<b>13,93</b>	<b>153,12</b>	<b>520,12</b>	<b>147,38</b>	<b>105,92</b>

\* - 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	
<b>Четверг</b>	<b>1-я неделя</b>	<b>Завтрак</b>													
Икра кабачковая(порционно)	1-4 классы	31 С6.1997г.	020	0,40	1,80	1,72	24	0,00	1,40			8,20	13,40	7,00	1,40
	5-11 классы	31 С6.1997г.	030	0,60	2,70	2,58	37	0,01	2,10			12,30	20,10	10,50	2,10
Котлеты рыбные любительские с соусом (соус без сах.)	1-4 классы	162 С6.2008г.	080	6,99	3,94	5,40	84	0,05	1,67	0,029	0,92	18,73	29,69	29,75	28,18
	5-11 классы	162 С6.2008г.	100	9,68	5,37	6,79	113	0,07	2,05	0,040	1,28	25,42	40,05	40,89	28,41
Картофельное пюре	1-4 классы	472 С6.1996г.	150	3,26	4,50	26,37	154	0,16	25,88	0,026	0,14	41,31	95,91	32,81	1,39
	5-11 классы	472 С6.1996г.	180	3,92	5,40	31,64	185	0,19	31,05	0,031	0,17	49,57	115,09	39,37	1,67
Чай с лимоном с с/з	1-4 классы	629 сб.1996г.	200/7	0,08	0,00	0,29	3	0,01	3,20			3,25	1,76	0,96	0,06
	5-11 классы	629 сб.1996г.	200/7	0,08	0,00	0,29	3	0,01	3,20			3,25	1,76	0,96	0,06
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	4,08	0,43	25,92	127	0,06				10,67	34,64	7,47	0,60
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	050	5,07	0,54	32,40	159	0,08				13,34	43,34	9,34	0,75
<b>Четверг</b>	<b>1-я неделя</b>	<b>Обед</b>													
Винегрет овощной	1-4 классы	60 С6.1996г.	060	1,17	6,19	5,49	80	0,04	5,52		2,70	14,13	26,27	12,20	0,49
	5-11 классы	60 С6.1996г.	100	1,95	10,32	9,14	133	0,06	9,20		4,49	23,55	43,78	20,33	0,82
Рассольник ленинградский с мясом	1-4 классы	42 С6.2008г.	10/200	2,69	5,89	16,01	125	0,09	12,80		1,76	16,28	68,80	20,54	1,08
	5-11 классы	42 С6.2008г.	10/250	3,19	6,91	20,01	151	0,11	16,00		2,20	20,10	80,75	25,10	1,28
Мясо тушеное	1-4 классы	191 С6.2008г.	080	12,92	4,84	2,07	169	0,05	1,49		2,09	9,34	6,65	4,43	53,30
	5-11 классы	191 С6.2008г.	100	16,15	6,05	2,59	211	0,06	1,86		2,61	11,67	8,31	5,54	66,62
Каша гречневая рассыпчатая	1-4 классы	463 С6.1996г.	150	7,72	5,38	41,32	233	0,36		0,021		30,40	154,62	0,16	2,99
	5-11 классы	463 С6.1996г.	180	9,26	6,46	49,56	279	0,43		0,025		36,46	185,44	0,19	3,58
Сок фруктовый	1-4 классы	293 С6.2008г.	200	1,00		23,40	94	0,02	4,00			16,00	18,00	10,00	0,40
	5-11 классы	293 С6.2008г.	200	1,00		23,40	94	0,02	4,00			16,00	18,00	10,00	0,40
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	4,08	0,43	25,92	127	0,06				10,67	34,64	7,47	0,60
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	060	5,07	0,54	32,40	159	0,08				13,34	43,34	9,34	0,75
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	1-4 классы		<b>14,95</b>	<b>15,53</b>	<b>69,68</b>	<b>455</b>	<b>0,26</b>	<b>31,75</b>	<b>0,055</b>	<b>1,74</b>	<b>79,39</b>	<b>166,54</b>	<b>75,99</b>	<b>31,43</b>
		5-11 классы		<b>18,25</b>	<b>17,82</b>	<b>82,42</b>	<b>521</b>	<b>0,32</b>	<b>38,00</b>	<b>0,071</b>	<b>2,29</b>	<b>100,44</b>	<b>209,28</b>	<b>98,60</b>	<b>32,72</b>
	<b>Обед</b>	1-4 классы		<b>22,74</b>	<b>22,73</b>	<b>100,68</b>	<b>678</b>	<b>0,25</b>	<b>25,10</b>	<b>0,021</b>	<b>7,82</b>	<b>75,64</b>	<b>191,71</b>	<b>64,41</b>	<b>90,43</b>
		5-11 классы		<b>29,68</b>	<b>33,80</b>	<b>125,77</b>	<b>896</b>	<b>0,35</b>	<b>32,54</b>	<b>0,025</b>	<b>11,11</b>	<b>99,96</b>	<b>244,75</b>	<b>83,77</b>	<b>109,58</b>

\* - 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		
<b>Пятница</b>		<b>1-я неделя</b>		<b>Завтрак</b>												
Сыр плавленый	1-4 классы	ТУ 10.51.40-001-78634349-2016	1шт	3,58	3,50		47		0,51	0,025	0,06	129,00	102,00	6,80	136,00	
	5-11 классы	ТУ 10.51.40-001-78634349-2016	1шт	3,58	3,50		47		0,51	0,025	0,06	129,00	102,00	6,80	136,00	
Запеканка из творога со сметаной с с/з	1-4 классы	297 Сб.1996г.	125/25	22,08	19,25	19,77	311	0,48	0,73	0,095		222,23	291,01	34,75	0,85	
	5-11 классы	297 Сб.1996г.	175/25	30,60	25,44	27,39	424	0,64	0,97	0,124		302,09	401,16	47,60	1,22	
Чай с с/з	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0,01	0,00	0,04	1					0,05		0,00	0,01	
	5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0,01	0,00	0,04	1					0,05		0,00	0,01	
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93	0,04				0,67	8,00	26,00	5,60	0,36
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	050	3,80	0,30	26,15	117	0,06				0,84	10,00	32,50	7,00	0,45
<b>Пятница</b>		<b>1-я неделя</b>		<b>Обед</b>												
Салат из свеклы отварной	1-4 классы	23 Сб.2008г.	060	0,97	3,00	6,16	54	0,01	5,70			1,34	21,09	24,51	24,51	0,80
	5-11 классы	23 Сб.2008г.	100	1,62	5,00	10,26	91	0,02	9,50			2,23	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	2,50	7,33	8,80	106	0,07	26,51	0,006		1,77	38,54	64,20	20,54	19,38
	5-11 классы	120 Сб.1996г.	10/250/10	2,88	8,34	10,93	124	0,09	33,13	0,006		2,21	45,68	73,46	24,85	24,16
Птица отварная с соусом(голень п/ф) (соус без сах.)	1-4 классы	439 Сб.1996г.	100	15,01	9,65	2,12	155	0,07	0,91	0,038		0,31	11,85	198,18	25,12	29,02
	5-11 классы	439 Сб.1996г.	100	15,01	9,65	2,12	155	0,07	0,91	0,038		0,31	11,85	198,18	25,12	29,02
Картофель и овощи тушеные	1-4 классы	251 Сб.1997г.	150	3,68	11,42	35,22	250	0,22	35,63			4,79	23,40	108,53	43,58	1,62
	5-11 классы	251 Сб.1997г.	180	4,41	13,70	42,26	300	0,26	42,75			5,75	28,08	130,23	52,29	1,95
Компот из апельсинов с яблоками** с с/з	1-4 классы	278 Сб.2008г.	200	0,42	0,00	10,56	43	0,15	24,54				81,80	11,00	8,20	0,06
	5-11 классы	278 Сб.2008г.	200	0,42	0,00	10,56	43	0,15	24,54				81,80	11,00	8,20	0,06
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	4,08	0,43	25,92	127	0,06					10,67	34,64	7,47	0,60
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	060	5,07	0,54	32,40	159	0,08					13,34	43,34	9,34	0,75
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	1-4 классы		<b>19,95</b>	<b>20,42</b>	<b>68,98</b>	<b>559</b>	<b>0,13</b>	<b>1,37</b>	<b>0,120</b>	<b>2,99</b>	<b>413,83</b>	<b>458,26</b>	<b>53,15</b>	<b>137,29</b>	
		5-11 классы		<b>23,23</b>	<b>23,67</b>	<b>81,83</b>	<b>695</b>	<b>0,16</b>	<b>1,61</b>	<b>0,149</b>	<b>4,03</b>	<b>495,68</b>	<b>574,91</b>	<b>67,45</b>	<b>137,71</b>	
	<b>Обед</b>	1-4 классы		<b>25,62</b>	<b>28,64</b>	<b>103,74</b>	<b>777</b>	<b>0,43</b>	<b>93,28</b>	<b>0,044</b>	<b>8,97</b>	<b>116,88</b>	<b>432,42</b>	<b>127,54</b>	<b>51,31</b>	
		5-11 классы		<b>28,90</b>	<b>32,05</b>	<b>127,47</b>	<b>928</b>	<b>0,52</b>	<b>110,82</b>	<b>0,044</b>	<b>11,60</b>	<b>146,76</b>	<b>492,71</b>	<b>159,71</b>	<b>57,11</b>	

\* - 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	
<b>Суббота</b>	<b>1-я неделя</b>	<b>Завтрак</b>													
Помидоры порционные	1-4 классы	522 Сб.1996г.	020	0,12		0,84	4	0,01	5,00		0,08	2,80	5,20	4,00	0,28
	5-11 классы	522 Сб.1996г.	030	0,18		1,26	6	0,02	7,50		0,12	4,20	7,80	6,00	0,42
Котлеты домашние с соусом (соус без сах.)	1-4 классы	423 Сб.1996г.	080	10,47	9,33	6,93	265	0,55	1,14	0,700		318,15	246,90	115,40	4,60
	5-11 классы	423 Сб.1996г.	100	14,66	13,06	9,70	371	0,67	1,60	0,980		445,41	345,66	161,56	6,44
Пюре из гороха	1-4 классы	270 Сб.1996г.	150	16,13	4,92	40,35	260	0,63		0,721	6,48	63,42	158,89	61,62	4,90
	5-11 классы	270 Сб.1996г.	180	19,36	5,91	48,42	312	0,76		0,025	7,78	76,10	190,67	73,94	5,88
Компот из кураги** с с/з	1-4 классы	280 Сб.2008г.	200	1,04		13,18	54	0,06	0,80			343,00	29,20	21,00	
	5-11 классы	280 Сб.2008г.	200	1,04		13,18	54	0,06	0,80			343,00	29,20	21,00	0,06
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	4,08	0,43	25,92	127	0,06				10,67	34,64	7,47	0,60
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	050	5,07	0,54	32,40	159	0,08				13,34	43,34	9,34	0,75
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	<b>1-4 классы</b>		<b>14,76</b>	<b>15,77</b>	<b>83,30</b>	<b>616</b>	<b>0,22</b>	<b>8,70</b>	<b>0,021</b>	<b>3,15</b>	<b>668,26</b>	<b>216,47</b>	<b>69,39</b>	<b>30,07</b>
		<b>5-11 классы</b>		<b>18,27</b>	<b>19,53</b>	<b>99,37</b>	<b>708</b>	<b>0,27</b>	<b>11,80</b>	<b>1,005</b>	<b>3,97</b>	<b>677,51</b>	<b>267,46</b>	<b>78,76</b>	<b>30,87</b>

\* - 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	
<b>Понедельник</b>		<b>2-я неделя</b>		<b>Завтрак</b>											
Йогурт натуральный	1-4 классы		1шт	5,00	1,50	3,50	51	0,03	0,60	0,010		124,00	95,00	15,00	0,10
	5-11 классы		1шт	5,00	1,50	3,50	51	0,03	0,60	0,010		124,00	95,00	15,00	0,10
Каша геркулесовая молочная, жидкая с маслом, с/з	1-4 классы	114 Сб.2008г.	150/5/5	4,98	6,94	17,40	157	0,17	0,80	0,036		112,64	155,21	37,48	0,81
	5-11 классы	682 Сб.1996г.	200/5/5	6,62	8,03	24,68	198	0,35	1,07	0,041		149,51	206,40	49,89	1,08
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31752-2012	040	3,04	0,24	20,92	93	0,04			0,67	8,00	26,00	5,60	0,36
	5-11 классы	ГОСТ 31752-2012	060	4,56	0,36	31,38	140	0,07			1,01	12,00	39,00	8,40	0,54
Чай с с/з	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0,01	0,00	0,04	1					0,05		0,00	0,01
	5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0,20	0,05	15,01	57		0,00			0,35			0,05
<b>Понедельник</b>		<b>2-я неделя</b>		<b>Обед</b>											
Сельдь с гарниром	1-4 классы	83 Сб.1996г.	060	4,24	8,10	4,47	86	0,03	4,29	0,012	2,90	24,79	69,46	18,85	408,38
	5-11 классы	83 Сб.1996г.	100	5,17	14,60	8,66	164	0,05	8,32	0,022	5,60	35,31	91,59	30,10	408,74
Суп картофельный с крупой (гречневой) с мясом	1-4 классы	139Сб.1996г.	10/200												
	5-11 классы	139Сб.1996г.	10/250												
Куриные каштанчики с соусом(соус без сах)	1-4 классы	393 Сб.1997г.	50/30	10,47	9,33	6,93	265	0,55	1,14	0,700		318,15	246,90	115,40	4,60
	5-11 классы	393 Сб.1997г.	70/30	14,66	13,06	9,70	371	0,67	1,60	0,980		445,41	345,66	161,56	6,44
Капуста тушеная	1-4 классы	482 Сб.1996г.	150	3,59	5,27	16,51	123	0,11	88,32		2,24	83,60	62,42	31,57	84,61
	5-11 классы	482 Сб.1996г.	180	4,32	6,32	19,84	148	0,13	105,99		2,69	100,33	74,93	37,89	101,07
Напиток из шиповника с с/з	1-4 классы	289 Сб.2008г.	200	0,80		12,00	51	0,20	240,00			13,20	4,00	4,00	5,60
	5-11 классы	289 Сб.2008г.	200	0,80		12,00	51	0,20	240,00			13,20	4,00	4,00	5,60
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	4,08	0,43	25,92	127	0,06				10,67	34,64	7,47	0,60
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	060	5,07	0,54	32,40	159	0,08				13,34	43,34	9,34	0,75
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	1-4 классы		<b>16,92</b>	<b>15,61</b>	<b>86,48</b>	<b>529</b>	<b>0,19</b>	<b>1,56</b>	<b>0,046</b>	<b>2,89</b>	<b>301,06</b>	<b>280,86</b>	<b>46,49</b>	<b>1,85</b>
		5-11 классы		<b>20,89</b>	<b>17,95</b>	<b>100,07</b>	<b>664</b>	<b>0,25</b>	<b>1,84</b>	<b>0,051</b>	<b>3,92</b>	<b>341,04</b>	<b>333,29</b>	<b>55,68</b>	<b>2,51</b>
	<b>Обед</b>	1-4 классы		<b>21,85</b>	<b>24,14</b>	<b>98,18</b>	<b>676</b>	<b>0,31</b>	<b>345,81</b>	<b>0,712</b>	<b>7,23</b>	<b>159,39</b>	<b>314,18</b>	<b>91,56</b>	<b>500,83</b>
		5-11 классы		<b>28,79</b>	<b>32,96</b>	<b>111,09</b>	<b>876</b>	<b>0,40</b>	<b>370,80</b>	<b>1,002</b>	<b>10,98</b>	<b>208,64</b>	<b>455,02</b>	<b>126,73</b>	<b>518,86</b>

\* - действует с 01 марта

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

**Циклическое меню**

Наименование блюда	№ тех	Масса	Пищевая ценность			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)					
			Белки	Жиры	Углеводы		В	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
<b>Вторник</b>		<b>2-я неделя</b>		<b>Завтрак</b>											
Салат из свеклы отварной	1-4 классы	23 С6.2008г.	060	0,97	3,00	6,16	54	0,01	5,70		1,34	21,09	24,51	24,51	0,80
	5-11 классы	23 С6.2008г.	100	1,62	5,00	10,26	91	0,02	9,50		2,23	35,15	40,85	40,85	1,33
Жаркое по-домашнему(говядина)	1-4 классы	394 С6.1996г.	180	11,70	6,70	25,37	249	0,18	26,50		2,81	20,56	78,61	31,72	68,65
	5-11 классы	394 С6.1996г.	230	18,23	8,78	30,49	344	0,23	31,90		3,70	26,71	94,53	38,64	88,11
Сок фруктовый	1-4 классы	293 С6.2008г.	200	1,00		23,40	94	0,02	4,00			16,00	18,00	10,00	0,40
	5-11 классы	293 С6.2008г.	200	1,00		23,40	94	0,02	4,00			16,00	18,00	10,00	0,40
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	4,08	0,43	25,92	127	0,06				10,67	34,64	7,47	0,60
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	050	5,07	0,54	32,40	159	0,08				13,34	43,34	9,34	0,75
<b>Вторник</b>		<b>2-я неделя</b>		<b>Обед</b>											
Огурцы порционно	1-4 классы	522 С6.1996г.	020	0,14		0,36	2	0,00	1,40	0,006	0,02	3,40	8,40		0,00
	5-11 классы	522 С6.1996г.	030	0,21		0,54	3	0,01	2,10	0,009	0,03	5,10	12,60		0,01
Суп из овощей с мясом	1-4 классы	132 С6.1996г.	10/200	2,21	5,33	10,49	96	0,08	17,80		1,55	19,88	61,38	19,48	0,92
	5-11 классы	132 С6.1996г.	10/250	2,59	6,21	13,11	116	0,10	22,25		1,94	24,60	71,48	23,78	1,08
Котлеты рыбные любительские с соусом(соус без сах.)	1-4 классы	162 С6.2008г.	080	6,99	3,94	5,40	84	0,05	1,67	0,029	0,92	18,73	29,69	29,75	28,18
	5-11 классы	162 С6.2008г.	100	9,68	5,37	6,79	113	0,07	2,05	0,040	1,28	25,42	40,05	40,89	28,41
Морковь припущенная	1-4 классы	465 С6.1996г.	150	2,10	3,10	11,10	82	0,10	8,00	2,000	1,20	83,10	88,00	61,10	1,20
	5-11 классы	465 С6.1996г.	180	2,50	3,80	13,20	100	0,20	9,60	2,500	1,50	100,40	104,50	72,70	1,40
Компот из кураги** с с/з	1-4 классы	280 С6.2008г.	200	1,04		13,18	54	0,06	0,80			343,00	29,20	21,00	
	5-11 классы	280 С6.2008г.	200	1,04		13,18	54	0,06	0,80			343,00	29,20	21,00	
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	4,08	0,43	25,92	127	0,06				10,67	34,64	7,47	0,60
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	060	5,07	0,54	32,40	159	0,08				13,34	43,34	9,34	0,75
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	1-4 классы		<b>16,71</b>	<b>15,94</b>	<b>75,84</b>	<b>490</b>	<b>0,25</b>	<b>36,20</b>		<b>4,83</b>	<b>65,65</b>	<b>147,12</b>	<b>71,83</b>	<b>70,21</b>
		5-11 классы		<b>22,65</b>	<b>18,07</b>	<b>90,30</b>	<b>645</b>	<b>0,32</b>	<b>45,40</b>		<b>6,77</b>	<b>87,86</b>	<b>185,88</b>	<b>96,49</b>	<b>90,29</b>
	<b>Обед</b>	1-4 классы		<b>22,17</b>	<b>22,72</b>	<b>122,32</b>	<b>671</b>	<b>0,26</b>	<b>22,35</b>	<b>2,035</b>	<b>3,56</b>	<b>700,28</b>	<b>233,22</b>	<b>105,22</b>	<b>30,51</b>
		5-11 классы		<b>26,60</b>	<b>26,26</b>	<b>136,33</b>	<b>811</b>	<b>0,33</b>	<b>27,88</b>	<b>2,549</b>	<b>4,74</b>	<b>720,31</b>	<b>281,62</b>	<b>125,77</b>	<b>31,27</b>

\* - 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	
<b>Среда</b>	<b>2-я неделя</b>	<b>Завтрак</b>													
Салат из белокочанной капусты ( с с/з)**Икра кабачковая	1-4 классы	62 Сб.1997г.	060	0,93	3,00	5,97	54	0,03	23,95		1,30	24,88	17,96	9,85	0,49
	5-11 классы	62 Сб.1997г.	100	1,55	5,01	9,95	89	0,05	39,95		2,16	41,49	29,96	16,42	0,82
Птица жареная с соусом(голень п/ф) (соус без сах.)	1-4 классы	450 Сб.1996г.	100	15,05	16,67	2,01	217	0,07	0,73	0,044	2,85	13,31	198,53	25,08	29,01
	5-11 классы	450 Сб.1996г.	100	15,05	16,67	2,01	217	0,07	0,73	0,044	2,85	13,31	198,53	25,08	29,01
Каша гречневая рассыпчатая	1-4 классы	463 Сб.1996г.	150	7,72	5,38	41,32	233	0,26		0,021	4,16	30,40	154,62	0,16	2,99
	5-11 классы	463 Сб.1996г.	180	9,26	6,46	49,56	279	0,31		0,025	4,99	36,46	185,44	0,19	3,58
Компот из сухофруктов** с с/з	1-4 классы	283 Сб.2008г.	200	0,80		17,00	68	0,02	0,50			27,75	19,25	15,00	3,75
	5-11 классы	283 Сб.2008г.	200	0,80		17,00	68	0,02	0,50			27,75	19,25	15,00	3,75
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	4,08	0,43	25,92	127	0,06				10,67	34,64	7,47	0,60
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	050	5,07	0,54	32,40	159	0,08				13,34	43,34	9,34	0,75
<b>Среда</b>	<b>2-я неделя</b>	<b>Обед</b>													
Помидоры порционные	1-4 классы	522 Сб.1996г.	020	0,12		0,84	4	0,01	5,00		0,08	2,80	5,20	4,00	0,28
	5-11 классы	522 Сб.1996г.	030	0,18		1,26	6	0,02	7,50		0,12	4,20	7,80	6,00	0,42
Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, со сметаной	1-4 классы	120 Сб.1996г.	10/200/10	2,50	7,33	8,80	106	0,07	26,51	0,006	1,77	38,54	64,20	20,54	19,38
	5-11 классы	120 Сб.1996г.	10/250/10	2,88	8,34	10,93	124	0,09	33,13	0,006	2,21	45,68	73,46	24,85	24,16
Бефстроганов	1-4 классы	375 Сб.1996г.	080	13,15	16,23	4,53	209	0,06	2,01	0,011	2,79	28,78	25,42	6,37	1,85
	5-11 классы	375 Сб.1996г.	100	16,44	19,16	5,67	251	0,07	2,52	0,014	3,01	35,97	31,78	7,96	2,32
Пюре из гороха	1-4 классы	270 Сб.1996г.	150	16,13	4,92	40,35	260	0,63		0,021	6,48	63,42	158,89	61,62	4,90
	5-11 классы	270 Сб.1996г.	180	19,36	5,91	48,42	312	0,76		0,025	7,78	76,10	190,67	73,94	5,88
Чай с лимоном с с/з	1-4 классы	629 сб.1996г.	200/7	0,08	0,00	0,29	3	0,01	3,20			3,25	1,76	0,96	0,06
	5-11 классы	629 сб.1996г.	200/7	0,08	0,00	0,29	3	0,01	3,20			3,25	1,76	0,96	0,06
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	4,08	0,43	25,92	127	0,06				10,67	34,64	7,47	0,60
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	060	5,07	0,54	32,40	159	0,08				13,34	43,34	9,34	0,75
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	1-4 классы		<b>27,53</b>	<b>26,00</b>	<b>105,98</b>	<b>743</b>	<b>0,33</b>	<b>25,29</b>	<b>0,065</b>	<b>8,80</b>	<b>82,15</b>	<b>271,23</b>	<b>59,06</b>	<b>38,24</b>
		5-11 классы		<b>30,41</b>	<b>29,28</b>	<b>123,46</b>	<b>850</b>	<b>0,40</b>	<b>41,29</b>	<b>0,069</b>	<b>10,63</b>	<b>101,12</b>	<b>290,77</b>	<b>67,08</b>	<b>39,41</b>
	<b>Обед</b>	1-4 классы		<b>27,39</b>	<b>26,88</b>	<b>98,47</b>	<b>716</b>	<b>0,41</b>	<b>19,11</b>	<b>0,038</b>	<b>7,94</b>	<b>79,97</b>	<b>194,02</b>	<b>55,61</b>	<b>5,05</b>
		5-11 классы		<b>34,51</b>	<b>31,87</b>	<b>122,79</b>	<b>880</b>	<b>0,53</b>	<b>24,44</b>	<b>0,045</b>	<b>9,59</b>	<b>101,10</b>	<b>242,42</b>	<b>70,72</b>	<b>6,34</b>

\* - 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	
<b>Четверг</b>	<b>2-я неделя</b>	<b>Завтрак</b>													
Сыр плавленый	1-4 классы	ТУ 10.51.40-001-78634349-2016	1шт	3,58	3,50		47		0,51	0,025	0,06	129,00	102,00	6,80	136,00
	5-11 классы	ТУ 10.51.40-001-78634349-2016	1шт	3,58	3,50		47		0,51	0,025	0,06	129,00	102,00	6,80	136,00
Каша молочная вязкая кукурузная с маслом,с/з	1-4 классы	102 С6.2008г.	150/5/5	5,54	13,26	35,58	284	0,30	1,47	0,165		156,23	153,08	33,29	0,59
	5-11 классы	102 С6.2008г.	200/5/5	7,38	17,68	47,44	378	0,40	1,96	0,220		208,30	204,10	44,38	0,78
Чай с с/з	1-4 классы	628 С6.1996г.	200	0,01	0,00	0,04	1					0,05		0,00	0,01
	5-11 классы	628 С6.1996г.	200	0,01	0,00	0,04	1					0,05		0,00	0,01
Хлеб	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	3,04	0,24	20,92	93	0,04			0,67	8,00	26,00	5,60	0,36
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	050	3,80	0,30	26,15	117	0,06			0,84	10,00	32,50	7,00	0,45
<b>Четверг</b>	<b>2-я неделя</b>	<b>Обед</b>													
Салат витаминный (с с/з)**Горошек зеленый консервированный	1-4 классы	2 С6.2008г.	060	0,66	6,01	8,26	88	0,03	13,00		2,62	19,06	16,74	10,97	0,29
	5-11 классы	2 С6.2008г.	100	1,10	10,02	13,77	147	0,04	21,66		4,36	31,76	27,90	18,28	0,49
Борщ с капустой и картофелем с мясом,со сметаной	1-4 классы	110 С6.1996г.	10/200/10	2,53	7,32	11,71	116	0,06	16,83	0,006	1,82	38,90	66,97	29,42	56,32
	5-11 классы	110 С6.1996г.	10/250/10	2,92	8,33	14,56	137	0,07	21,03	0,006	2,27	46,13	76,92	35,95	70,33
Котлеты домашние с соусом (соус без сах.)	1-4 классы	423 С6.1996г.	080	10,47	9,33	6,93	265	0,55	1,14	0,700		318,15	246,90	115,40	4,60
	5-11 классы	423 С6.1996г.	100	14,66	13,06	9,70	371	0,67	1,60	0,980		445,41	345,66	161,56	6,44
Каша пшеничная рассыпчатая	1-4 классы	255 С6.1996г.	150	7,53	6,08	41,37	240	0,24		0,030		1,80	5,24	0,23	3,76
	5-11 классы	255 С6.1996г.	180	9,03	7,30	49,64	288	0,28		0,036		2,16	6,29	0,27	4,51
Компот из свежих яблок** с с/з	1-4 классы	702 С6.1997г.	200	0,24	0,01	23,61	11	0,03	2,40			11,92	8,80	6,80	0,23
	5-11 классы	702 С6.1997г.	200	0,24	0,01	23,61	11	0,03	2,40			11,92	8,80	6,80	0,23
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	4,08	0,43	25,92	127	0,06				10,67	34,64	7,47	0,60
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	060	5,07	0,54	32,40	159	0,08				13,34	43,34	9,34	0,75
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	<b>1-4 классы</b>		<b>15,21</b>	<b>17,51</b>	<b>75,61</b>	<b>505</b>	<b>0,22</b>	<b>3,69</b>	<b>0,190</b>	<b>1,21</b>	<b>230,27</b>	<b>262,95</b>	<b>46,56</b>	<b>4,18</b>
		<b>5-11 классы</b>		<b>17,37</b>	<b>22,71</b>	<b>88,09</b>	<b>613</b>	<b>0,28</b>	<b>3,94</b>	<b>0,245</b>	<b>1,49</b>	<b>265,79</b>	<b>325,30</b>	<b>57,79</b>	<b>5,06</b>
	<b>Обед</b>	<b>1-4 классы</b>		<b>22,34</b>	<b>28,22</b>	<b>122,62</b>	<b>801</b>	<b>0,43</b>	<b>32,77</b>	<b>0,738</b>	<b>10,48</b>	<b>108,18</b>	<b>352,62</b>	<b>62,78</b>	<b>88,86</b>
		<b>5-11 классы</b>		<b>26,84</b>	<b>32,28</b>	<b>134,43</b>	<b>926</b>	<b>0,54</b>	<b>46,23</b>	<b>1,022</b>	<b>14,22</b>	<b>141,93</b>	<b>450,37</b>	<b>83,76</b>	<b>104,29</b>

\* - действует с 01 марта

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

**Циклическое меню**

Наименование блюда	№ тех	Масса	Пищевая ценность			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Белки	Жиры	Углеводы		В	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
<b>Пятница</b>	<b>2-я неделя</b>	<b>Завтрак</b>													
Огурцы порционно	1-4 классы	522 Сб.1996г.	020	0,14		0,36	2	0,00	1,40	0,006	0,02	3,40	8,40		0,00
	5-11 классы	522 Сб.1996г.	030	0,21		0,54	3	0,01	2,10	0,009	0,03	5,10	12,60		0,01
Плов перловый из говядины	1-4 классы	403 Сб.1996г.	025/125	12,15	12,23	25,65	263	0,03	0,57	0,040		7,41	3,46	14,70	0,53
	5-11 классы	403 Сб.1996г.	050/150	16,20	16,30	34,20	351	0,04	0,08	0,040		9,88	4,62	19,70	0,70
Чай с с/з	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0,01	0,00	0,04	1					0,05		0,00	0,01
	5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0,01	0,00	0,04	1					0,05		0,00	0,01
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	4,08	0,43	25,92	127	0,06				10,67	34,64	7,47	0,60
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	050	5,07	0,54	32,40	159	0,08				13,34	43,34	9,34	0,75
<b>Пятница</b>	<b>2-я неделя</b>	<b>Обед</b>													
Винегрет овощной	1-4 классы	60 Сб.1996г.	060	1,17	6,19	5,49	80	0,04	5,52		2,70	14,13	26,27	12,20	0,49
	5-11 классы	60 Сб.1996г.	100	1,95	10,32	9,14	133	0,06	9,20		4,49	23,55	43,78	20,33	0,82
Суп картофельный с горохом с мясом	1-4 классы	138 Сб.1996г.	10/200	5,45	6,10	18,57	148	0,21	9,30		3,22	26,82	90,50	30,50	1,84
	5-11 классы	138 Сб.1996г.	10/250	6,63	7,18	23,22	179	0,26	11,63		4,02	33,28	107,88	37,55	2,23
Птица тушеная в соусе(голень п/ф) (соус без сах.)	1-4 классы	444 Сб.1996г.	100	14,98	12,65	1,94	181	0,07	0,72	0,038	1,56	11,27	197,09	24,85	29,01
	5-11 классы	444 Сб.1996г.	100	14,98	12,65	1,94	181	0,07	0,72	0,038	1,56	11,27	197,09	24,85	29,01
Картофельное пюре	1-4 классы	472 Сб.1996г.	150	3,26	4,50	26,37	154	0,16	25,88	0,026	0,14	41,31	95,91	32,81	1,39
	5-11 классы	472 Сб.1996г.	180	3,92	5,40	31,64	185	0,19	31,05	0,031	0,17	49,57	115,09	39,37	1,67
Компот из кураги** с с/з	1-4 классы	280 Сб.2008г.	200	1,04		13,18	54	0,06	0,80			343,00	29,20	21,00	
	5-11 классы	280 Сб.2008г.	200	1,04		13,18	54	0,06	0,80			343,00	29,20	21,00	
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	4,08	0,43	25,92	127	0,06				10,67	34,64	7,47	0,60
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	060	5,07	0,54	32,40	159	0,08				13,34	43,34	9,34	0,75
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	1-4 классы		<b>15,23</b>	<b>16,70</b>	<b>71,16</b>	<b>458</b>	<b>0,11</b>	<b>4,18</b>	<b>0,046</b>	<b>3,39</b>	<b>32,97</b>	<b>87,04</b>	<b>21,67</b>	<b>88,52</b>
		5-11 классы		<b>23,20</b>	<b>18,76</b>	<b>83,54</b>	<b>555</b>	<b>0,16</b>	<b>5,44</b>	<b>0,049</b>	<b>4,28</b>	<b>43,76</b>	<b>108,32</b>	<b>26,94</b>	<b>107,06</b>
	<b>Обед</b>	1-4 классы		<b>28,25</b>	<b>26,42</b>	<b>115,29</b>	<b>787</b>	<b>0,43</b>	<b>46,80</b>	<b>0,064</b>	<b>6,00</b>	<b>747,05</b>	<b>475,76</b>	<b>140,11</b>	<b>31,99</b>
		5-11 классы		<b>31,73</b>	<b>32,09</b>	<b>138,74</b>	<b>939</b>	<b>0,53</b>	<b>58,95</b>	<b>0,069</b>	<b>8,39</b>	<b>772,11</b>	<b>537,39</b>	<b>162,30</b>	<b>32,95</b>

\* - действует с 01 марта

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

**Циклическое меню**

Наименование блюда	№ тех	Масса	Пищевая ценность			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Белки	Жиры	Углеводы		В	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
<b>Суббота</b>		<b>2-я неделя</b>		<b>Завтрак</b>											
Сыр плавленый	1-4 классы	ТУ 10.51.40-001-78634349-2016	1шт	3,58	3,50		47		0,51	0,025	0,06	129,00	102,00	6,80	136,00
	5-11 классы	ТУ 10.51.40-001-78634349-2016	1шт	3,58	3,50		47		0,51	0,025	0,06	129,00	102,00	6,80	136,00
Омлет натуральный	1-4 классы	284 Сб.1996г.	150	15,81	19,39	2,88	251	0,09	0,43	0,437	2,49	116,43	251,85	67,93	3,53
	5-11 классы	284 Сб.1996г.	200	21,08	25,85	3,84	335	0,13	0,57	0,583	3,32	155,23	335,80	90,57	4,71
Сок фруктовый	1-4 классы	293 Сб.2008г.	200	1,00		23,40	94	0,02	4,00			16,00	18,00	10,00	0,40
	5-11 классы	293 Сб.2008г.	200	1,00		23,40	94	0,02	4,00			16,00	18,00	10,00	0,40
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 31805-2012	040	4,08	0,43	25,92	127	0,06				10,67	34,64	7,47	0,60
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2012	050	5,07	0,54	32,40	159	0,08				13,34	43,34	9,34	0,75
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>		<b>1-4 классы</b>	<b>19,43</b>	<b>19,13</b>	<b>64,20</b>	<b>486</b>	<b>0,16</b>	<b>4,94</b>	<b>0,462</b>	<b>3,22</b>	<b>269,43</b>	<b>397,85</b>	<b>90,33</b>	<b>140,29</b>
			<b>5-11 классы</b>	<b>23,46</b>	<b>23,65</b>	<b>74,39</b>	<b>593</b>	<b>0,20</b>	<b>5,08</b>	<b>0,608</b>	<b>4,22</b>	<b>310,23</b>	<b>488,30</b>	<b>114,37</b>	<b>141,56</b>

\* - 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)