

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	
Понедельник		1-я неделя		Завтрак											
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
Понедельник		1-я неделя		Обед											
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

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

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	
Вторник		1-я неделя		Завтрак											
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
Вторник		1-я неделя		Обед											
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

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

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	
Среда		1-я неделя		Завтрак												
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	
Среда		1-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	
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	
ИТОГО:	Завтрак		1-4 классы	500	11,00	11,35	49,67	439,00	0,16	1,94	0,04	4,84	51,11	304,37	60,61	3,91
			5-11 классы	550	12,36	12,54	59,69	496,80	0,17	1,94	0,04	5,20	53,61	324,47	66,31	4,21
	Обед		1-4 классы	600	17,26	22,30	56,86	474,58	0,19	20,84	0,01	6,33	88,03	164,91	66,00	29,87
			5-11 классы	720	20,48	27,65	63,25	571,82	0,24	28,08	0,01	9,00	101,03	190,65	77,58	31,08

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	
Четверг		1-я неделя		Завтрак											
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
Четверг		1-я неделя		Обед											
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

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

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	
Пятница		1-я неделя		Завтрак											
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
Пятница		1-я неделя		Обед											
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

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

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	
Понедельник		2-я неделя		Завтрак											
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	
Понедельник		2-я неделя		Обед											
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

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

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	
Вторник		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 71063300-003-2012	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
Вторник		2-я неделя		Обед											
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

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

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	
Среда		2-я неделя		Завтрак											
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
Среда		2-я неделя		Обед											
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

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

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	
Четверг		2-я неделя		Завтрак											
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
Четверг		2-я неделя		Обед											
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

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

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	
Пятница		2-я неделя		Завтрак											
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
Пятница		2-я неделя		Обед											
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

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