

Циклическое меню

| Наименование блюда          | № тех       | Масса             | Пищевая ценность (г) |                |          | Эн. ценность (ккал) | Витамины (мг) |       |         |       | Минеральные вещества (мг) |         |         |        |         |         |
|-----------------------------|-------------|-------------------|----------------------|----------------|----------|---------------------|---------------|-------|---------|-------|---------------------------|---------|---------|--------|---------|---------|
|                             |             |                   | Белки                | Жиры           | Углеводы |                     | В1            | С     | А       | Е     | Кальций                   | Фосфор  | Магний  | Железо |         |         |
| <b>Понедельник</b>          |             | <b>1-я неделя</b> |                      | <b>Завтрак</b> |          |                     |               |       |         |       |                           |         |         |        |         |         |
| Кукуруза консервированная   | 1-4 классы  | 24 С6.1996г.      | 020                  | 0,7            | 0,56     | 3,12                | 20,2          | 0,08  |         |       |                           |         | 9,2     |        |         | 0,084   |
|                             | 5-11 классы | 24 С6.1996г.      | 030                  | 1,05           | 0,84     | 4,68                | 30,3          | 0,12  |         |       |                           |         | 13,8    |        |         | 0,126   |
| Колбаса жареная с соусом    | 1-4 классы  | 252 С6.2015г.     | 090                  | 7,198          | 15,002   | 2,592               | 173,192       | 0,006 | 0,96    | 0,003 | 1,306                     | 17,264  | 94,192  | 13,472 | 37,688  |         |
|                             | 5-11 классы | 252 С6.2015г.     | 110                  | 9,938          | 19,562   | 2,592               | 225,192       | 0,006 | 0,96    | 0,003 | 1,306                     | 23,064  | 129,792 | 17,872 | 38,028  |         |
| Макаронные изделия отварные | 1-4 классы  | 469 С6.1996г.     | 150                  | 5,365          | 4,265    | 38,347              | 203,79        | 0,087 |         | 0,021 | 1,193                     | 10,427  | 45,359  | 8,306  | 0,622   |         |
|                             | 5-11 классы | 469 С6.1996г.     | 180                  | 6,437          | 5,117    | 46,011              | 244,528       | 0,105 |         | 0,025 | 1,431                     | 12,512  | 54,426  | 9,967  | 0,746   |         |
| Чай с сахаром               | 1-4 классы  | 628 С6.1996г.     | 200                  | 0,2            | 0,051    | 15,01               | 57,267        |       | 0,001   |       |                           | 0,346   |         |        | 0,053   |         |
|                             | 5-11 классы | 628 С6.1996г.     | 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    |
| <b>Понедельник</b>          |             | <b>1-я неделя</b> |                      | <b>Обед</b>    |          |                     |               |       |         |       |                           |         |         |        |         |         |
| Винегрет овощной            | 1-4 классы  | 60 С6.1996г.      | 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 С6.1996г.      | 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 горохом  | 1-4 классы  | 138 С6.1996г.     | 200                  | 4,746          | 4,302    | 18,572              | 127,58        | 0,202 | 9,3     |       |                           | 3,215   | 25,82   | 69,5   | 28,2    | 1,556   |
|                             | 5-11 классы | 138 С6.1996г.     | 250                  | 5,933          | 5,378    | 23,215              | 159,475       | 0,253 | 11,625  |       |                           | 4,019   | 32,275  | 86,875 | 35,25   | 1,945   |
| Котлеты Куриные с соусом    | 1-4 классы  | 0                 | 090                  | 5,308          | 9,802    | 10,652              | 151,072       | 0,006 | 0,96    | 0,003 | 1,306                     | 2,764   | 5,192   | 2,472  | 36,838  |         |
|                             | 5-11 классы | 0                 | 100                  | 7,221          | 13,349   | 13,254              | 201,305       | 0,004 | 0,72    | 0,002 | 1,798                     | 2,073   | 3,894   | 1,854  | 27,628  |         |
| Калуста тушеная             | 1-4 классы  | 482 С6.1996г.     | 150                  | 3,593          | 5,267    | 16,511              | 123,461       | 0,111 | 88,32   |       |                           | 2,241   | 83,598  | 62,415 | 31,572  | 84,606  |
|                             | 5-11 классы | 482 С6.1996г.     | 180                  | 4,316          | 6,321    | 19,838              | 148,28        | 0,133 | 105,985 |       |                           | 2,689   | 100,33  | 74,925 | 37,886  | 101,068 |
| Компот из сухофруктов       | 1-4 классы  | 283 С6.2008г.     | 180                  | 0,878          |          | 32,139              | 126,104       | 0,005 | 0,549   |       |                           |         | 30,74   | 21,137 | 16,47   | 4,158   |
|                             | 5-11 классы | 283 С6.2008г.     | 180                  | 0,878          |          | 32,139              | 126,104       | 0,005 | 0,549   |       |                           |         | 30,74   | 21,137 | 16,47   | 4,158   |
| Хлеб                        | 1-4 классы  | ГОСТ 31805-2012   | 040                  | 3,04           | 0,24     | 20,92               | 93,2          | 0,044 |         |       |                           | 0,672   | 8       | 26     | 5,6     | 0,36    |
|                             | 5-11 классы | ГОСТ 31805-2012   | 050                  | 4,56           | 0,36     | 31,38               | 139,8         | 0,066 |         |       |                           | 1,008   | 12      | 39     | 8,4     | 0,54    |
| ИТОГО:                      | Завтрак     | 1-4 классы        | 500                  | 16,503         | 20,118   | 79,989              | 547,649       | 0,217 | 0,961   | 0,024 | 3,171                     | 45,237  | 165,551 | 27,378 | 38,807  |         |
|                             |             | 5-11 классы       | 570                  | 21,425         | 25,87    | 94,443              | 673,787       | 0,286 | 0,961   | 0,028 | 3,577                     | 59,722  | 216,718 | 34,839 | 39,403  |         |
|                             | Обед        | 1-4 классы        | 720                  | 18,732         | 25,804   | 104,279             | 701,124       | 0,403 | 104,649 | 0,003 | 10,13                     | 165,052 | 210,512 | 96,512 | 128,008 |         |
|                             |             | 5-11 классы       | 870                  | 24,853         | 35,729   | 128,968             | 907,809       | 0,519 | 128,079 | 0,002 | 14,008                    | 200,968 | 269,611 | 120,19 | 136,155 |         |

\* - действует с 01 марта

Ознакомлена перешла: Барышова Л.В.  
и согласовано Любафь Е.С. и Мухоморова  
Татьяна Александровна  
Володича Е.В.

Циклическое меню

| Наименование блюда                             | № тех       | Масса                         | Пищевая ценность (г) |                |          | Эн. ценность (ккал) | Витамины (мг) |       |        |       | Минеральные вещества (мг) |         |         |         |         |
|--|-------------|-------------------------------|----------------------|----------------|----------|---------------------|---------------|-------|--------|-------|---------------------------|---------|---------|---------|---------|
|  |             |                               | Белки                | Жиры           | Углеводы |                     | В1            | С     | А      | Е     | Кальций                   | Фосфор  | Магний  | Железо  |         |
| <b>Вторник</b>                                 |             | <b>1-я неделя</b>             |                      | <b>Завтрак</b> |          |                     |               |       |        |       |                           |         |         |         |         |
| Сыр плавленый                                  | 1-4 классы  | ТУ 10.51.40-001-78634349-2016 | 018                  | 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 | 018                  | 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.                 | 150                  | 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.                 | 200                  | 31,653         | 23,826   | 40,658              | 473,874       | 0,109 | 1,096  | 0,109 | 3,135                     | 356,358 | 440,443 | 53,649  | 1,202   |
| Сок фруктовый, (1 шт)                          | 1-4 классы  | 293 Сб.2008г.                 | 200                  | 1              |          | 23,4                | 94            | 0,02  | 4      |       |                           | 14      | 14      | 8       | 0,6     |
|  | 5-11 классы | 293 Сб.2008г.                 | 200                  | 1              |          | 23,4                | 94            | 0,02  | 4      |       |                           | 14      | 14      | 8       | 0,6     |
| Чай с лимоном                                  | 1-4 классы  | 629 сб.1996г.                 | 187                  | 0,243          | 0,046    | 13,761              | 53,71         | 0,003 | 2,801  |       |                           | 3,111   | 1,54    | 0,84    | 0,09    |
|  | 5-11 классы | 629 сб.1996г.                 | 187                  | 0,243          | 0,046    | 13,761              | 53,71         | 0,003 | 2,801  |       |                           | 3,111   | 1,54    | 0,84    | 0,09    |
| 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    |
| <b>Вторник</b>                                 |             | <b>1-я неделя</b>             |                      | <b>Обед</b>    |          |                     |               |       |        |       |                           |         |         |         |         |
| Салат из моркови и яблок/Салат из помидоров*   | 1-4 классы  | 11 Сб.2008г.                  | 060                  | 0,512          | 6,031    | 8,678               | 89,4          | 0,024 | 2,154  |       | 2,751                     | 18,702  | 21,21   | 15,708  | 0,085   |
|  | 5-11 классы | 11 Сб.2008г.                  | 100                  | 0,853          | 10,051   | 14,464              | 149           | 0,04  | 3,59   |       | 4,584                     | 31,17   | 35,35   | 26,18   | 0,142   |
| Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной | 1-4 классы  | 120 Сб.1996г.                 | 220                  | 1,804          | 5,53     | 8,801               | 85,78         | 0,066 | 26,51  | 0,006 | 1,774                     | 37,54   | 43,204  | 18,24   | 19,102  |
|  | 5-11 классы | 120 Сб.1996г.                 | 260                  | 2,181          | 6,538    | 10,929              | 104,325       | 0,082 | 33,125 | 0,006 | 2,214                     | 44,675  | 52,455  | 22,55   | 23,875  |
| Жаркое По-домашнему(говядина)                  | 1-4 классы  | 394 Сб.1996г.                 | 180                  | 11,559         | 12,75    | 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                  | 17,995         | 18,856   | 30,487              | 343,961       | 0,227 | 31,896 |       | 3,696                     | 26,71   | 94,531  | 38,635  | 88,105  |
| Компот из апельсинов с яблоками                | 1-4 классы  | 278 Сб.2008г.                 | 200                  | 0,378          |          | 27,468              | 106,74        | 0,017 | 22,086 |       | 0,079                     | 12,6    | 9,9     | 7,38    | 0,108   |
|  | 5-11 классы | 278 Сб.2008г.                 | 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                    | 595                  | 30,988         | 21,413   | 91,127              | 649,311       | 0,149 | 8,165  | 0,105 | 2,988                     | 430,59  | 473,799 | 61,992  | 137,923 |
|  |             | 5-11 классы                   | 655                  | 40,276         | 27,672   | 103,969             | 785,484       | 0,187 | 8,407  | 0,134 | 4,035                     | 512,469 | 590,483 | 76,289  | 138,342 |
|  | Обед        | 1-4 классы                    | 700                  | 17,283         | 24,551   | 91,235              | 623,754       | 0,329 | 77,246 | 0,006 | 8,09                      | 97,404  | 178,926 | 78,643  | 88,303  |
|  |             | 5-11 классы                   | 850                  | 26,009         | 35,805   | 117,78              | 855,686       | 0,434 | 93,161 | 0,006 | 11,59                     | 128,555 | 232,336 | 103,965 | 112,782 |

\* - действует с 01 марта

*Дунаковская Людмила*  
*и совместно*  
*Барышова Татьяна*  
*Мухоморова Е. С.*  
*Ткаченко Наталья*  
*Болодина Е. В.*

Циклическое меню

| Наименование блюда                       | № тех       | Масса             | Пищевая ценность (г) |        |          | Эн. ценность (ккал) | Витамины (мг) |                |        |       | Минеральные вещества (мг) |        |         |         |        |
|--|-------------|-------------------|----------------------|--------|----------|---------------------|---------------|----------------|--------|-------|---------------------------|--------|---------|---------|--------|
|  |             |                   | Белки                | Жиры   | Углеводы |                     | В1            | С              | А      | Е     | Кальций                   | Фосфор | Магний  | Железо  |        |
| <b>Среда</b>                             |             | <b>1-я неделя</b> |                      |        |          |                     |               | <b>Завтрак</b> |        |       |                           |        |         |         |        |
| Огурцы солёные                           | 1-4 классы  | 24 Сб.1996г.      | 020                  | 0,56   |          | 0,26                | 3,22          |                |        |       |                           | 5      | 4       |         | 0,24   |
|  | 5-11 классы | 24 Сб.1996г.      | 030                  | 0,84   |          | 0,39                | 4,83          |                |        |       |                           | 7,5    | 6       |         | 0,36   |
| Рыба, тушенная в томате с овощами        | 1-4 классы  | 309 Сб. 1996г.    | 90                   | 8,33   | 3,029    | 5,112               | 78,054        | 0,056          | 3,7    |       | 1,276                     | 14,54  | 19,46   | 39,142  | 92,485 |
|  | 5-11 классы | 309 Сб.1996г.     | 100                  | 10,261 | 5,442    | 5,112               | 107,499       | 0,066          | 3,7    |       | 2,255                     | 14,54  | 19,46   | 46,062  | 92,582 |
| 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  | 1,868  |
| 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   | 050                  | 3,8    | 0,3      | 26,15               | 116,5         | 0,055          |        |       | 0,84                      | 10     | 32,5    | 7       | 0,45   |
| <b>Среда</b>                             |             | <b>1-я неделя</b> |                      |        |          |                     |               | <b>Обед</b>    |        |       |                           |        |         |         |        |
| 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   |
| Суп картофельный с макаронными изделиями | 1-4 классы  | 139 Сб.1996г.     | 250                  | 2,84   | 2,673    | 23,945              | 125,525       | 0,118          | 16,5   |       | 1,343                     | 17,5   | 63,5    | 24,05   | 0,887  |
|  | 5-11 классы | 139 Сб.1996г.     | 250                  | 2,84   | 2,673    | 23,945              | 125,525       | 0,118          | 16,5   |       | 1,343                     | 17,5   | 63,5    | 24,05   | 0,887  |
| Плов из птицы(филе куриное)              | 1-4 классы  | 893 Сб1998г.      | 150                  | 10,315 | 8,435    | 34,129              | 245,147       | 0,077          | 1,434  | 0,019 | 2,91                      | 22,412 | 150,786 | 25,502  | 1,556  |
|  | 5-11 классы | 893 Сб.1998г.     | 200                  | 13,742 | 11,244   | 45,518              | 326,844       | 0,103          | 1,94   | 0,025 | 3,88                      | 29,964 | 200,972 | 34,006  | 2,076  |
| Чай с сахаром                            | 1-4 классы  | 628 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   | 060                  | 4,56   | 0,36     | 31,38               | 139,8         | 0,066          |        |       | 1,008                     | 12     | 39      | 8,4     | 0,54   |
| ИТОГО:                                   | Завтрак     | 1-4 классы        | 500                  | 15,273 | 7,766    | 86,214              | 456,434       | 0,265          | 30,295 | 0,026 | 2,092                     | 69,33  | 147,77  | 81,547  | 94,627 |
|  |             | 5-11 классы       | 560                  | 18,897 | 11,138   | 96,848              | 541,629       | 0,318          | 35,47  | 0,031 | 3,267                     | 82,092 | 175,452 | 96,428  | 95,212 |
|  | Обед        | 1-4 классы        | 700                  | 17,364 | 14,396   | 100,16              | 575,469       | 0,25           | 23,635 | 0,019 | 6,265                     | 69,348 | 264,796 | 79,662  | 3,654  |
|  |             | 5-11 классы       | 810                  | 22,957 | 19,323   | 126,113             | 739,986       | 0,306          | 27,947 | 0,025 | 8,464                     | 94,96  | 344,322 | 107,306 | 4,886  |

- действует с 01 марта

*Узкокашкетное питание: Баринова Е.В.  
и согласовано*

*Любуль Е.С. и Любуль  
Татьяна Николаевна Н.Н.  
Владимир Е.В.*

**Циклическое меню**

| Наименование блюда                        | № тех       | Масса             | Пищевая ценность (г) |                |          | Эн. ценность (ккал) | Витамины (мг) |       |         | Минеральные вещества (мг) |         |         |         |        |         |
|---|-------------|-------------------|----------------------|----------------|----------|---------------------|---------------|-------|---------|---------------------------|---------|---------|---------|--------|---------|
|   |             |                   | Белки                | Жиры           | Углеводы |                     | В1            | С     | А       | Е                         | Кальций | Фосфор  | Магний  | Железо |         |
| <b>Четверг</b>                            |             | <b>1-я неделя</b> |                      | <b>Завтрак</b> |          |                     |               |       |         |                           |         |         |         |        |         |
| Горошек зеленый консервированный          | 1-4 классы  | 31 С6.1997г.      | 020                  | 0,62           | 0,4      | 1,42                | 8,2           | 0,022 | 2       |                           | 0,24    | 3,2     | 10,6    | 4,2    | 0,14    |
|   | 5-11 классы | 31 С6.1997г.      | 030                  | 0,93           | 0,6      | 2,13                | 12,3          | 0,033 | 3       |                           | 0,36    | 4,8     | 15,9    | 6,3    | 0,21    |
| Сосиски отварные с соусом                 | 1-4 классы  | 393 С6.1997г.     | 90                   | 5,2            | 6,6      | 0,15                | 85,5          |       |         |                           |         | 14,5    | 80,5    | 10     | 0,85    |
|   | 5-11 классы | 393 С6.1997г.     | 90                   | 5,2            | 6,6      | 0,15                | 85,5          |       |         |                           |         | 14,5    | 80,5    | 10     | 0,85    |
| Макаронные изделия отварные               | 1-4 классы  | 469 С6.1996г.     | 150                  | 5,365          | 4,265    | 38,347              | 203,79        | 0,087 |         | 0,021                     | 1,193   | 10,427  | 45,359  | 8,306  | 0,622   |
|   | 5-11 классы | 469 С6.1996г.     | 180                  | 6,437          | 5,117    | 46,011              | 244,528       | 0,105 |         | 0,025                     | 1,431   | 12,512  | 54,426  | 9,967  | 0,746   |
| Сок фруктовый                             | 1-4 классы  | 293 С6.2008г.     | 200                  | 1              |          | 23,4                | 94            | 0,02  | 4       |                           |         | 16      | 18      | 10     | 0,4     |
|   | 5-11 классы | 293 С6.2008г.     | 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    |
| <b>Четверг</b>                            |             | <b>1-я неделя</b> |                      | <b>Обед</b>    |          |                     |               |       |         |                           |         |         |         |        |         |
| Салат картофельный с огурцами             | 1-4 классы  | 37 С6.2015г.      | 060                  | 1,276          | 1,836    | 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          | 3,06     | 12,196              | 82,032        | 0,073 | 11,796  |                           | 1,354   | 21,177  | 47,427  | 17,639 | 0,888   |
| Борщ с капустой и картофелем, со сметаной | 1-4 классы  | 110 С6.1996г.     | 210                  | 1,833          | 5,522    | 11,708              | 96,08         | 0,048 | 16,83   | 0,006                     | 1,819   | 37,9    | 45,972  | 27,12  | 56,044  |
|   | 5-11 классы | 110 С6.1996г.     | 260                  | 2,217          | 6,528    | 14,562              | 117,2         | 0,06  | 21,025  | 0,006                     | 2,27    | 45,125  | 55,915  | 33,65  | 70,053  |
| ЁЖИКИ в соусе                             | 1-4 классы  | 0                 | 090                  | 6,548          | 25,302   | 11,892              | 297,392       | 0,006 | 0,96    | 0,003                     | 1,306   | 2,764   | 5,192   | 2,472  | 36,838  |
|   | 5-11 классы | 0                 | 100                  | 8,961          | 35,099   | 14,994              | 406,625       | 0,004 | 0,72    | 0,002                     | 1,798   | 2,073   | 3,894   | 1,854  | 27,628  |
| Каша гречневая рассыпчатая                | 1-4 классы  | 463 С6.1996г.     | 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 С6.1996г.     | 180                  | 9,255          | 6,46     | 49,561              | 278,971       | 0,306 |         | 0,025                     | 4,989   | 36,456  | 185,444 | 0,189  | 3,58    |
| Напиток из шиповника                      | 1-4 классы  | 289 С6.2008г.     | 180                  | 0,72           |          | 24,273              | 96,705        | 0,027 | 216     |                           | 0,308   | 12,15   | 3,6     | 3,6    | 5,081   |
|   | 5-11 классы | 289 С6.2008г.     | 180                  | 0,72           |          | 24,273              | 96,705        | 0,027 | 216     |                           | 0,308   | 12,15   | 3,6     | 3,6    | 5,081   |
| 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        | 500                  | 15,225         | 11,505   | 84,237              | 484,69        | 0,173 | 6       | 0,021                     | 2,105   | 52,127  | 180,459 | 38,106 | 2,372   |
|   |             | 5-11 классы       | 550                  | 17,367         | 12,617   | 97,841              | 552,828       | 0,213 | 7       | 0,025                     | 2,631   | 57,812  | 201,326 | 43,267 | 2,656   |
|   | Обед        | 1-4 классы        | 730                  | 21,133         | 38,284   | 117,433             | 865,181       | 0,424 | 240,868 | 0,03                      | 9,078   | 103,917 | 263,842 | 49,534 | 101,841 |
|   |             | 5-11 классы       | 880                  | 27,839         | 51,507   | 146,966             | 1 121,333     | 0,536 | 243,541 | 0,033                     | 11,727  | 128,981 | 335,28  | 65,332 | 107,77  |

\* - действует с 01 марта

*Узнакомлено родителями: Баранова Елена  
и Сомасовыми  
Людмила В.С. Мухоморова  
Татьяна Николаевна Н.Н.  
Владимир С.В.*

Циклическое меню

| Наименование блюда                              | № тех          | Масса             | Пищевая ценность (г) |                |          | Эн. ценность (ккал) | Витамины (мг) |       |         |       | Минеральные вещества (мг) |         |         |         |        |  |  |
|---|----------------|-------------------|----------------------|----------------|----------|---------------------|---------------|-------|---------|-------|---------------------------|---------|---------|---------|--------|--|--|
|   |                |                   | Белки                | Жиры           | Углеводы |                     | В1            | С     | А       | Е     | Кальций                   | Фосфор  | Магний  | Железо  |        |  |  |
| <b>Пятница</b>                                  |                | <b>1-я неделя</b> |                      | <b>Завтрак</b> |          |                     |               |       |         |       |                           |         |         |         |        |  |  |
| Фрукты  | 1-4 классы     | 24.01             | 150                  | 0,6            |          | 14,7                | 57            |       |         |       |                           |         |         |         |        |  |  |
|   | 5-11 классы    | 24.01             | 150                  | 0,6            |          | 14,7                | 57            |       |         |       |                           |         |         |         |        |  |  |
| Каша рисовая молочная жидкая с маслом, сахаром  | 1-4 классы     | 114 С6.2008г.     | 160                  | 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 С6.2008г.     | 210                  | 5,209          | 6,477    | 38,848              | 232,32        | 0,057 | 1,067   | 0,041 | 0,352                     | 137,899 | 127,973 | 21,556  | 1,661  |  |  |
| Кофейный напиток с молоком                      | 1-4 классы     | 762С6.1997г.      | 180                  | 2,79           | 2,34     | 21,573              | 120,015       | 0,027 | 0,9     | 0,018 | 0,081                     | 109,17  | 81,9    | 12,6    | 0,941  |  |  |
|   | 5-11 классы    | 762С6.1997г.      | 180                  | 2,79           | 2,34     | 21,573              | 120,015       | 0,027 | 0,9     | 0,018 | 0,081                     | 109,17  | 81,9    | 12,6    | 0,941  |  |  |
| 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   |  |  |
| <b>Пятница</b>                                  |                | <b>1-я неделя</b> |                      | <b>Обед</b>    |          |                     |               |       |         |       |                           |         |         |         |        |  |  |
| Салат из белокочанной капусты/Салат из огурцов* | 1-4 классы     | 62 С6.1997г.      | 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 С6.1997г.      | 100                  | 1,55           | 5,005    | 9,951               | 89,292        | 0,053 | 39,95   |       | 2,163                     | 41,494  | 29,959  | 16,424  | 0,816  |  |  |
| Рассольник ленинградский со сметаной            | 1-4 классы     | 42 С6.2008г.      | 210                  | 2,288          | 5,588    | 16,298              | 116,572       | 0,085 | 12,85   | 0,006 | 1,771                     | 24,28   | 54      | 19,24   | 0,808  |  |  |
|   | 5-11 классы    | 42 С6.2008г.      | 260                  | 2,785          | 6,61     | 20,3                | 142,815       | 0,106 | 16,05   | 0,006 | 2,211                     | 28,1    | 65,95   | 23,8    | 1,007  |  |  |
| Тефтели с соусом                                | 1-4 классы     | 0                 | 090                  | 6,548          | 27,3     | 11,892              | 315,372       | 0,006 | 0,96    | 0,003 | 2,146                     | 2,764   | 5,192   | 2,472   | 36,838 |  |  |
|   | 5-11 классы    | 0                 | 100                  | 8,961          | 36,898   | 14,994              | 422,807       | 0,004 | 0,72    | 0,002 | 2,554                     | 2,073   | 3,894   | 1,854   | 27,628 |  |  |
| Картофель и овощи тушеные                       | 1-4 классы     | 251 С6.1997г.     | 150                  | 3,675          | 11,419   | 35,22               | 250,013       | 0,215 | 35,625  |       | 4,787                     | 23,4    | 108,525 | 43,575  | 1,622  |  |  |
|   | 5-11 классы    | 251 С6.1997г.     | 180                  | 4,41           | 13,703   | 42,264              | 300,015       | 0,258 | 42,75   |       | 5,745                     | 28,08   | 130,23  | 52,29   | 1,946  |  |  |
| Компот из сухофруктов                           | 1-4 классы     | 283 С6.2008г.     | 180                  | 0,878          |          | 32,139              | 126,104       | 0,005 | 0,549   |       |                           | 30,74   | 21,137  | 16,47   | 4,158  |  |  |
|   | 5-11 классы    | 283 С6.2008г.     | 180                  | 0,878          |          | 32,139              | 126,104       | 0,005 | 0,549   |       |                           | 30,74   | 21,137  | 16,47   | 4,158  |  |  |
| 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   |  |  |
| <b>ИТОГО:</b>                                   | <b>Завтрак</b> | 1-4 классы        | 530                  | 10,273         | 9,264    | 87,228              | 364,352       | 0,13  | 1,7     | 0,054 | 1,374                     | 222,913 | 210,925 | 42,004  | 2,793  |  |  |
|   |                | 5-11 классы       | 590                  | 12,299         | 10,267   | 100,821             | 409,46        | 0,159 | 1,967   | 0,059 | 1,683                     | 259,569 | 250,873 | 50,656  | 3,352  |  |  |
|   | <b>Обед</b>    | 1-4 классы        | 730                  | 17,358         | 47,55    | 122,437             | 954,825       | 0,387 | 73,934  | 0,009 | 10,674                    | 114,062 | 232,817 | 97,205  | 44,275 |  |  |
|   |                | 5-11 классы       | 880                  | 23,144         | 62,576   | 151,028             | 1 220,833     | 0,492 | 100,019 | 0,008 | 13,681                    | 142,487 | 290,17  | 119,238 | 36,095 |  |  |

\* - действует с 01 марта

*ознакомлена родителями! Барминова  
и согласовано*

*Татьяна  
Тайборенская Н.Н.  
Володина Е.В.*

Цикличное меню

| Наименование блюда                       | № тех       | Масса                         | Пищевая ценность (г) |                |          | Эн. ценность (ккал) | Витамины (мг) |       |       |       | Минеральные вещества (мг) |         |         |         |        |
|--|-------------|-------------------------------|----------------------|----------------|----------|---------------------|---------------|-------|-------|-------|---------------------------|---------|---------|---------|--------|
|  |             |                               | Белки                | Жиры           | Углеводы |                     | В1            | С     | А     | Е     | Кальций                   | Фосфор  | Магний  | Железо  |        |
| <b>Понедельник</b>                       |             | <b>2-я неделя</b>             |                      | <b>Завтрак</b> |          |                     |               |       |       |       |                           |         |         |         |        |
| Йогурт                                   | 1-4 классы  | ТУ 10.51.56-045-18255315-2017 | 100                  | 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 | 100                  | 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.                 | 200                  | 15,69          | 14,398   | 89,563              | 555,924       | 0,216 | 1,238 | 0,044 | 3,922                     | 216,692 | 238,287 | 40,677  | 2,361  |
|  | 5-11 классы | 682 Сб.1996г.                 | 250                  | 19,655         | 17,904   | 111,148             | 692,214       | 0,273 | 1,52  | 0,054 | 5,025                     | 256,679 | 290,726 | 49,87   | 3,021  |
| 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  |
| <b>Понедельник</b>                       |             | <b>2-я неделя</b>             |                      | <b>Обед</b>    |          |                     |               |       |       |       |                           |         |         |         |        |
| 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   |
| Суп картофельный с макаронными изделиями | 1-4 классы  | 139 Сб.1996г.                 | 200                  | 2,272          | 2,138    | 19,156              | 100,42        | 0,094 | 13,2  |       | 1,074                     | 14      | 50,8    | 19,24   | 0,71   |
|  | 5-11 классы | 139 Сб.1996г.                 | 250                  | 2,84           | 2,673    | 23,945              | 125,525       | 0,118 | 16,5  |       | 1,343                     | 17,5    | 63,5    | 24,05   | 0,887  |
| Тефтели с соусом                         | 1-4 классы  | 0                             | 090                  | 6,548          | 27,3     | 11,892              | 315,372       | 0,006 | 0,96  | 0,003 | 2,146                     | 2,764   | 5,192   | 2,472   | 36,838 |
|  | 5-11 классы | 0                             | 100                  | 8,961          | 36,898   | 14,994              | 422,807       | 0,004 | 0,72  | 0,002 | 2,554                     | 2,073   | 3,894   | 1,854   | 27,628 |
| 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  |
| Напиток лимонный                         | 1-4 классы  | 289 Сб.2008г.                 | 180                  | 0,13           |          | 22,075              | 86,328        | 0,006 | 5,76  |       |                           | 6,192   | 3,168   | 1,728   | 0,151  |
|  | 5-11 классы | 289 Сб.2008г.                 | 180                  | 0,13           |          | 22,075              | 86,328        | 0,006 | 5,76  |       |                           | 6,192   | 3,168   | 1,728   | 0,151  |
| 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                    | 500                  | 20,89          | 15,949   | 108,073             | 664,191       | 0,246 | 1,839 | 0,054 | 3,922                     | 341,038 | 333,287 | 55,677  | 2,514  |
|  |             | 5-11 классы                   | 550                  | 24,855         | 19,455   | 129,658             | 800,481       | 0,303 | 2,121 | 0,064 | 5,025                     | 381,025 | 385,726 | 64,87   | 3,174  |
|  | Обед        | 1-4 классы                    | 720                  | 29,09          | 37,599   | 120,544             | 909,936       | 0,79  | 25,62 | 0,024 | 11,711                    | 115,464 | 268,558 | 115,167 | 43,756 |
|  |             | 5-11 классы                   | 870                  | 37,464         | 50,834   | 151,069             | 1 177,359     | 0,968 | 32,48 | 0,027 | 14,913                    | 149,018 | 341,083 | 150,824 | 36,415 |

\* - действует с 01 марта

*Узнали директ родители: Бармина Анна  
и согласовано  
Лобачь Л.С. Лобачь  
Татьяна Сергеевна Н.Н. Тарас  
Володина Е.В. Ефремов*

Циклическое меню

| Наименование блюда                             | № тех       | Масса             | Пищевая ценность (г) |                |          | Эн. ценность (ккал) | Витамины (мг) |       |        |       | Минеральные вещества (мг) |        |         |        |        |
|--|-------------|-------------------|----------------------|----------------|----------|---------------------|---------------|-------|--------|-------|---------------------------|--------|---------|--------|--------|
|  |             |                   | Белки                | Жиры           | Углеводы |                     | В1            | С     | А      | Е     | Кальций                   | Фосфор | Магний  | Железо |        |
| <b>Вторник</b>                                 |             | <b>2-я неделя</b> |                      | <b>Завтрак</b> |          |                     |               |       |        |       |                           |        |         |        |        |
| 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  |
| Котлеты Куриные с соусом                       | 1-4 классы  | 0                 | 090                  | 5,308          | 9,802    | 10,652              | 151,072       | 0,006 | 0,96   | 0,003 | 1,306                     | 2,764  | 5,192   | 2,472  | 36,838 |
|  | 5-11 классы | 0                 | 100                  | 7,221          | 13,349   | 13,254              | 201,305       | 0,004 | 0,72   | 0,002 | 1,798                     | 2,073  | 3,894   | 1,854  | 27,628 |
| 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   | 050                  | 3,8            | 0,3      | 26,15               | 116,5         | 0,055 |        |       | 0,84                      | 10     | 32,5    | 7      | 0,45   |
| <b>Вторник</b>                                 |             | <b>2-я неделя</b> |                      | <b>Обед</b>    |          |                     |               |       |        |       |                           |        |         |        |        |
| Винегрет овощной                               | 1-4 классы  | 60 Сб.1996г.      | 060                  | 1,194          | 6,373    | 6,007               | 81,948        | 0,045 | 6,42   |       | 2,804                     | 13,32  | 29,238  | 14,088 | 0,445  |
|  | 5-11 классы | 60 Сб.1996г.      | 100                  | 1,99           | 10,621   | 10,012              | 136,58        | 0,075 | 10,7   |       | 4,674                     | 22,2   | 48,73   | 23,48  | 0,741  |
| Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной | 1-4 классы  | 120 Сб.1996г.     | 210                  | 1,804          | 5,53     | 8,801               | 85,78         | 0,066 | 26,51  | 0,006 | 1,774                     | 37,54  | 43,204  | 18,24  | 19,102 |
|  | 5-11 классы | 120 Сб.1996г.     | 260                  | 2,181          | 6,538    | 10,929              | 104,325       | 0,082 | 33,125 | 0,006 | 2,214                     | 44,675 | 52,455  | 22,55  | 23,875 |
| ЁЖИКИ в соусе                                  | 1-4 классы  | 0                 | 090                  | 6,548          | 25,302   | 11,892              | 297,392       | 0,006 | 0,96   | 0,003 | 1,306                     | 2,764  | 5,192   | 2,472  | 36,838 |
|  | 5-11 классы | 0                 | 100                  | 8,961          | 35,099   | 14,994              | 406,625       | 0,004 | 0,72   | 0,002 | 1,798                     | 2,073  | 3,894   | 1,854  | 27,628 |
| 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 лимоном                                  | 1-4 классы  | 629 сб.1996г.     | 187                  | 0,243          | 0,046    | 13,761              | 53,71         | 0,003 | 2,801  |       |                           | 3,111  | 1,54    | 0,84   | 0,09   |
|  | 5-11 классы | 629 сб.1996г.     | 187                  | 0,243          | 0,046    | 13,761              | 53,71         | 0,003 | 2,801  |       |                           | 3,111  | 1,54    | 0,84   | 0,09   |
| 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        | 500                  | 16,284         | 15,426   | 106,807             | 606,617       | 0,313 | 3,08   | 0,03  | 6,158                     | 45,04  | 196,613 | 12,23  | 40,339 |
|  |             | 5-11 классы       | 560                  | 20,566         | 20,109   | 123,057             | 727,536       | 0,375 | 3,54   | 0,036 | 7,657                     | 54,109 | 236,838 | 13,043 | 31,816 |
|  | Обед        | 1-4 классы        | 737                  | 18,194         | 41,756   | 99,728              | 815,82        | 0,251 | 36,691 | 0,03  | 7,749                     | 75,162 | 150,533 | 49,546 | 57,457 |
|  |             | 5-11 классы       | 887                  | 24,372         | 57,781   | 127,087             | 1 085,568     | 0,335 | 47,346 | 0,033 | 11,125                    | 96,571 | 200,045 | 67,091 | 53,62  |

\* - действует с 01 марта

*Удостоверены подписями: Берникова М.В. и согласовано*  
*Мухомов А.С. Мухомов*  
*Тайверонская Н.М.*  
*Володина Е.В.*

Циклическое меню

| Наименование блюда                            | № тех       | Масса             | Пищевая ценность (г) |                |          | Эн. ценность (ккал) | Витамины (мг) |       |        |       | Минеральные вещества (мг) |         |         |         |        |      |
|---|-------------|-------------------|----------------------|----------------|----------|---------------------|---------------|-------|--------|-------|---------------------------|---------|---------|---------|--------|------|
|   |             |                   | Белки                | Жиры           | Углеводы |                     | В1            | С     | А      | Е     | Кальций                   | Фосфор  | Магний  | Железо  |        |      |
| <b>Среда</b>                                  |             | <b>2-я неделя</b> |                      | <b>Завтрак</b> |          |                     |               |       |        |       |                           |         |         |         |        |      |
| Колбаса п/к порциями                          | 1-4 классы  | 29 Сб.1997г.      | 030                  | 3,3            | 13,2     |                     | 132           | 0,057 |        |       |                           |         | 3       | 67,8    | 8,1    | 0,81 |
|   | 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.     | 220                  | 5,356          | 10,209   | 39,072              | 267,3         | 0,112 | 1,02   | 0,06  | 0,68                      | 132,69  | 135     | 28,84   | 2,125  |      |
|   | 5-11 классы | 102 Сб.2008г.     | 260                  | 6,401          | 10,801   | 44,823              | 299,771       | 0,134 | 1,224  | 0,064 | 0,769                     | 158,707 | 161,6   | 34,548  | 2,54   |      |
| Кофейный напиток с молоком                    | 1-4 классы  | 287 Сб.2008г.     | 200                  | 3,1            | 2,6      | 23,97               | 133,35        | 0,03  | 1      | 0,02  | 0,09                      | 121,3   | 91      | 14      | 1,045  |      |
|   | 5-11 классы | 287 Сб.2008г.     | 200                  | 3,1            | 2,6      | 23,97               | 133,35        | 0,03  | 1      | 0,02  | 0,09                      | 121,3   | 91      | 14      | 1,045  |      |
| Хлеб  | 1-4 классы  | ГОСТ 31805-2012   | 050                  | 3,8            | 0,3      | 26,15               | 116,5         | 0,055 |        |       | 0,84                      | 10      | 32,5    | 7       | 0,45   |      |
|   | 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   |      |
| <b>Среда</b>                                  |             | <b>2-я неделя</b> |                      | <b>Обед</b>    |          |                     |               |       |        |       |                           |         |         |         |        |      |
| Салат из моркови и яблок/Салат из помидоров*  | 1-4 классы  | 11 Сб.2008г.      | 060                  | 0,512          | 6,031    | 8,678               | 89,4          | 0,024 | 2,154  |       | 2,751                     | 18,702  | 21,21   | 15,708  | 0,085  |      |
|   | 5-11 классы | 11 Сб.2008г.      | 100                  | 0,853          | 10,051   | 14,464              | 149           | 0,04  | 3,59   |       | 4,584                     | 31,17   | 35,35   | 26,18   | 0,142  |      |
| Борщ с капустой и картофелем,со сметаной      | 1-4 классы  | 110 Сб.1996г.     | 210                  | 1,833          | 5,522    | 11,708              | 96,08         | 0,048 | 16,83  | 0,006 | 1,819                     | 37,9    | 45,972  | 27,12   | 56,044 |      |
|   | 5-11 классы | 110 Сб.1996г.     | 260                  | 2,217          | 6,528    | 14,562              | 117,2         | 0,06  | 21,025 | 0,006 | 2,27                      | 45,125  | 55,915  | 33,65   | 70,053 |      |
| Сосиски отварные с соусом                     | 1-4 классы  | 393 Сб.1997г.     | 90                   | 5,2            | 6,6      | 0,15                | 85,5          |       |        |       |                           | 14,5    | 80,5    | 10      | 0,85   |      |
|   | 5-11 классы | 393 Сб.1997г.     | 140                  | 10,4           | 13,2     | 0,3                 | 171           |       |        |       |                           | 29      | 161     | 20      | 1,7    |      |
| 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 сухофруктов                         | 1-4 классы  | 283 Сб.2008г.     | 180                  | 0,878          |          | 32,139              | 126,104       | 0,005 | 0,549  |       |                           | 30,74   | 21,137  | 16,47   | 4,158  |      |
|   | 5-11 классы | 283 Сб.2008г.     | 180                  | 0,878          |          | 32,139              | 126,104       | 0,005 | 0,549  |       |                           | 30,74   | 21,137  | 16,47   | 4,158  |      |
| 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        | 500                  | 15,556         | 26,309   | 89,192              | 649,15        | 0,254 | 2,02   | 0,08  | 1,61                      | 266,99  | 326,3   | 57,94   | 4,43   |      |
|   |             | 5-11 классы       | 550                  | 17,361         | 26,961   | 100,173             | 704,921       | 0,287 | 2,224  | 0,084 | 1,867                     | 295,007 | 359,4   | 65,048  | 4,935  |      |
|   | Обед        | 1-4 классы        | 730                  | 14,726         | 22,89    | 99,965              | 644,484       | 0,282 | 45,408 | 0,032 | 5,386                     | 151,152 | 290,729 | 107,703 | 62,887 |      |
|   |             | 5-11 классы       | 920                  | 22,824         | 35,535   | 124,489             | 888,144       | 0,364 | 56,214 | 0,037 | 8,034                     | 197,607 | 427,494 | 144,066 | 78,261 |      |

\* - действует с 01 марта

*Узнакашлена редетлим: Барникова  
и согласовано*

*Модель ЛСС/пошаго  
Тайборонская Н.Н.  
Володича С.М.*

Цикличное меню

| Наименование блюда                              | № тех          | Масса             | Пищевая ценность (г) |                |          | Эн. ценность (ккал) | Витамины (мг) |       |         |   | Минеральные вещества (мг) |         |         |         |        |
|---|----------------|-------------------|----------------------|----------------|----------|---------------------|---------------|-------|---------|---|---------------------------|---------|---------|---------|--------|
|   |                |                   | Белки                | Жиры           | Углеводы |                     | В1            | С     | А       | Е | Кальций                   | Фосфор  | Магний  | Железо  |        |
| <b>Четверг</b>                                  |                | <b>2-я неделя</b> |                      | <b>Завтрак</b> |          |                     |               |       |         |   |                           |         |         |         |        |
| Огурцы солёные                                  | 1-4 классы     | 24 С6.1996г.      | 040                  | 1,12           |          | 0,52                | 6,44          |       |         |   |                           | 10      | 8       |         | 0,48   |
|   | 5-11 классы    | 24 С6.1996г.      | 040                  | 1,12           |          | 0,52                | 6,44          |       |         |   |                           | 10      | 8       |         | 0,48   |
| Плов из Говядины                                | 1-4 классы     | 193 С6.2008г.     | 200                  | 18,671         | 16,213   | 40,528              | 362,073       | 0,106 | 2,697   |   | 2,849                     | 33,235  | 68,123  | 21,137  | 3,101  |
|   | 5-11 классы    | 193 С6.2008г.     | 250                  | 19,996         | 17,934   | 54,034              | 433,536       | 0,126 | 3,595   |   | 3,65                      | 41,941  | 90,771  | 27,628  | 3,449  |
| Чай с сахаром                                   | 1-4 классы     | 628 С6.1996г.     | 200                  | 0,2            | 0,051    | 15,01               | 57,267        |       | 0,001   |   |                           | 0,346   |         |         | 0,053  |
|   | 5-11 классы    | 628 С6.1996г.     | 200                  | 0,2            | 0,051    | 15,01               | 57,267        |       | 0,001   |   |                           | 0,346   |         |         | 0,053  |
| Хлеб  | 1-4 классы     | ГОСТ 31805-2012   | 060                  | 4,56           | 0,36     | 31,38               | 139,8         | 0,066 |         |   | 1,008                     | 12      | 39      | 8,4     | 0,54   |
|   | 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   |
| <b>Четверг</b>                                  |                | <b>2-я неделя</b> |                      | <b>Обед</b>    |          |                     |               |       |         |   |                           |         |         |         |        |
| Салат из белокочанной капусты/Салат из огурцов* | 1-4 классы     | 62 С6.1997г.      | 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 С6.1997г.      | 100                  | 1,55           | 5,005    | 9,951               | 89,292        | 0,053 | 39,95   |   | 2,163                     | 41,494  | 29,959  | 16,424  | 0,816  |
| Суп картофельный с горохом                      | 1-4 классы     | 138 С6.1996г.     | 200                  | 4,746          | 4,302    | 18,572              | 127,58        | 0,202 | 9,3     |   | 3,215                     | 25,82   | 69,5    | 28,2    | 1,556  |
|   | 5-11 классы    | 138 С6.1996г.     | 250                  | 5,933          | 5,378    | 23,215              | 159,475       | 0,253 | 11,625  |   | 4,019                     | 32,275  | 86,875  | 35,25   | 1,945  |
| Рыба, тушенная в томате с овощами               | 1-4 классы     | 309 С6.1996г.     | 90                   | 8,33           | 3,029    | 5,112               | 78,054        | 0,056 | 3,7     |   | 1,276                     | 14,54   | 19,46   | 39,142  | 92,485 |
|   | 5-11 классы    | 309 С6.1996г.     | 100                  | 10,261         | 5,442    | 5,112               | 107,499       | 0,066 | 3,7     |   | 2,255                     | 14,54   | 19,46   | 46,062  | 92,582 |
| Картофель и овощи тушеные                       | 1-4 классы     | 251 С6.1997г.     | 150                  | 3,675          | 11,419   | 35,22               | 250,013       | 0,215 | 35,625  |   | 4,787                     | 23,4    | 108,525 | 43,575  | 1,622  |
|   | 5-11 классы    | 251 С6.1997г.     | 180                  | 4,41           | 13,703   | 42,264              | 300,015       | 0,258 | 42,75   |   | 5,745                     | 28,08   | 130,23  | 52,29   | 1,946  |
| Сок фруктовый                                   | 1-4 классы     | 293.08            | 180                  | 0,9            |          | 21,06               | 84,6          | 0,018 | 3,6     |   |                           | 14,4    | 16,2    | 9       | 0,36   |
|   | 5-11 классы    | 293.08            | 180                  | 0,9            |          | 21,06               | 84,6          | 0,018 | 3,6     |   |                           | 14,4    | 16,2    | 9       | 0,36   |
| Хлеб  | 1-4 классы     | ГОСТ 31805-2012   | 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   |
| <b>ИТОГО:</b>                                   | <b>Завтрак</b> | 1-4 классы        | 500                  | 24,551         | 16,624   | 87,438              | 565,58        | 0,172 | 2,698   |   | 3,857                     | 55,581  | 115,123 | 29,537  | 4,174  |
|   |                | 5-11 классы       | 550                  | 25,876         | 18,345   | 100,944             | 637,043       | 0,192 | 3,596   |   | 4,658                     | 64,287  | 137,771 | 36,028  | 4,522  |
|   | <b>Обед</b>    | 1-4 классы        | 720                  | 21,62          | 21,993   | 106,852             | 687,011       | 0,567 | 76,175  |   | 11,248                    | 111,038 | 257,648 | 135,365 | 96,872 |
|   |                | 5-11 классы       | 870                  | 27,614         | 29,888   | 132,982             | 880,681       | 0,714 | 101,625 |   | 15,19                     | 142,789 | 321,724 | 167,426 | 98,189 |

\* - действует с 01 марта

*Одноклассники родители: Баринова  
и Солаговенко*

*Мобильный С.С. Мобильный  
Табторонская Н.Н. Сидорова  
Володина С.В. Сидорова*

Циклическое меню

| Наименование блюда                | № тех       | Масса             | Пищевая ценность (г) |                |          | Эн. ценность (ккал) | Витамины (мг) |       |        |       | Минеральные вещества (мг) |         |         |        |         |
|-----------------------------------|-------------|-------------------|----------------------|----------------|----------|---------------------|---------------|-------|--------|-------|---------------------------|---------|---------|--------|---------|
|                                   |             |                   | Белки                | Жиры           | Углеводы |                     | В1            | С     | А      | Е     | Кальций                   | Фосфор  | Магний  | Железо |         |
| <b>Пятница</b>                    |             | <b>2-я неделя</b> |                      | <b>Завтрак</b> |          |                     |               |       |        |       |                           |         |         |        |         |
| 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     |
| Стейк(Шницель) из курицы с соусом | 1-4 классы  | 520 Сб.1997г.     | 090                  | 7,348          | 6,052    | 5,042               | 269,992       | 0,006 | 0,96   | 0,003 | 1,306                     | 2,764   | 5,192   | 2,472  | 36,838  |
|                                   | 5-11 классы | 520 Сб.1997г.     | 100                  | 9,261          | 7,799    | 5,094               | 341,525       | 0,004 | 0,72   | 0,002 | 1,798                     | 2,073   | 3,894   | 1,854  | 27,628  |
| 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 апельсинов с яблоками   | 1-4 классы  | 278 Сб.2008г.     | 200                  | 0,42           |          | 30,52               | 118,6         | 0,019 | 24,54  |       | 0,088                     | 14      | 11      | 8,2    | 0,12    |
|                                   | 5-11 классы | 278 Сб.2008г.     | 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   | 050                  | 3,8            | 0,3      | 26,15               | 116,5         | 0,055 |        |       | 0,84                      | 10      | 32,5    | 7      | 0,45    |
| <b>Пятница</b>                    |             | <b>2-я неделя</b> |                      | <b>Обед</b>    |          |                     |               |       |        |       |                           |         |         |        |         |
| 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                  | 5,164          | 14,603   | 8,624               | 164,088       | 0,05  | 8,28   | 0,022 | 5,6                       | 35,191  | 91,378  | 30,046 | 408,735 |
| Суп из овощей                     | 1-4 классы  | 132 Сб.1996г.     | 200                  | 1,514          | 3,525    | 10,49               | 76,426        | 0,073 | 17,8   |       | 1,55                      | 18,88   | 40,38   | 17,18  | 0,636   |
|                                   | 5-11 классы | 132 Сб.1996г.     | 250                  | 1,893          | 4,406    | 13,113              | 95,533        | 0,091 | 22,25  |       | 1,937                     | 23,6    | 50,475  | 21,475 | 0,795   |
| Печень говяжья по-строгановски    | 1-4 классы  | 387Сб.1996г.      | 090                  | 11,177         | 8,546    | 3,401               | 129,011       | 0,188 | 20,679 | 2,275 | 2,044                     | 15,365  | 213,295 | 13,706 | 60,586  |
|                                   | 5-11 классы | 387Сб.1996г.      | 100                  | 13,752         | 10,204   | 3,401               | 154,303       | 0,232 | 25,563 | 2,842 | 2,548                     | 16,105  | 263,467 | 16,37  | 61,918  |
| 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   |
| Чай с лимоном                     | 1-4 классы  | 629 сб.1996г.     | 187                  | 0,243          | 0,046    | 13,761              | 53,71         | 0,003 | 2,801  |       |                           | 3,111   | 1,54    | 0,84   | 0,09    |
|                                   | 5-11 классы | 629 сб.1996г.     | 187                  | 0,243          | 0,046    | 13,761              | 53,71         | 0,003 | 2,801  |       |                           | 3,111   | 1,54    | 0,84   | 0,09    |
| 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        | 500                  | 16,573         | 12,357   | 96,549              | 709,982       | 0,16  | 26,9   | 0,024 | 3,259                     | 43,391  | 100,951 | 31,578 | 39,34   |
|                                   |             | 5-11 классы       | 560                  | 20,518         | 15,916   | 110,355             | 857,753       | 0,189 | 27,36  | 0,027 | 4,157                     | 50,885  | 121,92  | 37,521 | 31,044  |
|                                   | Обед        | 1-4 классы        | 727                  | 24,082         | 25,673   | 94,843              | 657,5         | 0,378 | 45,57  | 2,314 | 7,57                      | 84,723  | 404,407 | 67,714 | 471,039 |
|                                   |             | 5-11 классы       | 877                  | 30,253         | 35,88    | 120,442             | 870,279       | 0,495 | 58,894 | 2,896 | 11,575                    | 107,503 | 510,336 | 90,982 | 473,261 |

\* - действует с 01 марта

*Вназначены родители: Баранова И.В.  
и Соколовы*

*Мобильный № 80 Мобильный  
Тайбоженская Н.И. Тел  
Володина Е.В. Тел*