

СОГЛАСОВАНО:  
Директор ГБОУ СОШ (ООШ)



*[Handwritten signature]*  
«    »                      20    г.

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор  
ООО «Детское питание»  
Колыдаева Т.А.



«    »                      20    г.

**Примерное циклическое меню  
для организации питания  
в ГБОУ С(О)ОШ с. \_\_\_\_\_  
Ставропольского района  
на 2024/2025 уч.год.  
(сахарный диабет)  
осенне-зимний период**

**Циклическое меню на 2024/2025 уч.год (сахарный диабет)**

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценнос	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Белки	Жиры	Углево		В1	С	А	Е	Кальци	Фосф	Магний	Железо	
<b>Понедельник</b>		<b>1-я неделя</b>		<b>Завтрак</b>											
Огурцы маринованные в лимонной заливке	1-4 классы	24 Сб.1996г.	20	0,56	0,26	3,22						10,00	8,00		0,48
	5-11 классы	24 Сб.1996г.	30	0,84	0,39	4,83						10,00	8,00		0,48
Палочки из мяса кур 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
Макаронные изделия отварные	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 сахарозаменителем	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0,20	0,05	0,58	2,00		0,00			0,35			0,05
	5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0,20	0,05	0,58	2,00		0,00			0,35			0,05
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	40	2,20	0,40	12,83	76,00	0,03			0,56	8,40	34,80	7,60	0,80
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	50	2,76	0,50	16,04	95,00	0,04		0,84	10,50	43,50	9,50	1,00	
<b>Понедельник</b>		<b>1-я неделя</b>		<b>Обед</b>											
Салат из моркови с чесноком и раст.маслом/ Салат из огурцов сол. с зеленым горошком*	1-4 классы	16 Сб.1996г.	060	0,901	3,639	6,705	64,790	0,800	2,000	0,000		14,240	14,100	6,700	0,400
	5-11 классы	16 Сб.1996г.	100	1,555	6,110	12,100	111,090	0,150	4,100	0,000		23,730	23,210	13,000	0,600
Суп картофельный с горохом	1-4 классы	138 Сб.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 Сб.1996г.	250	5,933	5,378	23,215	159,475	0,253	11,625		4,019	32,275	86,875	35,250	1,945
Котлеты из мяса кур 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	463 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	463 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 сахарозаменителем	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0,20	0,05	0,58	2,00		0,00			0,35			0,05
	5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0,20	0,05	0,58	2,00		0,00			0,35			0,05
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	40	2,20	0,40	12,83	76,00	0,03			0,56	8,40	34,80	7,60	0,80
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	60	1,65	0,30	9,62	57,00	0,02			0,50	6,30	26,10	5,70	0,60

<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>500</b>	<b>15,87</b>	<b>15,51</b>	<b>56,58</b>	<b>438,71</b>	<b>0,06</b>	<b>1,16</b>	<b>0,01</b>	<b>2,27</b>	<b>32,97</b>	<b>65,10</b>	<b>13,95</b>	<b>38,37</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>560</b>	<b>21,49</b>	<b>19,99</b>	<b>69,58</b>	<b>517,23</b>	<b>0,08</b>	<b>0,98</b>	<b>0,01</b>	<b>3,12</b>	<b>37,15</b>	<b>77,14</b>	<b>16,28</b>	<b>29,42</b>
	<b>Обед</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>740</b>	<b>25,88</b>	<b>24,88</b>	<b>79,63</b>	<b>668,01</b>	<b>1,36</b>	<b>14,79</b>	<b>0,02</b>	<b>5,89</b>	<b>91,44</b>	<b>304,89</b>	<b>54,27</b>	<b>43,16</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>890</b>	<b>29,40</b>	<b>31,87</b>	<b>90,48</b>	<b>784,46</b>	<b>0,76</b>	<b>16,75</b>	<b>0,03</b>	<b>6,73</b>	<b>105,65</b>	<b>325,52</b>	<b>58,99</b>	<b>34,60</b>

**Циклическое меню на 2024/2025 уч.год (сахарный диабет)**

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценнос	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Белки	Жиры	Углево		В1	С	А	Е	Кальци	Фосф	Магний	Железо	
<b>Вторник</b>		<b>1-я неделя</b>		<b>Завтрак</b>											
Сыр полутвердый ( порционно)	1-4 классы	СТО 71063300-003-	16	4,60	5,80		72,00	0,01	0,32	0,09	0,06	200,00	108,00	10,00	0,22
	5-11 классы	СТО 71063300-003-2012	16	4,60	5,80		72,00	0,01	0,32	0,09	0,06	200,00	108,00	10,00	0,22
Каша " Янтарная" из пшена с яблоками без сахара	1-4 классы	102 Сб.2008г.	250	10,598	7,324	31,238	240,936	0,097		0,040	0,769	10,603	50,216	17,412	1,316
	5-11 классы	102 Сб.2008г.	250	10,598	7,324	31,238	240,936	0,097		0,040	0,769	10,603	50,216	17,412	1,316
Какао на сахарозаменителе	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
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	60	2,76	0,50	16,04	95,00	0,04			0,84	10,50	43,50	9,50	1,00
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	80	2,76	0,50	16,04	95,00	0,04			0,84	10,50	43,50	9,50	1,00
<b>Вторник</b>		<b>1-я неделя</b>		<b>Обед</b>											
Салат из б/к капусты с кукурузой конс. /Салат из свежих огурцов и помидоров*	1-4 классы	62 Сб. 1996г.	060	1,276	5,442	7,268	93,140	0,011	5,700		1,340	21,090	24,510	24,510	
	5-11 классы	62 Сб. 1996 г.	100	2,128	9,075	12,119	154,500	0,019	9,500		2,233	35,150	40,850	40,850	
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 из мяса кур 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
Картофель отварной	1-4 классы	239 Сб.2008г.	150	3,09	0,16	30,47	128,39	0,19	30,94			15,47	89,72	35,58	1,39
	5-11 классы	239 Сб.2008г.	180	3,71	0,19	36,57	154,07	0,22	37,13			18,56	107,67	42,70	1,67
Компот из сухофруктов с сахарозаменителем	1-4 классы	283 Сб.2008г.	180	0,878	0,100	10,000	47,000	0,005	0,549			30,740	21,137	16,470	4,158
	5-11 классы	283 Сб.2008г.	180	0,878	0,100	10,000	47,000	0,005	0,549			30,740	21,137	16,470	4,158
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	40	2,20	0,40	12,83	76,00	0,03			0,56	8,40	34,80	7,60	0,80
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	60	2,76	0,50	16,04	95,00	0,04			0,84	10,50	43,50	9,50	1,00

<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>526</b>	<b>19,85</b>	<b>15,47</b>	<b>57,37</b>	<b>509,32</b>	<b>0,17</b>	<b>0,97</b>	<b>0,15</b>	<b>1,75</b>	<b>281,25</b>	<b>246,72</b>	<b>43,91</b>	<b>2,59</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>546</b>	<b>19,85</b>	<b>15,47</b>	<b>57,37</b>	<b>509,32</b>	<b>0,17</b>	<b>0,97</b>	<b>0,15</b>	<b>1,75</b>	<b>281,25</b>	<b>246,72</b>	<b>43,91</b>	<b>2,59</b>
	<b>Обед</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>730</b>	<b>18,20</b>	<b>21,66</b>	<b>79,35</b>	<b>563,48</b>	<b>0,32</b>	<b>64,86</b>	<b>0,01</b>	<b>4,98</b>	<b>119,03</b>	<b>227,86</b>	<b>106,96</b>	<b>43,32</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>880</b>	<b>23,00</b>	<b>29,97</b>	<b>98,06</b>	<b>730,82</b>	<b>0,39</b>	<b>81,32</b>	<b>0,01</b>	<b>7,50</b>	<b>146,17</b>	<b>269,50</b>	<b>136,91</b>	<b>34,65</b>

**Циклическое меню на 2024/2025 уч.год (сахарный диабет)**

Наименование блюда		№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценнос	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
				Белки	Жиры	Углево		В1	С	А	Е	Кальци	Фосф	Магний	Железо	
<b>Среда</b>		<b>1-я неделя</b>		<b>Завтрак</b>												
Овощи свежие порциями	1-4 классы	24 Сб.1996г.	020	0,22	0,04	0,76	4					10,000	8,000		0,480	
	5-11 классы	24 Сб.1996г.	020	0,22	0,04	0,76	4					10,000	8,000		0,480	
Гуляш из птицы ( филе куриное)	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	
	5-11 классы	428 Сб.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	
Рис припущенный	1-4 классы	461 Сб. 2015 г.	150	3,6	6,62	34,080	194	0,024	0	0,010	0,400	2,400	60,600	19,000	0,500	
	5-11 классы	461 Сб. 2015 г.	180	4,400	7,710	40,890	232,8	0,028	0	0,012	0,480	2,800	72,000	22,800	0,600	
Чай с сахарозаменителем	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0,20	0,05	0,58	2,00		0,00			0,35			0,05	
	5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0,20	0,05	0,58	2,00		0,00			0,35			0,05	
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	40	2,20	0,40	12,83	76,00	0,03			0,56	8,40	34,80	7,60	0,80	
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	50	2,76	0,50	16,04	95,00	0,04			0,84	10,50	43,50	9,50	1,00	
<b>Среда</b>		<b>1-я неделя</b>		<b>Обед</b>												
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	
Рассольник ленинградский со сметаной	1-4 классы	42 Сб.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 Сб.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 куриные с соусом	1-4 классы	202 Сб.2008г.	090	10,802	10,114	13,843	163,904	0,022	2,460	0,003	1,306	8,822	20,641	5,957	27,071	
	5-11 классы	202 Сб.2008г.	100	13,301	12,414	15,784	200,764	0,027	2,820	0,003	1,798	10,677	25,617	6,746	27,956	
Спагетти (вермишель) отварные	1-4 классы	205 Сб. 2011 г.	150	5,9	4,9	36,72	212,950	0,010	0,010	0,010	0,400	8,270	6,890	1,600	0,060	
	5-11 классы	205 Сб. 2011 г.	180	6,100	5,890	43,920	254,950	0,012	0,012	0,012	0,480	9,920	8,260	1,920	0,072	
Компот из кураги без сахара	1-4 классы	507 сб. 2018 г.	200	0,800	0,000	8,400	38,400	0,020	0,010	0,000	0,000	32,400	29,200	21,000	0,700	
	5-11 классы	507 сб. 2018 г.	200	0,800	0,000	8,400	38,400	0,020	0,010	0,000	0,000	32,400	29,200	21,000	0,700	
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	40	2,20	0,40	12,83	76,00	0,03			0,56	8,40	34,80	7,60	0,80	
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	60	1,65	0,30	9,62	57,00	0,02			0,50	6,30	26,10	5,70	0,60	
<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>		<b>1-4 классы</b>	<b>500</b>	<b>11,00</b>	<b>11,35</b>	<b>49,67</b>	<b>439,00</b>	<b>0,16</b>	<b>1,94</b>	<b>0,04</b>	<b>4,84</b>	<b>51,11</b>	<b>304,37</b>	<b>60,61</b>	<b>3,91</b>
			<b>5-11 классы</b>	<b>550</b>	<b>12,36</b>	<b>12,54</b>	<b>59,69</b>	<b>496,80</b>	<b>0,17</b>	<b>1,94</b>	<b>0,04</b>	<b>5,20</b>	<b>53,61</b>	<b>324,47</b>	<b>66,31</b>	<b>4,21</b>
	<b>Обед</b>		<b>1-4 классы</b>	<b>600</b>	<b>17,26</b>	<b>22,30</b>	<b>56,86</b>	<b>474,58</b>	<b>0,19</b>	<b>20,84</b>	<b>0,01</b>	<b>6,33</b>	<b>88,03</b>	<b>164,91</b>	<b>66,00</b>	<b>29,87</b>
			<b>5-11 классы</b>	<b>720</b>	<b>20,48</b>	<b>27,65</b>	<b>63,25</b>	<b>571,82</b>	<b>0,24</b>	<b>28,08</b>	<b>0,01</b>	<b>9,00</b>	<b>101,03</b>	<b>190,65</b>	<b>77,58</b>	<b>31,08</b>

**Циклическое меню на 2024/2025 уч.год (сахарный диабет)**

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценнос	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Белки	Жиры	Углево		В1	С	А	Е	Кальци	Фосф	Магний	Железо	
<b>Четверг</b>	<b>1-я неделя</b>	<b>Завтрак</b>													
Икра кабачковая(порционно)	1-4 классы	31 Сб.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 Сб.1997г.	030	0,600	2,700	2,580	36,600	0,006	2,100			12,300	20,100	10,500	2,100
Биточки из минтая с соусом	1-4 классы	309 Сб. 1996г.	90	11,218	4,766	9,788	428,460	0,056	3,700		1,276	14,540	19,460	39,142	92,485
	5-11 классы	309 Сб.1996г.	100	14,739	5,590	12,640	576,230	0,066	3,700		2,255	14,540	19,460	46,062	92,582
Картофельное пюре/ Картофель в молоке	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
Компот из свежих яблок без сахара	1-4 классы	702 Сб.1997г.	200	0,08	0,10	3,20	15,60	0,00	0,72			0,48	2,40	4,00	0,15
	5-11 классы	702 Сб.1997г.	200	0,08	0,10	3,20	15,60	0,00	0,72			0,48	2,40	4,00	0,15
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	40	2,20	0,40	12,83	76,00	0,03			0,56	8,40	34,80	7,60	0,80
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	50	2,76	0,50	16,04	95,00	0,04			0,84	10,50	43,50	9,50	1,00
<b>Четверг</b>	<b>1-я неделя</b>	<b>Обед</b>													
Салат картофельный с огурцами солеными	1-4 классы	37 Сб.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 Сб.2015г.	100	2,126	3,060	12,196	82,032	0,073	11,796		1,354	21,177	47,427	17,639	0,888
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
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 лимоном с сахарозаменителем	1-4 классы	629 сб.1996г.	207	0,243	0,046	6,000	4,000	0,003	2,801			3,111	1,540	0,840	0,090
	5-11 классы	629 сб.1996г.	207	0,243	0,046	6,000	4,000	0,003	2,801			3,111	1,540	0,840	0,090
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	40	2,20	0,40	12,83	76,00	0,03			0,56	8,40	34,80	7,60	0,80
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	60	1,65	0,30	9,62	57,00	0,02			0,50	6,30	26,10	5,70	0,60

<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>500</b>	<b>17,17</b>	<b>11,56</b>	<b>53,91</b>	<b>698,66</b>	<b>0,26</b>	<b>31,70</b>	<b>0,03</b>	<b>1,98</b>	<b>72,93</b>	<b>165,97</b>	<b>90,55</b>	<b>96,23</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>560</b>	<b>30,48</b>	<b>27,93</b>	<b>91,39</b>	<b>738,92</b>	<b>0,59</b>	<b>27,24</b>	<b>0,24</b>	<b>4,36</b>	<b>123,58</b>	<b>403,41</b>	<b>67,21</b>	<b>34,88</b>
	<b>Обед</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>757</b>	<b>25,47</b>	<b>21,29</b>	<b>77,24</b>	<b>607,77</b>	<b>0,48</b>	<b>20,34</b>	<b>0,19</b>	<b>2,92</b>	<b>100,40</b>	<b>345,11</b>	<b>54,14</b>	<b>42,90</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>907</b>	<b>30,48</b>	<b>27,93</b>	<b>91,39</b>	<b>738,92</b>	<b>0,59</b>	<b>27,24</b>	<b>0,24</b>	<b>4,36</b>	<b>123,58</b>	<b>403,41</b>	<b>67,21</b>	<b>34,88</b>

**Циклическое меню на 2024/2025 уч.год (сахарный диабет)**

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценнос	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Белки	Жиры	Углево		В1	С	А	Е	Кальци	Фосф	Магний	Железо	
<b>Пятница</b>		<b>1-я неделя</b>		<b>Завтрак</b>											
Овощи консерв. порционно (помидоры порционно)/ Овощи свежие (помидоры порционно)*	1-4 классы	24 Сб.1996г.	040	0,44	0,08	1,52	8					20,000	16,000		9,800
	5-11 классы	24 Сб.1996г.	050	0,55	0,10	1,90	10					25,000	20,000		12,250
Пельмени куриные отварные с бульоном и маслом	1-4 классы	268 сб.1996 г.	220	1,480	3,934	2,161	332,370								
	5-11 классы	268 сб.1996 г.	250	1,500	5,240	2,950	377,700								
Чай с сахарозаменителем	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0,20	0,05	0,58	2,00		0,00			0,35			0,05
	5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0,20	0,05	0,58	2,00		0,00			0,35			0,05
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	40	2,20	0,40	12,83	76,00	0,03			0,56	8,40	34,80	7,60	0,80
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	50	2,76	0,50	16,04	95,00	0,04		0,84	10,50	43,50	9,50	1,00	
<b>Пятница</b>		<b>1-я неделя</b>		<b>Обед</b>											
Салат " Витаминный"/ Салат " Свеколка**	1-4 классы	63 Сб.1997г.	060	1,118	6,107	6,852	88,716	0,03	23,950		1,298	24,878	17,963	9,848	
	5-11 классы	63 Сб.1997г.	100	1,863	10,178	11,420	147,860	0,05	39,950		2,163	41,494	29,959	16,424	
Суп картофельный с макаронными изделиями	1-4 классы	139 Сб.1996г.	200	2,272	2,138	19,156	100,420	0,09	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	0,12	16,500		1,343	17,500	63,500	24,050	0,887
Стейк (Шницель) из курицы с соусом	1-4 классы	520 Сб.1997г.	090	11,648	8,565	2,097	169,992	0,01	0,660	0,002	1,306	2,764	5,192	2,472	36,838
	5-11 классы	520 Сб.1997г.	100	12,895	9,188	5,094	207,500	0,02	0,720	0,002	1,798	2,073	3,894	1,854	27,628
Каша пшеничная рассыпчатая	1-4 классы	171 Сб. 2015 г.	150	6,4	7,5	37,5	243,000	0,01	0,010	0,010	0,400	8,270	6,890	1,600	
	5-11 классы	171 Сб. 2015 г.	180	7,700	9,000	45,000	293,000	0,02	0,012	0,012	0,480	9,920	8,260	1,920	
Напиток из шиповника с сахарозаменителем	1-4 классы	289 Сб.2008г.	180	0,720	0,270	8,400	40,000	0,03	216,000		0,308	12,150	3,600	3,600	5,081
	5-11 классы	289 Сб.2008г.	180	0,720	0,270	8,400	40,000	0,03	216,000		0,308	12,150	3,600	3,600	5,081
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	40	2,20	0,40	12,83	76,00	0,03			0,56	8,40	34,80	7,60	0,80
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	60	1,65	0,30	9,62	57,00	0,02			0,50	6,30	26,10	5,70	0,60

<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>500</b>	<b>4,32</b>	<b>4,47</b>	<b>17,09</b>	<b>418,37</b>	<b>0,03</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,56</b>	<b>28,75</b>	<b>50,80</b>	<b>7,60</b>	<b>10,65</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>550</b>	<b>5,01</b>	<b>5,89</b>	<b>21,47</b>	<b>484,70</b>	<b>0,04</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,84</b>	<b>35,85</b>	<b>63,50</b>	<b>9,50</b>	<b>13,30</b>
	<b>Обед</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>720</b>	<b>24,36</b>	<b>24,98</b>	<b>86,84</b>	<b>718,13</b>	<b>0,20</b>	<b>253,82</b>	<b>0,01</b>	<b>4,95</b>	<b>70,46</b>	<b>119,25</b>	<b>44,36</b>	<b>43,43</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>870</b>	<b>27,67</b>	<b>31,61</b>	<b>103,48</b>	<b>870,89</b>	<b>0,26</b>	<b>273,18</b>	<b>0,01</b>	<b>6,59</b>	<b>89,44</b>	<b>135,31</b>	<b>53,55</b>	<b>34,20</b>

**Циклическое меню на 2024/2025 уч.год (сахарный диабет)**

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценнос	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Белки	Жиры	Углево		В1	С	А	Е	Кальци	Фосф	Магний	Железо	
<b>Понедельник</b>		<b>2-я неделя</b>		<b>Завтрак</b>											
Кондитерские изделия диетические	1-4 классы	29 Сб.1997г.	50	0,80	7,55	15,07	131,50								
	5-11 классы	29 Сб.1997г.	50	0,80	7,55	15,07	131,50								
Каша вязкая из 2-х круп (ячневая-пшеничная)	1-4 классы	4.02.сб. 1996 г.	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	4.02.сб. 1996 г.	265	8,000	16,440	33,000	541	0,097		0,040	0,769	10,603	50,216	17,412	1,316
Чай с сахарозаменителем	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0,20	0,05	0,58	2,00		0,00			0,35			0,05
	5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0,20	0,05	0,58	2,00		0,00			0,35			0,05
Хлеб ржаной	1-4 классы	2 Сб.1997г.	40	2,20	0,40	12,83	76,00	0,03			0,56	8,40	34,80	7,60	0,80
	5-11 классы	2 Сб.1997г.	50	2,76	0,50	16,04	95,00	0,04		0,84	10,50	43,50	9,50	1,00	
<b>Понедельник</b>		<b>2-я неделя</b>		<b>Обед</b>											
Салат из б/к капусты / Фрукты свежие *	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
Суп картофельный рисом и томатом	1-4 классы	174 сб. 2015г.	200	1,470	4,220	12,740	108,500	0,066	26,510	0,006	1,774	37,540	43,204	18,240	
	5-11 классы	174 сб. 2015г.	250	2,600	5,300	17,600	144,000	0,082	33,125	0,006	2,214	44,675	52,455	22,550	
Палочки из мяса кур 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	463.01.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	463.01.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
Компот из сухофруктов с сахарозаменителем	1-4 классы	283 Сб.2008г.	180	0,878	0,100	10,000	47,000	0,005	0,549			30,740	21,137	16,470	4,158
	5-11 классы	283 Сб.2008г.	180	0,878	0,100	10,000	47,000	0,005	0,549			30,740	21,137	16,470	4,158
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	40	2,20	0,40	12,83	76,00	0,03			0,56	8,40	34,80	7,60	0,80
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	60	1,65	0,30	9,62	57,00	0,02			0,50	6,30	26,10	5,70	0,60

<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>510</b>	<b>9,88</b>	<b>21,70</b>	<b>56,02</b>	<b>660,50</b>	<b>0,11</b>	<b>0,00</b>	<b>0,04</b>	<b>1,24</b>	<b>18,02</b>	<b>76,98</b>	<b>22,16</b>	<b>1,96</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>560</b>	<b>11,76</b>	<b>24,54</b>	<b>64,69</b>	<b>769,50</b>	<b>0,14</b>	<b>0,00</b>	<b>0,04</b>	<b>1,61</b>	<b>21,45</b>	<b>93,72</b>	<b>26,91</b>	<b>2,37</b>
	<b>Обед</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>720</b>	<b>20,80</b>	<b>23,28</b>	<b>77,31</b>	<b>675,65</b>	<b>0,41</b>	<b>52,16</b>	<b>0,03</b>	<b>9,10</b>	<b>137,91</b>	<b>287,14</b>	<b>57,06</b>	<b>45,42</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>770</b>	<b>25,20</b>	<b>25,73</b>	<b>82,20</b>	<b>702,99</b>	<b>0,44</b>	<b>34,64</b>	<b>0,03</b>	<b>9,50</b>	<b>124,55</b>	<b>302,52</b>	<b>49,77</b>	<b>36,16</b>

**Цикличное меню на 2024/2025 уч.год (сахарный диабет)**

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценнос	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Белки	Жиры	Углево		В1	С	А	Е	Кальци	Фосф	Магний	Железо	
<b>Вторник</b>		<b>2-я неделя</b>		<b>Завтрак</b>											
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 71063300-003-2012	16	3,58	3,50	0,00	47	0,010	0,320	0,090	0,060	200,000	108,000	10,000	
Котлеты из мяса кур 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
Спагетти (вермишель) 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
Чай с лимоном с сахарозаменителем	1-4 классы	629 сб.1996г.	207	0,243	0,046	6,000	4,000	0,003	2,801			3,111	1,540	0,840	0,090
	5-11 классы	629 сб.1996г.	207	0,243	0,046	6,000	4,000	0,003	2,801			3,111	1,540	0,840	0,090
Хлеб ржаной	1-4 классы	2 Сб.1997г.	40	2,20	0,40	12,83	76,00	0,03			0,56	8,40	34,80	7,60	0,80
	5-11 классы	2 Сб.1997г.	50	2,76	0,50	16,04	95,00	0,04			0,84	10,50	43,50	9,50	1,00
<b>Вторник</b>		<b>2-я неделя</b>		<b>Обед</b>											
Салат из свеклы с чесноком	1-4 классы	23 Сб.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 Сб.2008г.	100	1,615	8,995	10,260	145,550	0,019	9,500		2,233	35,150	40,850	40,850	
Суп с клецками со сметаной	1-4 классы	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
	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
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	
Компот из сухофруктов с сахарозаменителем	1-4 классы	283 Сб.2008г.	180	0,878	0,100	10,000	47,000	0,005	0,549			30,740	21,137	16,470	4,158
	5-11 классы	283 Сб.2008г.	180	0,878	0,100	10,000	47,000	0,005	0,549			30,740	21,137	16,470	4,158
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	40	2,20	0,40	12,83	76,00	0,03			0,56	8,40	34,80	7,60	0,80
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	60	1,65	0,30	9,62	57,00	0,02			0,50	6,30	26,10	5,70	0,60

<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>503</b>	<b>20,25</b>	<b>18,87</b>	<b>62,27</b>	<b>463,57</b>	<b>0,08</b>	<b>4,29</b>	<b>0,10</b>	<b>2,33</b>	<b>225,57</b>	<b>165,72</b>	<b>24,60</b>	<b>37,92</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>553</b>	<b>24,26</b>	<b>23,48</b>	<b>74,59</b>	<b>561,70</b>	<b>0,09</b>	<b>4,15</b>	<b>0,10</b>	<b>3,59</b>	<b>230,07</b>	<b>165,19</b>	<b>27,11</b>	<b>28,98</b>
	<b>Обед</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>680</b>	<b>23,87</b>	<b>28,84</b>	<b>56,32</b>	<b>625,93</b>	<b>0,20</b>	<b>16,23</b>	<b>102,01</b>	<b>5,59</b>	<b>94,03</b>	<b>300,95</b>	<b>99,18</b>	<b>5,50</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>820</b>	<b>30,42</b>	<b>36,57</b>	<b>64,48</b>	<b>747,05</b>	<b>0,24</b>	<b>22,65</b>	<b>127,76</b>	<b>7,43</b>	<b>115,09</b>	<b>369,09</b>	<b>127,32</b>	<b>5,43</b>

**Циклическое меню на 2024/2025 уч.год (сахарный диабет)**

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценнос	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Белки	Жиры	Углево		В1	С	А	Е	Кальци	Фосф	Магний	Железо	
<b>Среда</b>		<b>2-я неделя</b>		<b>Завтрак</b>											
Овощи консерв. (помидоры порционно)/ Овощи свежие (помидоры порционно)*	1-4 классы	24 Сб.1996г.	040	0,44	0,08	1,52	8,00					20,000	16,000		9,800
	5-11 классы	24 Сб.1996г.	050	0,55	0,10	1,90	10,00					25,000	20,000		12,250
Пельмени куриные отварные с бульоном и маслом	1-4 классы		220	1,480	3,934	2,161	332,370								
	5-11 классы		250	1,500	5,240	2,950	377,700								
Компот из кураги без сахара	1-4 классы	507 сб. 2018 г.	200	0,800	0,000	8,400	38,400	0,020	0,010	0,000	0,000	32,400	29,200	21,000	0,700
	5-11 классы	507 сб. 2018 г.	200	0,800	0,000	8,400	38,400	0,020	0,010	0,000	0,000	32,400	29,200	21,000	0,700
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	40	2,20	0,40	12,83	76,00	0,03			0,56	8,40	34,80	7,60	0,80
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	60	1,65	0,30	9,62	57,00	0,02			0,50	6,30	26,10	5,70	0,60
<b>Среда</b>		<b>2-я неделя</b>		<b>Обед</b>											
Салат из б/к капусты с кукурузой сладкой конс. /Салат из свежих огурцов и помидоров*	1-4 классы	23 Сб.2008г.	60	1,276	5,442	7,268	93,140	0,011	5,700		1,340	21,090	24,510	24,510	
	5-11 классы	23 Сб.2008г.	100	2,128	9,075	12,119	154,500	0,019	9,500		2,233	35,150	40,850	40,850	
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
Люля-кебаб из мяса кур с соусом	1-4 классы		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		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
Пюре из гороха	1-4 классы	270 Сб.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 Сб.1996г.	180	17,358	8,908	48,015	312,349	0,755		0,025		76,103	190,671	73,942	5,879
Чай с сахарозаменителем	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0,20	0,05	0,58	2,00		0,00			0,35			0,05
	5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0,20	0,05	0,58	2,00		0,00			0,35			0,05
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	40	2,20	0,40	12,83	76,00	0,03			0,56	8,40	34,80	7,60	0,80
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	60	1,65	0,30	9,62	57,00	0,02			0,50	6,30	26,10	5,70	0,60

<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>500</b>	<b>2,72</b>	<b>20,99</b>	<b>28,95</b>	<b>378,77</b>	<b>0,08</b>	<b>23,69</b>	<b>0,01</b>	<b>4,47</b>	<b>64,78</b>	<b>84,97</b>	<b>56,19</b>	<b>93,01</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>560</b>	<b>2,85</b>	<b>31,55</b>	<b>13,25</b>	<b>426,10</b>	<b>0,02</b>	<b>0,01</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>57,40</b>	<b>49,20</b>	<b>21,00</b>	<b>12,95</b>
	<b>Обед</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>750</b>	<b>34,49</b>	<b>26,37</b>	<b>82,61</b>	<b>660,67</b>	<b>0,74</b>	<b>23,69</b>	<b>0,03</b>	<b>5,03</b>	<b>136,95</b>	<b>278,66</b>	<b>125,41</b>	<b>98,77</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>900</b>	<b>38,22</b>	<b>38,43</b>	<b>97,30</b>	<b>818,97</b>	<b>0,88</b>	<b>31,55</b>	<b>0,03</b>	<b>7,21</b>	<b>169,56</b>	<b>317,43</b>	<b>158,99</b>	<b>104,40</b>

**Циклическое меню на 2024/2025 уч.год (сахарный диабет)**

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценнос	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Белки	Жиры	Углево		В1	С	А	Е	Кальци	Фосф	Магний	Железо	
<b>Четверг</b>		<b>2-я неделя</b>		<b>Завтрак</b>											
Огурцы маринованные в лимонной заливке	1-4 классы	24 Сб.1996г.	40	1,12		0,52	6,44					10,00	8,00		0,48
	5-11 классы	24 Сб.1996г.	40	1,12		0,52	6,44					10,00	8,00		0,48
Плов( крупа перловая) из говядины	1-4 классы	193 Сб.2008г.	200	14,67	16,21	40,53	362,07	0,11	2,70		2,85	33,24	68,12	21,14	3,10
	5-11 классы	193 Сб.2008г.	250	18,00	17,93	54,03	433,54	0,13	3,60		3,65	41,94	90,77	27,63	3,45
Компот из сухофруктов с сахарозаменителем	1-4 классы	283 Сб.2008г.	200	0,878		32,139	126,104	0,005	0,549			30,740	21,137	16,470	4,158
	5-11 классы	283 Сб.2008г.	200	0,878		32,139	126,104	0,005	0,549			30,740	21,137	16,470	4,158
Хлеб ржаной	1-4 классы	2 Сб.1997г.	60	2,20	0,40	12,83	76,00	0,03			0,56	8,40	34,80	7,60	0,80
	5-11 классы	2 Сб.1997г.	60	2,76	0,50	16,04	95,00	0,04			0,84	10,50	43,50	9,50	1,00
<b>Четверг</b>		<b>2-я неделя</b>		<b>Обед</b>											
Салат картофельный с зеленым горошком	1-4 классы	31 Сб.2008г.	60	2,70	6,96	7,73	97,24	0,06	8,16	0,02	2,79	9,95	39,04	13,88	0,58
	5-11 классы	31 Сб.2008г.	100	3,11	11,59	12,89	162,06	0,10	13,60	0,04		16,58	65,06	23,14	0,96
Суп крестьянский с крупой	1-4 классы	132 Сб.1996г.	200	2,14	2,24	13,71	122,20	0,09	6,60		1,55	20,88	66,12	22,80	1,04
	5-11 классы	132 Сб.1996г.	250	3,89	4,41	13,11	152,75	0,11	8,25		1,94	26,10	82,65	28,50	1,30
Тефтели из мяса кур с соусом	1-4 классы	423 Сб.1996г.	90	6,80	7,11	9,62	121,90	0,02	2,46		2,15	8,82	20,64	5,96	37,07
	5-11 классы	423 Сб.1996г.	100	7,20	9,41	11,78	158,76	0,03	2,82		2,55	10,68	25,62	6,75	27,96
Макаронные изделия отварные	1-4 классы	205 Сб. 2011 г.	150	5,28	4,89	33,46	203,00	0,01	0,01	0,01	0,40	8,27	6,89	1,60	0,06
	5-11 классы	205 Сб. 2011 г.	180	6,34	5,87	40,15	239,38	0,01	0,01	0,01	0,48	9,92	8,26	1,92	0,07
Чай с сахарозаменителем	1-4 классы	628 Сб.1996г.	200	0,20	0,05	0,58	2,00		0,00			0,35			0,05
	5-11 классы	628 Сб.1996г.	200	0,20	0,05	0,58	2,00		0,00			0,35			0,05
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	40	2,20	0,40	12,83	76,00	0,03			0,56	8,40	34,80	7,60	0,80
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	60	1,65	0,30	9,62	57,00	0,02			0,50	6,30	26,10	5,70	0,60

<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>500</b>	<b>18,87</b>	<b>16,61</b>	<b>86,02</b>	<b>570,62</b>	<b>0,14</b>	<b>3,25</b>	<b>0,00</b>	<b>3,41</b>	<b>82,38</b>	<b>132,06</b>	<b>45,21</b>	<b>8,54</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>550</b>	<b>22,75</b>	<b>18,43</b>	<b>102,73</b>	<b>661,08</b>	<b>0,17</b>	<b>4,14</b>	<b>0,00</b>	<b>4,49</b>	<b>93,18</b>	<b>163,41</b>	<b>53,60</b>	<b>9,09</b>
	<b>Обед</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>740</b>	<b>19,33</b>	<b>21,65</b>	<b>77,94</b>	<b>622,34</b>	<b>0,21</b>	<b>17,23</b>	<b>0,03</b>	<b>7,45</b>	<b>56,67</b>	<b>167,49</b>	<b>51,84</b>	<b>39,60</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>890</b>	<b>22,39</b>	<b>31,64</b>	<b>88,14</b>	<b>771,95</b>	<b>0,27</b>	<b>24,68</b>	<b>0,05</b>	<b>5,47</b>	<b>69,92</b>	<b>207,69</b>	<b>66,01</b>	<b>30,94</b>

**Циклическое меню на 2024/2025 уч.год (сахарный диабет)**

Наименование блюда	№ рецептуры	Вес блюда	Пищевая ценность (г)			Эн. ценнос	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
			Белки	Жиры	Углево		В1	С	А	Е	Кальци	Фосф	Магний	Железо	
<b>Пятница</b>		<b>2-я неделя</b>		<b>Завтрак</b>											
Икра кабачковая(порционно)	1-4 классы	31 Сб.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 Сб.1997г.	030	0,600	2,700	2,580	36,600	0,006	2,100			12,300	20,100	10,500	2,100
Голубцы ленивые из мяса кур 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 рассыпчатая	1-4 классы	463.01.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	463.01.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
Напиток из шиповника с сахарозаменителем	1-4 классы	289 Сб.2008г.	180	0,720	0,270	8,400	40,000	0,03	216,000		0,308	12,150	3,600	3,600	5,081
	5-11 классы	289 Сб.2008г.	180	0,720	0,270	8,400	40,000	0,03	216,000		0,308	12,150	3,600	3,600	5,081
Хлеб ржаной	1-4 классы	2 Сб.1997г.	40	2,20	0,40	12,83	76,00	0,03			0,56	8,40	34,80	7,60	0,80
	5-11 классы	2 Сб.1997г.	50	2,76	0,50	16,04	95,00	0,04			0,84	10,50	43,50	9,50	1,00
<b>Пятница</b>		<b>2-я неделя</b>		<b>Обед</b>											
Винегрет овощной	1-4 классы	60 Сб.1996г.	60	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 из минтая 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/ Картофель в молоке	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
Компот из свежих яблок без сахара	1-4 классы	702 Сб.1997г.	200	0,08	0,10	3,20	15,60	0,00	0,72			0,48	2,40	4,00	0,15
	5-11 классы	702 Сб.1997г.	200	0,08	0,10	3,20	15,60	0,00	0,72			0,48	2,40	4,00	0,15
Хлеб ржаной	1-4 классы	ГОСТ 26983-2015	40	2,20	0,40	12,83	76,00	0,03			0,56	8,40	34,80	7,60	0,80
	5-11 классы	ГОСТ 26983-2015	60	1,65	0,30	9,62	57,00	0,02			0,50	6,30	26,10	5,70	0,60

<b>ИТОГО:</b>	<b>Завтрак</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>480</b>	<b>19,98</b>	<b>17,88</b>	<b>59,25</b>	<b>506,15</b>	<b>0,34</b>	<b>218,56</b>	<b>0,02</b>	<b>6,33</b>	<b>64,94</b>	<b>220,91</b>	<b>22,92</b>	<b>47,24</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>540</b>	<b>24,13</b>	<b>23,50</b>	<b>71,99</b>	<b>626,49</b>	<b>0,40</b>	<b>219,12</b>	<b>0,03</b>	<b>8,35</b>	<b>77,95</b>	<b>256,54</b>	<b>28,64</b>	<b>39,58</b>
	<b>Обед</b>	<b>1-4 классы</b>	<b>750</b>	<b>17,60</b>	<b>22,22</b>	<b>65,96</b>	<b>631,29</b>	<b>0,36</b>	<b>60,47</b>	<b>0,05</b>	<b>6,89</b>	<b>116,85</b>	<b>232,35</b>	<b>106,30</b>	<b>31,03</b>
		<b>5-11 классы</b>	<b>900</b>	<b>20,16</b>	<b>28,17</b>	<b>76,75</b>	<b>744,81</b>	<b>0,44</b>	<b>76,39</b>	<b>0,07</b>	<b>9,77</b>	<b>144,73</b>	<b>279,94</b>	<b>135,25</b>	<b>31,66</b>