

Циклическое меню на 2024/2025 уч.год с 01.09.2024 г. (дети из многолетних семей)

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Понедельник		1-я неделя		Завтрак											
Кукуруза консервированная	1-4 классы	24 Сб.1996г.	020	0.700	0.560	3.120	20.200	0.080	0.960	0.000	0.000	9.200			0.084
	5-11 классы	24 Сб.1996г.	030	1.050	0.840	4.680	30.300	0.120	1.440	0.000	0.000	13.800			0.126
Палочки с крупой с соусом	1-4 классы	428 Сб.1996г.	90	7.630	10.170	9.450	158.000	0.022	1.150	0.003	1.306	5.957	15.412	4.748	36.981
	5-11 классы	428 Сб.1996г.	100	11.355	13.566	12.415	176.020	0.025	0.970	0.002	1.798	6.379	17.384	4.856	27.818
Рис отварной	1-4 классы	465 Сб.1996г.	150	3.868	5.218	41.803	219.038	0.044		0.027	0.402	14.580	53.730	11.543	0.986
	5-11 классы	465 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
Сок фруктовый	1-4 классы	293 Сб.2008г.	200	0.900		21.060	84.600	0.018	3.600			14.400	16.200	9.000	0.360
	5-11 классы	293 Сб.2008г.	200	0.900		21.060	84.600	0.018	3.600			14.400	16.200	9.000	0.360
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1.520	0.180	9.940	45.200	0.022			0.280	4.000	13.000	2.800	0.180
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	025	1.900	0.250	12.425	56.500	0.028			0.420	5.000	16.250	3.500	0.225
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1.102	0.200	6.416	38.000	0.016			0.280	4.200	17.400	3.800	0.400
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	025	1.378	0.250	8.020	47.500	0.020			0.420	5.250	21.750	4.750	0.500
Понедельник		1-я неделя		Обед											
Салат картофельный с зеленым горошком	1-4 классы	31 Сб.2008г.	060	2.700	6.956	7.733	97.236	0.059	8.160	0.021	2.794	9.948	39.036	13.884	0.576
	5-11 классы	31 Сб.2008г.	100	3.106	11.594	12.888	162.060	0.098	13.600	0.035		16.580	65.060	23.140	0.960
Суп картофельный с макаронными изделиями	1-4 классы	139 Сб.1996г.	200	2.272	2.138	19.156	100.420	0.094	13.200		1.074	14.000	50.800	19.240	0.710
	5-11 классы	139 Сб.1996г.	250	2.840	2.673	23.945	125.525	0.118	16.500		1.343	17.500	63.500	24.050	0.887
Котлеты Куринные с соусом	1-4 классы	423 Сб.1996г.	090	8.944	10.030	9.974	133.166	0.020	1.160	0.003	1.306	5.792	14.492	4.558	36.970
	5-11 классы	423 Сб.1996г.	100	11.340	13.566	12.404	175.920	0.025	1.020	0.002	2.210	6.539	3.894	4.846	27.818
Каша перловая рассыпчатая с овощами	1-4 классы	302 сб.2011 г.	150	4.400	4.900	31.500	212.900	0.040	0.600	0.030	0.600	8.600		0.900	0.900
	5-11 классы	302 сб.2011 г.	180	5.600	5.860	40.200	236.000	0.050	0.900	0.040	0.750	11.560		1.100	1.100
Чай с лимоном	1-4 классы	629 сб.1996г.	187	0.243	0.046	13.761	53.710	0.003	2.801			3.111	1.540	0.840	0.090
	5-11 классы	629 сб.1996г.	187	0.243	0.046	13.761	53.710	0.003	2.801			3.111	1.540	0.840	0.090
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1.520	0.180	9.940	45.200	0.022			0.280	4.000	13.000	2.800	0.180
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	025	2.280	0.270	14.910	67.800	0.033			0.500	6.000	19.500	4.200	0.270
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1.102	0.200	6.416	38.000	0.016			0.280	4.200	17.400	3.800	0.400
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	025	1.653	0.300	9.624	57.000	0.024			0.500	6.300	26.100	5.700	0.600
ИТОГО:	Завтрак	1-4 классы	500	15.720	16.328	91.789	565.038	0.202	5.710	0.030	2.268	52.337	115.742	31.891	38.991
		5-11 классы	560	21.224	21.167	108.763	657.765	0.264	6.010	0.034	3.120	62.325	136.060	35.957	30.212
	Обед	1-4 классы	727	21.181	24.450	98.480	680.632	0.254	25.921	0.054	6.334	49.651	136.268	46.022	39.826
		5-11 классы	867	27.062	34.309	127.732	878.015	0.351	34.821	0.077	5.303	67.590	179.594	63.876	31.725

Циклическое меню на 2024/2025 уч.год с 01.09.2024 г.

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо

Вторник		1-я неделя		Завтрак												
Каша вязкая из 2-х круп (ячнево-пшеничная)	1-4 классы	СТО 71063300-003-2012	245	6.68	13.70	27.54	451	0.081		0.040	0.680	9.270	42.180	14.560	1.105	
	5-11 классы	СТО 71063300-003-2012	265	8.000	16.440	33.000	541	0.097		0.040	0.769	10.603	50.216	17.412	1.316	
Какао	1-4 классы	762Сб.1997г.	200	1.900	1.850	10.090	101.385	0.020	0.650	0.020	0.081	60.150	45.000	7.000	0.050	
	5-11 классы	762Сб.1997г.	200	1.900	1.850	10.090	101.385	0.020	0.650	0.020	0.081	60.150	45.000	7.000	0.050	
Кондитерское изделие (пастила фруктовая)	1-4 классы	ПР	25	2.4	0	59.00	263									
	5-11 классы	ПР	25	2.4	0	59.00	263									
Батон	1-4 классы	ГОСТ 31805-2018	030	3.160	0.400	20.760	94.400	0.060			1.000	10.000	32.800	13.200	0.600	
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2018	060	3.950	0.500	25.950	118.000	0.075			1.250	12.500	41.000	16.500	0.750	
Вторник		1-я неделя		Обед												
Салат из моркови и яблок	1-4 классы	11 Сб.2008г.	060	0.512	6.031	8.678	93.000	0.024	2.154		2.751	18.702	21.210	15.708	0.085	
	5-11 классы	11 Сб.2008г.	100	0.853	7.750	14.464	149.000	0.040	3.590		4.584	31.170	35.350	26.180	0.142	
Борщ с капустой и картофелем,со сметаной	1-4 классы	110 Сб.1996г.	210	3.833	5.522	11.708	96.080	0.048	16.830	0.006	1.819	37.900	45.972	27.120	56.044	
	5-11 классы	110 Сб.1996г.	260	4.217	6.528	14.562	117.200	0.060	21.025	0.006	2.270	45.125	55.915	33.650	70.053	
Плов из птицы (филе куриное)	1-4 классы	893 Сб1998г.	200	18.742	15.244	45.518	376.844	0.103	1.940	0.025	3.880	29.964	200.972	34.006	2.076	
	5-11 классы	893 Сб.1998г.	210	19.000	16.000	47.000	402.000	0.103	1.940	0.025	3.880	29.964	200.972	34.006	2.076	
Компот из кураги	1-4 классы	507 сб. 2018 г.	200	1.040	0.000	30.960	123.000	0.020	0.010	0.000	0.000	32.400	29.200	21.000	0.700	
	5-11 классы	507 сб. 2018 г.	200	1.040	0.000	30.960	123.000	0.020	0.010	0.000	0.000	32.400	29.200	21.000	0.700	
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1.520	0.180	9.940	45.200	0.022			0.280	4.000	13.000	2.800	0.180	
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2.280	0.270	14.910	67.800	0.033			0.500	6.000	19.500	4.200	0.270	
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1.102	0.200	6.416	38.000	0.016			0.280	4.200	17.400	3.800	0.400	
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1.653	0.300	9.624	57.000	0.024			0.500	6.300	26.100	5.700	0.600	
ИТОГО:	Завтрак	1-4 классы	500	14.14	15.95	117.39	772.12	0.16	0.65	0.06	1.76	79.42	119.98	34.76	1.76	
		5-11 классы	550	16.25	18.79	128.04	916.00	0.19	0.65	0.06	2.10	83.25	136.22	40.91	2.12	
	Обед	1-4 классы	710	26.75	27.18	113.22	679.12	0.23	20.93	0.03	9.01	127.17	327.75	104.43	59.49	
		5-11 классы	830	29.04	30.85	131.52	916.00	0.28	26.57	0.03	11.73	150.96	367.04	124.74	73.84	

Циклическое меню на 2024/2025 уч.год с 01.09.2024 г.

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)					
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо		
Среда		1-я неделя		Завтрак												
Огурцы солёные	1-4 классы	24 Сб.1996г.	020	0.560		0.260	3.220						10.000	8.000		0.480
	5-11 классы	24 Сб.1996г.	020	0.560		0.260	3.220						10.000	8.000		0.480
Гуляш из птицы (филе	1-4 классы	428 Сб.1996г.	90	4.78	4.24	1.42	163	0.103	1.940	0.025	3.880	29.964	200.972	34.006	2.076	

куриное)	5-11 классы	428 С6.1996г.	100	4.78	4.24	1.42	163	0.103	1.940	0.025	3.880	29.964	200.972	34.006	2.076
Макаронные изделия отварные	1-4 классы	205 С6. 2011 г.	150	5.28	4.89	33.46	199.490	0.010	0.010	0.010	0.400	8.270	6.890	1.600	0.060
	5-11 классы	205 С6. 2011 г.	180	6.340	5.870	40.150	239.380	0.012	0.012	0.012	0.480	9.920	8.260	1.920	0.072
Чай с сахаром	1-4 классы	628 С6.1996г.	200	0.200	0.051	15.010	57.267		0.001			0.346			0.053
	5-11 классы	628 С6.1996г.	200	0.200	0.051	15.010	57.267		0.001			0.346			0.053
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1.520	0.180	9.940	45.200	0.022			0.280	4.000	13.000	2.800	0.180
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	025	1.900	0.250	12.425	56.500	0.028			0.420	5.000	16.250	3.500	0.225
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1.102	0.200	6.416	38.000	0.016			0.280	4.200	17.400	3.800	0.400
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	025	1.378	0.250	8.020	47.500	0.020			0.420	5.250	21.750	4.750	0.500
Среда		1-я неделя		Обед											
Винегрет овощной	1-4 классы	60 С6.1996г.	060	1.167	6.193	5.485	79.707	0.035	5.520		2.696	14.130	26.268	12.198	0.490
	5-11 классы	60 С6.1996г.	100	1.945	8.321	9.142	132.845	0.058	9.200		4.494	23.550	43.780	20.330	0.816
Суп картофельный с горохом	1-4 классы	138 С6.1996г.	200	5.933	5.378	23.215	159.475	0.253	11.625		4.019	32.275	86.875	35.250	1.945
	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	35.250	1.945
Стейк (Шницель) из курицы с соусом	1-4 классы	520 С6.1997г.	090	11.648	8.565	2.097	169.992	0.006	0.960	0.003	1.306	2.764	5.192	2.472	36.838
	5-11 классы	520 С6.1997г.	100	12.895	9.188	5.094	207.500	0.004	0.720	0.002	1.798	2.073	3.894	1.854	27.628
Капуста тушеная	1-4 классы	628 С6.1996г.	150	2.700	1.800	7.000	61.000	0.058	9.200		4.494	23.550	43.780	20.330	0.816
	5-11 классы	628 С6.1996г.	180	3.600	2.600	10.000	76.000	0.058	9.200		4.494	23.550	43.780	20.330	0.816
Компот из сухофруктов	1-4 классы	283 С6.2008г.	180	0.878		32.139	126.104	0.005	0.549			30.740	21.137	16.470	4.158
	5-11 классы	283 С6.2008г.	180	0.878		32.139	126.104	0.005	0.549			30.740	21.137	16.470	4.158
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1.520	0.180	9.940	45.200	0.022			0.280	4.000	13.000	2.800	0.180
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	025	2.280	0.270	14.910	67.800	0.033			0.500	6.000	19.500	4.200	0.270
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1.102	0.200	6.416	38.000	0.016			0.280	4.200	17.400	3.800	0.400
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	025	1.653	0.300	9.624	57.000	0.024			0.500	6.300	26.100	5.700	0.600
ИТОГО:	Завтрак	1-4 классы	500	13.44	9.56	66.51	506.18	0.15	1.95	0.04	4.84	56.78	246.26	42.21	3.25
		5-11 классы	550	15.16	10.66	77.29	566.87	0.16	1.95	0.04	5.20	60.48	255.23	44.18	3.41
	Обед	1-4 классы	720	24.95	22.32	86.29	679.48	0.40	27.85	0.00	13.08	111.66	213.65	93.32	44.83
		5-11 классы	860	29.18	26.06	104.12	826.72	0.44	31.29	0.00	15.81	124.49	245.07	104.13	36.23

Циклическое меню на 2024/2025 уч.год с 01.09.2024 г.

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)					
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо		
Четверг		1-я неделя		Завтрак												
Овощи свежие порциями	1-4 классы	24 С6.1996г.	020	0.22	0.04	0.76	4						10.000	8.000		0.480
	5-11 классы	24 С6.1996г.	040	0.44	0.08	0.15	8						10.000	8.000		0.480
Рыба, тушенная в томате с овощами	1-4 классы	309 С6. 1996г.	90	8.330	10.229	5.112	92.600	0.056	3.700		1.276	14.540	19.460	39.142	92.485	
	5-11 классы	309 С6.1996г.	100	10.261	12.642	5.112	107.499	0.066	3.700		2.255	14.540	19.460	46.062	92.582	
Картофельное пюре	1-4 классы	472 С6.1996г.	150	3.263	4.497	26.370	154.200	0.161	25.875	0.026	0.144	41.310	95.910	32.805	1.390	

Компот из свежих яблок	5-11 классы	472 Сб.1996г.	180	3.916	5.396	31.644	185.040	0.193	31.050	0.031	0.172	49.572	115.092	39.366	1.668	
	1-4 классы	702 Сб.1997г.	200	0.080		33.552	137.760	0.004	0.720			0.480	2.400	4.000	0.152	
	5-11 классы	702 Сб.1997г.	200	0.080		33.552	137.760	0.004	0.720			0.480	2.400	4.000	0.152	
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1.520	0.180	9.940	45.200	0.022			0.280	4.000	13.000	2.800	0.180	
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	025	1.900	0.250	12.425	56.500	0.028			0.420	5.000	16.250	3.500	0.225	
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1.102	0.200	6.416	38.000	0.016			0.280	4.200	17.400	3.800	0.400	
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	025	1.378	0.250	8.020	47.500	0.020			0.420	5.250	21.750	4.750	0.500	
Четверг		1-я неделя			Обед											
Салат " Бурячок"	1-4 классы	37 Сб.2015г.	060	1.320	3.720	5.680	60.000	0.044	7.078			0.813	12.707	28.457	10.584	0.533
	5-11 классы	37 Сб.2015г.	100	2.100	6.800	2.800	100.000	0.073	11.796			1.354	21.177	47.427	17.639	0.888
Щи из свежей капусты с картофелем,со сметаной	1-4 классы	120 Сб.1996г.	210	1.804	5.530	8.801	85.780	0.066	26.510	0.006	1.774	37.540	43.204	18.240		
	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	22.550		
Голубцы ленивые с соусом	1-4 классы	423 Сб.1996г.	090	8.944	10.030	9.974	133.166	0.020	1.160	0.003	1.306	5.792	14.492	4.558	36.970	
	5-11 классы	423 Сб.1996г.	100	11.340	13.566	12.404	175.920	0.025	1.020	0.002	2.210	6.539	3.894	4.846	27.818	
Каша гречневая вязкая	1-4 классы	171 сб. 1996г.	150	7.700	5.380	26.320	232.580	0.255		0.021		30.390	154.620	0.158	2.990	
	5-11 классы	171 сб. 1996г.	180	8.715	6.46	32.561	278.971	0.306		0.025		36.456	185.444	0.189	3.58	
Чай с сахаром	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0.200	0.051	15.010	57.267		0.001			0.346			0.053	
	5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0.200	0.051	15.010	57.267		0.001			0.346			0.053	
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1.520	0.180	9.940	45.200	0.022			0.280	4.000	13.000	2.800	0.180	
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2.280	0.270	14.910	67.800	0.033			0.500	6.000	19.500	4.200	0.270	
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1.102	0.200	6.416	38.000	0.016			0.280	4.200	17.400	3.800	0.400	
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1.653	0.300	9.624	57.000	0.024			0.500	6.300	26.100	5.700	0.600	
ИТОГО:	Завтрак	1-4 классы	500	14.52	15.146	82.150	471.760	0.259	30.295	0.026	1.980	74.530	156.170	82.547	95.087	
		5-11 классы	570	17.975	18.618	90.903	542.299	0.311	35.470	0.031	3.267	84.842	182.952	97.678	95.607	
	Обед	1-4 классы	750	22.590	25.091	82.141	651.993	0.423	34.749	0.030	4.453	94.975	271.173	40.140	41.126	
		5-11 классы	900	28.469	33.985	98.238	841.283	0.543	45.942	0.033	6.778	121.493	334.820	55.124	33.209	

Цикличное меню на 2024/2025 уч.год с 01.09.2024 г.

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Пятница		1-я неделя			Завтрак										
Фрукты	1-4 классы	24 сб.1996г.	100	0.600		14.700	60.000								
	5-11 классы	24 сб.1996г.	100	0.600		14.700	60.000								
Каша молочная жидкая - Дружба- с маслом, сахаром	1-4 классы	102 Сб.2008г.	220	8.291	6.584	24.037	258.000	0.081		0.040	0.680	9.270	42.180	14.560	1.105
	5-11 классы	102 Сб.2008г.	260	10.598	7.324	31.238	265.000	0.097		0.040	0.769	10.603	50.216	17.412	1.316
Чай с лимоном	1-4 классы	629 сб.1996г.	187	0.243	0.046	13.761	53.710	0.003	2.801			3.111	1.540	0.840	0.090
	5-11 классы	629 сб.1996г.	187	0.243	0.046	13.761	53.710	0.003	2.801			3.111	1.540	0.840	0.090
Батон	1-4 классы	ГОСТ 31805-2018	030	3.160	0.400	20.760	98.600	0.060			1.000	10.000	32.800	13.200	0.600
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2018	040	3.950	0.500	25.950	118.000	0.075			1.250	12.500	41.000	16.500	0.750

Пятница		1-я неделя		Обед											
Салат "Витаминный"	1-4 классы	63 С6.1997г.	060	0.929	3.003	5.968	53.564	0.032	23.950		1.298	24.878	17.963	9.848	
	5-11 классы	63 С6.1997г.	100	1.550	5.005	9.951	89.292	0.053	39.950		2.163	41.494	29.959	16.424	
Рассольник ленинградский со сметаной	1-4 классы	42 С6.2008г.	210	2.288	5.588	16.298	116.572	0.085	12.850	0.006	1.771	24.280	54.000	19.240	0.808
	5-11 классы	42 С6.2008г.	260	2.785	6.610	20.300	142.815	0.106	16.050	0.006	2.211	28.100	65.950	23.800	1.007
Крокеты с соусом	1-4 классы	202 С6.2008г.	090	10.802	10.114	13.843	163.904	0.022	2.460	0.003	1.306	8.822	20.641	5.957	37.071
	5-11 классы	202 С6.2008г.	100	13.301	12.414	15.784	200.764	0.027	2.820	0.002	1.798	10.677	25.617	6.746	27.956
Макаронные изделия отварные с овощами	1-4 классы	205 С6. 2011 г.	150	5.28	4.89	33.46	199.490	0.010	0.010	0.010	0.400	8.270	6.890	1.600	
	5-11 классы	205 С6. 2011 г.	180	6.340	5.870	40.150	239.380	0.012	0.012	0.012	0.480	9.920	8.260	1.920	
Напиток из шиповника	1-4 классы	289 С6.2008г.	180	0.720		24.273	96.705	0.027	216.000		0.308	12.150	3.600	3.600	5.081
	5-11 классы	289 С6.2008г.	180	0.720		24.273	96.705	0.027	216.000		0.308	12.150	3.600	3.600	5.081
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1.520	0.180	9.940	45.200	0.022			0.280	4.000	13.000	2.800	0.180
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2.280	0.270	14.910	67.800	0.033			0.500	6.000	19.500	4.200	0.270
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1.102	0.200	6.416	38.000	0.016			0.280	4.200	17.400	3.800	0.400
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1.653	0.300	9.624	57.000	0.024			0.500	6.300	26.100	5.700	0.600
ИТОГО:	Завтрак	1-4 классы	537	12.29	7.03	73.26	470.31	0.14	2.80	0.04	1.68	22.38	76.52	28.60	1.80
		5-11 классы	587	15.39	7.87	85.65	496.71	0.18	2.80	0.04	2.02	26.21	92.76	34.75	2.16
	Обед	1-4 классы	730	22.641	23.975	110.198	713.435	0.214	255.270	0.019	5.643	86.600	133.494	46.845	43.540
		5-11 классы	880	28.629	30.469	134.992	893.756	0.282	274.832	0.020	7.960	114.641	178.986	62.390	34.914

Цикличное меню на 2024/2025 уч.год с 01.09.2024 г.

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)					
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо		
Понедельник		2-я неделя		Завтрак												
Кондитерские изделия (в индив. упаковке)	1-4 классы	29 С6.1997г.	050	1.600	16.000	30.140	263.000									
	5-11 классы	29 С6.1997г.	050	1.600	16.000	30.140	263.000									
Каша "Янтарная" из пшена с яблоками	1-4 классы	102 С6.2008г.	210	8.291	6.584	24.037	215.300	0.081		0.040	0.680	9.270	42.180	14.560	1.105	
	5-11 классы	102 С6.2008г.	250	10.598	7.324	31.238	240.936	0.097		0.040	0.769	10.603	50.216	17.412	1.316	
Чай с сахаром	1-4 классы	628 С6.1996г.	200	0.200	0.051	15.010	57.267		0.001			0.346			0.053	
	5-11 классы	628 С6.1996г.	200	0.200	0.051	15.010	57.267		0.001			0.346			0.053	
Батон	1-4 классы	ГОСТ 31805-2018	040	3.160	0.400	20.760	94.400	0.060				1.000	10.000	32.800	13.200	0.600
	5-11 классы	ГОСТ 31805-2018	050	3.950	0.500	25.950	118.000	0.075				1.250	12.500	41.000	16.500	0.750
Понедельник		2-я неделя		Обед												
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	3.060	12.196	82.032	0.073	11.796			1.354	21.177	47.427	17.639	0.888
Суп Любительский с гречкой	1-4 классы		200	2.000	2.100	15.300	78.000	0.066	26.510	0.006	1.774	37.540	43.204	18.240		

	5-11 классы		250	2.950	3.000	18.470	115.000	0.082	33.125	0.006	2.214	44.675	52.455	22.550	
Тeftели с соусом	1-4 классы	423 С6.1996г.	090	6.802	7.114	9.623	121.904	0.022	2.460		2.146	8.822	20.641	5.957	37.071
	5-11 классы	423 С6.1996г.	100	7.201	9.414	11.784	158.764	0.027	2.820		2.554	10.677	25.617	6.746	27.956
Пюре из гороха	1-4 классы	270 С6.1996г.	150	16.131	4.924	40.245	260.29	0.629		0.021		63.42	158.888	61.617	4.899
	5-11 классы	270 С6.1996г.	180	17.358	8.908	48.015	312.349	0.755		0.025		76.103	190.671	73.942	5.879
Компот из сухофруктов	1-4 классы	283 С6.2008г.	180	0.878		32.139	126.104	0.005	0.549			30.740	21.137	16.470	4.158
	5-11 классы	283 С6.2008г.	180	0.878		32.139	126.104	0.005	0.549			30.740	21.137	16.470	4.158
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1.520	0.180	9.940	45.200	0.022			0.280	4.000	13.000	2.800	0.180
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2.280	0.270	14.910	67.800	0.033			0.500	6.000	19.500	4.200	0.270
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1.102	0.200	6.416	38.000	0.016			0.280	4.200	17.400	3.800	0.400
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1.653	0.300	9.624	57.000	0.024			0.500	6.300	26.100	5.700	0.600
ИТОГО:	Завтрак	1-4 классы	500	13.25	23.04	89.95	629.97	0.14	0.00	0.04	1.68	19.62	74.98	27.76	1.76
		5-11 классы	550	16.35	23.88	102.338	679.203	0.172	0.001	0.040	2.019	23.449	91.216	33.912	2.119
	Обед	1-4 классы	720	29.71	16.35	120.98	718.71	0.80	36.60	0.03	5.29	161.43	302.73	119.47	47.24
		5-11 классы	870	34.45	24.95	147.14	919.05	1.00	48.29	0.03	7.12	195.67	382.91	147.25	39.75

Циклическое меню на 2024/2025 уч.год с 01.09.2024 г.

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)					
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо		
Вторник	2-я неделя															
Икра кабачковая(порционно)	1-4 классы	31 С6.1997г.	020	0.400	1.800	1.720	24.400	0.004	1.400				8.200	13.400	7.000	1.400
	5-11 классы	31 С6.1997г.	030	0.600	2.700	2.580	36.600	0.006	2.100				12.300	20.100	10.500	2.100
Котлеты Куриные с соусом	1-4 классы	423 С6.1996г.	090	8.944	10.030	9.974	133.166	0.020	1.160	0.003	1.306	5.792	14.492	4.558	36.970	
	5-11 классы	423 С6.1996г.	100	11.340	13.566	12.404	175.920	0.025	1.020	0.002	2.210	6.539	3.894	4.846	27.818	
Каша гречневая вязкая	1-4 классы	171 сб. 1996г.	150	7.700	5.380	26.320	232.580	0.255			0.021		30.390	154.620	0.158	2.990
	5-11 классы	171 сб. 1996г.	180	8.715	6.46	32.561	278.971	0.306			0.025		36.456	185.444	0.189	3.58
Напиток из шиповника	1-4 классы	289 С6.2008г.	200	0.720		24.273	96.705	0.027	216.000			0.308	12.150	3.600	3.600	5.081
	5-11 классы	289 С6.2008г.	200	0.720		24.273	96.705	0.027	216.000			0.308	12.150	3.600	3.600	5.081
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1.520	0.180	9.940	45.200	0.022				0.280	4.000	13.000	2.800	0.180
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	025	1.900	0.250	12.425	56.500	0.028				0.420	5.000	16.250	3.500	0.225
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1.102	0.200	6.416	38.000	0.016				0.280	4.200	17.400	3.800	0.400
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	025	1.378	0.250	8.020	47.500	0.020				0.420	5.250	21.750	4.750	0.500
Вторник	2-я неделя															
Салат из свеклы с чесноком	1-4 классы	23 С6.2008г.	060	0.969	6.997	6.156	109.330	0.011	5.700			1.340	21.090	24.510	24.510	
	5-11 классы	23 С6.2008г.	100	1.615	8.995	10.260	145.550	0.019	9.500			2.233	35.150	40.850	40.850	
Суп крестьянский с крупой	1-4 классы	132 С6.1996г.	200	2.140	2.240	13.710	122.200	0.090	6.600			1.550	20.880	66.120	22.800	1.040
	5-11 классы	132 С6.1996г.	250	3.893	4.406	13.113	152.750	0.110	8.250			1.937	26.100	82.650	28.500	1.300

Азу с говядиной	1-4 классы	402 сб. 2015 г.	200	16.020	18.000	15.930	299.600	0.100	6.300	0.009	3.690	23.400	184.500	37.800	
	5-11 классы	402 сб. 2015 г.	230	20.470	23.000	20.350	380.000	0.130	8.000	0.012	4.700	29.900	236.000	48.300	
Чай с лимоном	1-4 классы	629 сб.1996г.	207	0.243	0.046	13.761	53.710	0.003	2.801			3.111	1.540	0.840	0.090
	5-11 классы	629 сб.1996г.	207	0.243	0.046	13.761	53.710	0.003	2.801			3.111	1.540	0.840	0.090
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1.520	0.180	9.940	45.200	0.022			0.280	4.000	13.000	2.800	0.180
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2.280	0.270	14.910	67.800	0.033			0.500	6.000	19.500	4.200	0.270
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1.102	0.200	6.416	38.000	0.016			0.280	4.200	17.400	3.800	0.400
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1.653	0.300	9.624	57.000	0.024			0.500	6.300	26.100	5.700	0.600
ИТОГО:	Завтрак	1-4 классы	500	20.39	17.59	78.64	570.05	0.34	218.56	0.02	2.17	64.73	216.51	21.92	47.02
		5-11 классы	560	24.65	23.23	92.26	692.20	0.41	219.12	0.03	3.36	77.70	251.04	27.39	39.30
	Обед	1-4 классы	707	19.99	15.79	76.92	545.65	0.34	217.16	0.02	2.17	56.53	203.11	14.92	45.62
		5-11 классы	847	30.15	37.02	82.02	856.81	0.32	28.55	0.01	9.87	106.56	406.64	128.39	2.26

Циклическое меню на 2024/2025 уч.год с 01.09.2024 г.

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо	
Среда	2-я неделя	Завтрак													
Йогурт	1-4 классы	ТУ 10.51.56-045-18255315-2017	100	5.000	1.500	3.500	51.000	0.030	0.600	0.010		124.000	95.000	15.000	0.100
	5-11 классы	ТУ 10.51.56-045-18255315-2017	100	5.000	1.500	3.500	51.000	0.030	0.600	0.010		124.000	95.000	15.000	0.100
Оладьи с молоком сгущенным	1-4 классы	682 Сб.1996г.	200	10.690	14.398	64.563	430.594	0.216	1.238	0.044	3.922	216.692	238.287	40.677	2.361
	5-11 классы	682 Сб.1996г.	250	14.655	17.904	81.148	564.348	0.273	1.520	0.054	5.025	256.679	290.726	49.870	3.021
Фруктовый чай	1-4 классы	629 сб.1996г.	200	0.600	0.400	10.400	47.600	0.003	2.801			3.111	1.540	0.840	0.090
	5-11 классы	629 сб.1996г.	200	0.600	0.400	10.400	47.600	0.003	2.801			3.111	1.540	0.840	0.090
Среда	2-я неделя	Обед													
Салат из помидор и огурцов	1-4 классы	62 Сб.1997г.	060	0.75	0.06	7.14	31	0.024	2.154		2.751	18.702	21.210	15.708	0.085
	5-11 классы	62 Сб.1997г.	100	1.500	0.110	14.000	59.000	0.040	3.590		4.584	31.170	35.350	26.180	0.142
Борщ с фасолью со сметаной	1-4 классы	102 сб.2015 г.	210	5.100	3.600	14.800	112.800	0.128	9.300	0.168	0.240	40.000	111.200	30.400	1.520
	5-11 классы	102 сб.2015 г.	260	6.400	4.500	18.600	141.000	0.160	11.620	0.210	0.300	50.000	139.000	38.000	1.900
Биточки с соусом	1-4 классы	423 Сб.1996г.	90	10.843	10.030	9.974	133.166	0.020	1.160	0.003	1.306	5.792	14.492	4.558	36.970
	5-11 классы	423 Сб.1996г.	100	12.665	13.566	12.404	175.920	0.025	1.020	0.002	2.210	6.539	3.894	4.846	27.818
Макаронные изделия отварные	1-4 классы	205 Сб. 2011 г.	150	5.28	4.89	33.46	203.000	0.010	0.010	0.010	0.400	8.270	6.890	1.600	0.060
	5-11 классы	205 Сб. 2011 г.	180	6.340	5.870	40.150	239.380	0.012	0.012	0.012	0.480	9.920	8.260	1.920	0.072
Компот из свежих яблок	1-4 классы	702 Сб.1997г.	180	0.080		33.552	137.760	0.004	0.720			0.480	2.400	4.000	0.152
	5-11 классы	702 Сб.1997г.	180	0.080		33.552	137.760	0.004	0.720			0.480	2.400	4.000	0.152
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1.520	0.180	9.940	45.200	0.022			0.280	4.000	13.000	2.800	0.180

	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2.280	0.270	14.910	67.800	0.033			0.500	6.000	19.500	4.200	0.270
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1.102	0.200	6.416	38.000	0.016			0.280	4.200	17.400	3.800	0.400
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1.653	0.300	9.624	57.000	0.024			0.500	6.300	26.100	5.700	0.600

ИТОГО:	Завтрак	1-4 классы	500	16.290	16.298	78.463	529.194	0.249	4.639	0.054	3.922	343.803	334.827	56.517	2.551
		5-11 классы	550	20.255	19.804	95.048	662.948	0.306	4.921	0.064	5.025	383.790	387.266	65.710	3.211
	Обед	1-4 классы	730	24.675	18.960	115.282	700.926	0.224	13.344	0.181	5.257	81.444	186.592	62.866	39.367
		5-11 классы	880	29.418	24.62	143.24	877.86	0.30	16.96	0.22	8.57	110.41	234.50	84.85	30.95

Циклическое меню на 2024/2025 уч.год с 01.09.2024 г.

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)					
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо		
Четверг		2-я неделя		Завтрак												
Огурцы солёные	1-4 классы	24 Сб.1996г.	040	1.120		0.520	6.440						10.000	8.000		0.480
	5-11 классы	24 Сб.1996г.	040	1.120		0.520	6.440						10.000	8.000		0.480
Плов из говядины	1-4 классы	193 Сб.2008г.	200	14.671	16.213	40.528	362.073	0.106	2.697		2.849	33.235	68.123	21.137	3.101	
	5-11 классы	193 Сб.2008г.	250	17.996	17.934	54.034	433.536	0.126	3.595		3.650	41.941	90.771	27.628	3.449	
Компот из кураги	1-4 классы	507 сб. 2018 г.	200	1.040	0.000	30.960	123.000	0.020	0.010	0.000	0.000	32.400	29.200	21.000	0.700	
	5-11 классы	507 сб. 2018 г.	200	1.040	0.000	30.960	123.000	0.020	0.010	0.000	0.000	32.400	29.200	21.000	0.700	
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	030	2.280	0.270	14.910	67.800	0.033			0.500	6.000	19.500	4.200	0.270	
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2.280	0.270	14.910	67.800	0.033			0.500	6.000	19.500	4.200	0.270	
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1.653	0.300	9.624	57.000	0.024			0.500	6.300	26.100	5.700	0.600	
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1.653	0.300	9.624	57.000	0.024			0.500	6.300	26.100	5.700	0.600	
Четверг		2-я неделя		Обед												
Салат из б/к капусты	1-4 классы	62 Сб.1997г.	060	0.900	3.003	5.968	53.564	0.032	23.950		1.298	24.878	17.963	9.848	0.489	
	5-11 классы	62 Сб.1997г.	100	1.340	5.005	9.951	89.292	0.053	39.950		2.163	41.494	29.959	16.424	0.816	
		107 сб. 2015 г.	200	3.800	3.340	11.400	94.000	0.048	3.680	102.000	0.000	10.400	36.000	12.800	0.540	
Суп с клецками со сметаной	1-4 классы	107 сб. 2015 г.	250	5.800	4.170	14.250	117.500	0.060	4.600	127.750	0.000	13.000	45.000	16.000	0.670	
	5-11 классы	107 сб. 2015 г.	250	5.800	4.170	14.250	117.500	0.060	4.600	127.750	0.000	13.000	45.000	16.000	0.670	
Палочки с крупой с соусом	1-4 классы	428 Сб.1996г.	90	7.630	10.170	9.450	158.000	0.022	1.150	0.003	1.306	5.957	15.412	4.748	36.981	
	5-11 классы	428 Сб.1996г.	100	11.355	13.566	12.415	176.020	0.025	0.970	0.002	1.798	6.379	17.384	4.856	27.818	
Каша гречневая рассыпчатая	1-4 классы	463 Сб.1996г.	150	7.716	5.384	26.323	232.585	0.255		0.021	4.160	30.396	154.621	0.158	2.990	
	5-11 классы	463 Сб.1996г.	180	8.715	6.460	32.561	278.971	0.306		0.025	4.989	36.456	185.444	0.189	3.58	
Чай с сахаром	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0.200	0.051	15.010	57.267		0.001		0.346				0.053	
	5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0.200	0.051	15.010	57.267		0.001		0.346				0.053	
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1.520	0.180	9.940	45.200	0.022			0.280	4.000	13.000	2.800	0.180	
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2.280	0.270	14.910	67.800	0.033			0.500	6.000	19.500	4.200	0.270	

Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1.102	0.200	6.416	38.000	0.016			0.280	4.200	17.400	3.800	0.400
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1.653	0.300	9.624	57.000	0.024			0.500	6.300	26.100	5.700	0.600
ИТОГО:	Завтрак														
		1-4 классы	500	20.764	22.328	84.507	678.616	0.395	28.781	102.024	7.324	80.177	254.396	34.154	41.633
		5-11 классы	550	24.089	18.504	110.048	687.776	0.203	3.605	0.000	4.650	96.641	173.571	58.528	5.499
	Обед														
		1-4 классы	740	22.868	22.328	84.507	678.616	0.395	28.781	102.024	7.324	80.177	254.396	34.154	41.633
		5-11 классы	890	31.343	29.822	108.721	843.850	0.501	45.521	127.777	9.950	109.975	323.387	47.369	33.807

Цикличное меню на 2024/2025 уч.год с 01.09.2024 г.

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)					
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Кальций	Фосфор	Магний	Железо		
Пятница		2-я неделя		Завтрак												
Сыр полутвердый (порционно)	1-4 классы	СТО 71063300-003-	16	3.58	3.50	0.00	47	0.010	0.320	0.090	0.060	200.000	108.000	10.000		
	5-11 классы	СТО 71063300-003-	16	3.58	3.50	0.00	47	0.010	0.320	0.090	0.060	200.000	108.000	10.000		
Голубцы ленивые с соусом	1-4 классы	423 Сб.1996г.	090	8.944	10.030	9.974	133.166	0.020	1.160	0.003	1.306	5.792	14.492	4.558	36.970	
	5-11 классы	423 Сб.1996г.	100	11.340	13.566	12.404	175.920	0.025	1.020	0.002	2.210	6.539	3.894	4.846	27.818	
Макаронные изделия отварные с овощами	1-4 классы	205 Сб. 2011 г.	150	5.28	4.89	33.46	199.490	0.010	0.010	0.010	0.400	8.270	6.890	1.600	0.060	
	5-11 классы	205 Сб. 2011 г.	180	6.340	5.870	40.150	239.380	0.012	0.012	0.012	0.480	9.920	8.260	1.920	0.072	
Чай с лимоном	1-4 классы	629 сб.1996г.	207	0.243	0.046	13.761	53.710	0.003	2.801			3.111	1.540	0.840	0.090	
	5-11 классы	629 сб.1996г.	207	0.243	0.046	13.761	53.710	0.003	2.801			3.111	1.540	0.840	0.090	
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1.520	0.180	9.940	45.200	0.022				0.280	4.000	13.000	2.800	0.180
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	025	1.900	0.225	12.425	56.500	0.028				0.420	5.000	16.250	3.500	0.225
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1.102	0.200	6.416	38.000	0.016				0.280	4.200	17.400	3.800	0.400
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	025	1.378	0.250	8.020	47.500	0.020				0.420	5.250	21.750	4.750	0.500
Пятница		2-я неделя		Обед												
Винегрет овощной	1-4 классы	60 Сб.1996г.	060	1.167	6.193	5.485	79.707	0.035	5.520			2.696	14.130	26.268	12.198	0.490
	5-11 классы	60 Сб.1996г.	100	1.945	8.321	9.142	132.845	0.058	9.200			4.494	23.550	43.780	20.330	0.816
Щи из свежей капусты с картофелем,со сметаной	1-4 классы	120 Сб.1996г.	210	1.804	5.530	8.801	85.780	0.066	26.510	0.006	1.774	37.540	43.204	18.240		
	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	22.550		
Котлеты рыбные любительские с соусом	1-4 классы	162 Сб.2008г.	90	9.080	5.499	9.271	220.000	0.057	1.845	0.022	1.717	14.986	29.764	31.461	28.195	
	5-11 классы	162 Сб.2008г.	100	10.384	7.516	12.206	250.000	0.078	2.295	0.03	2.39	20.153	40.117	43.305	28.422	
Картофельное пюре	1-4 классы	472 Сб.1996г.	150	3.263	4.497	26.370	154.200	0.161	25.875	0.026	0.144	41.310	95.910	32.805	1.390	
	5-11 классы	472 Сб.1996г.	180	3.916	5.396	31.644	185.040	0.193	31.050	0.031	0.172	49.572	115.092	39.366	1.668	
Фруктовый чай	1-4 классы	629 сб.1996г.	200	0.600	0.400	10.400	47.600	0.003	2.801			3.111	1.540	0.840	0.090	
	5-11 классы	629 сб.1996г.	200	0.600	0.400	10.400	47.600	0.003	2.801			3.111	1.540	0.840	0.090	
Хлеб пшеничный	1-4 классы	ГОСТ 27844-88	020	1.520	0.180	9.940	45.200	0.022				0.280	4.000	13.000	2.800	0.180
	5-11 классы	ГОСТ 27844-88	030	2.280	0.270	14.910	67.800	0.033				0.500	6.000	19.500	4.200	0.270
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	020	1.102	0.200	6.416	38.000	0.016				0.280	4.200	17.400	3.800	0.400
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	030	1.653	0.300	9.624	57.000	0.024				0.500	6.300	26.100	5.700	0.600
ИТОГО:	Завтрак															
		1-4 классы	503	20.669	18.846	73.551	516.966	0.081	4.291	0.103	2.326	225.373	161.322	23.598	37.700	

		5-11 классы	553	24.781	23.457	86.760	620.410	0.098	4.153	0.104	3.590	229.820	159.694	25.856	28.705
	Обед	1-4 классы	750	18.536	22.499	76.683	670.487	0.360	62.551	0.054	6.891	119.277	227.086	102.144	30.745
		5-11 классы	900	21.201	28.741	98.855	844.610	0.471	78.471	0.067	10.270	153.361	298.584	136.291	31.866