

Директор МБОУ «Галактионовская ООШ»



Утверждаю:
Ветеха И.Ю.

Примерное циклическое меню для организации питания детей
в муниципальном образовательном учреждении:
МБОУ «Галактионовская ООШ», Красноярский край,
Краснотуранский район, с.Галактионово, ул. Школьная,39.

Основное меню для организации питания детей в муниципальном общеобразовательном учреждении.

№ Рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	(мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	Р	Mg	Fe
Неделя: первая День: понедельник Сезон: осенне-зимний Возрастная категория: с 6-10 лет; 11-18 лет														
Горячий Завтрак для младших классов														
	Каша «Дружба»	200	4,2	5,8	30,66	192	0,1	0,0	0,0	2,2	48	148	24	0,8
382	Какао с молоком	200	4,0	3,54	17,57	118,6	0,06	1,58	-	-	152,2	-	10,64	0,48
	Булочка в ассортименте	50	4,0	4,6	22,5	115,8	0,1	0,0	0,0	0,0	15,6	50,4	20,4	0,96
	Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	29,7	142,8	0,1	0	0	1,5	12,6	60,9	13,30	2,80
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,0	40,4	0,0	0,5	0,0	0,0	5,1	3,4	3,84	0,38
Горячий Завтрак для старших классов														
	Каша «Дружба»	200	4,2	5,8	30,66	192	0,1	0,0	0,0	2,2	48	148	24	0,8
382	Какао с молоком	200	4,0	3,54	17,57	118,6	0,06	1,58	-	-	152,2	-	10,64	0,48
	Булочка в ассортименте	50	4,0	4,6	22,5	115,8	0,1	0,0	0,0	0,0	15,6	50,4	20,4	0,96
	Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	29,7	142,8	0,1	0	0	1,5	12,6	60,9	13,30	2,80
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,0	40,4	0,0	0,5	0,0	0,0	5,1	3,4	3,84	0,38
Горячий Обед для младших классов														
	Салат из свеклы с растительным маслом	100	1,1	3,6	6,1	60,8	0,01	3,04	0,9	-	26	29	15	0,9
	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	3,15	2,38	26,28	139,03	0,15	21,5	36,75	0,75	32,25	78,0	30,0	1,0
54-11м-2020	Плов из курицы	200	14,5	11,2	38,3	311,9	0,1	1,5	111,0	0,1	32,0	188,0	31,0	2,4
	Сок фруктовый	200	0,5	0,1	10,1	92,0	0,01	5,2	0,0	0,0	51,0	70,0	4,0	1,4
	Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	29,7	142,8	0,1	0	0	1,5	12,6	60,9	13,30	2,80
Горячий Обед для старших классов														
	Салат из свеклы с растительным маслом	100	1,1	3,6	6,1	60,8	0,01	3,04	0,9	-	26	29	15	0,9
	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	3,15	2,38	26,28	139,03	0,15	21,5	36,75	0,75	32,25	78,0	30,0	1,0
54-11м-	Плов с мясом курицы	200	14,5	11,2	38,3	311,9	0,1	1,5	111,0	0,1	32,0	188,0	31,0	2,4

2020														
	Сок фруктовый	200	0,5	0,1	10,1	92,0	0,01	5,2	0,0	0,0	51,0	70,0	4,0	1,4
	Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	29,7	142,8	0,1	0	0	1,5	12,6	60,9	13,30	2,80
Неделя: первая День: вторник Сезон: осенне-зимний Возрастная категория: с 6-10 лет; 11-18 лет														
Горячий Завтрак для младших классов														
637/3	Бедро куриное	100	6,88	13,94	11,07	253,1	20,0	3,0	0,0		156,0		0,08	
54-1г-2020	Макаронные изделия отварные	200	6,67	7,07	46,67	277,33	0,13	0,0	45,33	0,0	89,33	6,13	12,0	1,33
	Салат из горошка зеленого консервированного	100	1,8	3,11	3,78	50,16	-	6,6	-	-	12,87	-	12,6	0,46
54-7хн-2020	Компот из сухофруктов	200	0,6	0,0	22,7	93,2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	0,0	0,0
	Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	29,7	142,8	0,1	0	0	1,5	12,6	60,9	13,30	2,80
Горячий Завтрак для старших классов														
637/3	Бедро куриное	100	6,88	13,94	11,07	253,1	20,0	3,0	0,0		156,0		0,08	
54-1г-2020	Макаронные изделия отварные	200	6,67	7,07	46,67	277,33	0,13	0,0	45,33	0,0	89,33	6,13	12,0	1,33
	Салат из горошка зеленого консервированного	100	1,8	3,11	3,78	50,16	-	6,6	-	-	12,87	-	12,6	0,46
54-7хн-2020	Компот из сухофруктов	200	0,6	0,0	22,7	93,2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	0,0	0,0
	Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	29,7	142,8	0,1	0	0	1,5	12,6	60,9	13,30	2,80
Горячий Обед для младших классов														
	Салат морковный с маслом растительным	100	0,7	8,1	5,8	99,0	0,04	4,84	977,2	-	18	30	21	0,9
54-1с-2020	Щи из свежей капусты со сметаной	250/20	2,08	6,08	7,25	91,95	0,05	37,25	118,75	1,65	55,5	44,25	18,75	0,75
	Жаркое по - домашнему	100	17,21	4,67	13,72	165,63	0,13	5,61	15	-	19,44	210,63	41,06	2,52
54-26гн-2020	Кисель из концентрата	200	0,0	0,0	33,4	162,0	0,0	20,0	0,0	0,0	2,4	3,85	0,0	0,06
	Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	29,7	142,8	0,1	0	0	1,5	12,6	60,9	13,30	2,80
Горячий Обед для старших классов														
	Салат морковный с маслом растительным	100	0,7	8,1	5,8	99,0	0,04	4,84	977,2	-	18	30	21	0,9
54-1с-	Щи из свежей капусты со	250/20	2,08	6,08	7,25	91,95	0,05	37,25	118,75	1,65	55,5	44,25	18,75	0,75

2020	сметаной	0							5					
	Жаркое по - домашнему	100	17,21	4,67	13,72	165,63	0,13	5,61	15	-	19,44	210,63	41,06	2,52
54-26гн-2020	Кисель из концентрата	200	0,0	0,0	33,4	162,0	0,0	20,0	0,0	0,0	2,4	3,85	0,0	0,06
	Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	29,7	142,8	0,1	0	0	1,5	12,6	60,9	13,30	2,80
Неделя: первая День: среда Сезон: осенне-зимний Возрастная категория: с 6-10 лет; 11-18 лет														
Горячий Завтрак для младших классов														
54-21к-2020	Каша манная с маслом	200/10	4,5	13,6	25,0	261,0	0,05	1,0	0,08	0,0	135,0	99,0	20,0	0,7
	Булочка в ассортименте	50	4,0	4,6	22,5	115,8	0,1	0,0	0,0	0,0	15,6	50,4	20,4	0,96
54-9гн-2020	Кофейный напиток	200	3,8	3,5	11,1	90,8	0,04	0,3	6,0	0,1	128,0	124,0	35,63	1,2
	Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	29,7	142,8	0,1	0	0	1,5	12,6	60,9	13,30	2,80
	Банан	100	3,0	0,0	22,4	180,0	0,02	5,0	0,0	0,0	16,0	16,0	14,0	0,0
Горячий Завтрак для старших классов														
54-21к-2020	Каша манная с маслом	200/10	4,5	13,6	25,0	261,0	0,05	1,0	0,08	0,0	135,0	99,0	20,0	0,7
	Булочка в ассортименте	50	4,0	4,6	22,5	115,8	0,1	0,0	0,0	0,0	15,6	50,4	20,4	0,96
54-9гн-2020	Кофейный напиток	200	3,8	3,5	11,1	90,8	0,04	0,3	6,0	0,1	128,0	124,0	35,63	1,2
	Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	29,7	142,8	0,1	0	0	1,5	12,6	60,9	13,30	2,80
	Банан	100	3,0	0,0	22,4	180,0	0,02	5,0	0,0	0,0	16,0	16,0	14,0	0,0
Горячий Обед для младших классов														
	Кукуруза консервированная	80	1,69	6,5	5,89	88,88	21,84	16,19	0,81	7,52		0,01		50
54-7с-2020	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	3,15	2,38	26,28	139,03	0,15	21,5	36,75	0,75	32,25	78,0	30,0	1,0
54-19з-2020	Гуляш из куриного филе	100	13,25	11,0	2,13	187,75	0,13	1,38	19,88	0,0	11,25	187,0	21,25	2,5
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	200	10,93	8,67	57,07	349,87	0,53	0,0	45,33	0,13	69,33	276,0	90,67	7,07
	Сок фруктовый	200	0,5	0,1	10,1	92,0	0,01	5,2	0,0	0,0	51,0	70,0	4,0	1,4
	Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	29,7	142,8	0,1	0	0	1,5	12,6	60,9	13,30	2,80
Горячий Обед для старших классов														
	Кукуруза консервированная	80	1,69	6,5	5,89	88,88	21,84	16,19	0,81	7,52		0,01		50

54-7с-2020	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	3,15	2,38	26,28	139,03	0,15	21,5	36,75	0,75	32,25	78,0	30,0	1,0
54-19з-2020	Гуляш из куриного филе	100	13,25	11,0	2,13	187,75	0,13	1,38	19,88	0,0	11,25	187,0	21,25	2,5
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	200	10,93	8,67	57,07	349,87	0,53	0,0	45,33	0,13	69,33	276,0	90,67	7,07
	Сок фруктовый	200	0,5	0,1	10,1	92,0	0,01	5,2	0,0	0,0	51,0	70,0	4,0	1,4
	Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	29,7	142,8	0,1	0	0	1,5	12,6	60,9	13,30	2,80
Неделя: первая День: четверг Сезон: осенне-зимний Возрастная категория: с 6-10 лет; 11-18 лет														
Горячий Завтрак для младших классов														
	Салат из горошка зеленого консервированного	100	1,8	3,11	3,78	50,16	-	6,6	-	-	12,87	-	12,6	0,46
54-11г-2020	Картофельное пюре	200	4,0	7,6	31,6	211,07	0,27	34,67	52,0	0,13	61,33	128,0	44,0	2,0
	Котлеты из говядины (ПФ)	100	14,9	15,5	13,8	258,9	-	-	-	3,3	15,0	170,9	29,4	2,9
	Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	29,7	142,8	0,1	0	0	1,5	12,6	60,9	13,30	2,80
	Сок фруктовый	200	0,5	0,1	10,1	92,0	0,01	5,2	0,0	0,0	51,0	70,0	4,0	1,4
	Мандарин	100	1,8	0,0	8,4	76,0	0,08	12,0	0,0	0,0	68,0	46,0	13,0	0,6
Горячий Завтрак для старших классов														
	Салат из горошка зеленого консервированного	100	1,8	3,11	3,78	50,16	-	6,6	-	-	12,87	-	12,6	0,46
54-11г-2020	Картофельное пюре	200	4,0	7,6	31,6	211,07	0,27	34,67	52,0	0,13	61,33	128,0	44,0	2,0
	Котлеты из говядины (ПФ)	100	14,9	15,5	13,8	258,9	-	-	-	3,3	15,0	170,9	29,4	2,9
	Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	29,7	142,8	0,1	0	0	1,5	12,6	60,9	13,30	2,80
	Сок фруктовый	200	0,5	0,1	10,1	92,0	0,01	5,2	0,0	0,0	51,0	70,0	4,0	1,4
	Мандарин	100	1,8	0,0	8,4	76,0	0,08	12,0	0,0	0,0	68,0	46,0	13,0	0,6
Горячий Обед для младших классов														
	Салат из белокочанной капусты с зеленым горошком	100	2,0	8,1	8,4	114,4	0,03	0,05	163,0	-	54	40	20	0,7
54-12с-2020	Суп картофельный с рыбными консервами	250	9,9	4,88	17,95	155,15	0,13	18,25	102,0	0,08	99,75	153,25	48,25	1,25
54-11м-2020	Плов из курицы	200	14,5	11,2	38,3	311,9	0,1	1,5	111,0	0,1	32,0	188,0	31,0	2,4
	Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	29,7	142,8	0,1	0	0	1,5	12,6	60,9	13,30	2,80

54-2гн-2020	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,0	6,4	26,4	0,0	0,0	0,0	0,0	5,1	8,3	4,4	0,8
Горячий Обед для старших классов														
	Салат из белокочанной капусты с зеленым горошком	100	2,0	8,1	8,4	114,4	0,03	0,05	163,0	-	54	40	20	0,7
54-12с-2020	Суп картофельный с рыбными консервами	250	9,9	4,88	17,95	155,15	0,13	18,25	102,0	0,08	99,75	153,25	48,25	1,25
54-11м-2020	Плов из курицы	200	14,5	11,2	38,3	311,9	0,1	1,5	111,0	0,1	32,0	188,0	31,0	2,4
	Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	29,7	142,8	0,1	0	0	1,5	12,6	60,9	13,30	2,80
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,0	6,4	26,4	0,0	0,0	0,0	0,0	5,1	8,3	4,4	0,8
Неделя: первая День: пятница Сезон: осенне-зимний Возрастная категория: с 6-10 лет; 11-18 лет														
Горячий Завтрак для младших классов														
54-19з-2020	Свекла отварная с сыром	100	1,5	5,33	13,83	109,17	0,02	1,67	0,0	0,0	40,0	45,0	48,33	2,73
54-11г-2020	Картофельное пюре	200	4,0	7,6	31,6	211,07	0,27	34,67	52,0	0,13	61,33	128,0	44,0	2,0
54-11р-2020	Рыба тушеная с овощами (минтай)	100	13,86	7,29	6,43	146,57	0,14	7,14	100,43	0,14	22,86	31,43	62,86	0,0
	Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	29,7	142,8	0,1	0	0	1,5	12,6	60,9	13,30	2,80
	Снежок	200	2,9	2,5	4,0	50	-	0,7	-	-	120	-	14	0,1
Горячий Завтрак для старших классов														
54-19з-2020	Свекла отварная с сыром	100	1,5	5,33	13,83	109,17	0,02	1,67	0,0	0,0	40,0	45,0	48,33	2,73
54-11г-2020	Картофельное пюре	200	4,0	7,6	31,6	211,07	0,27	34,67	52,0	0,13	61,33	128,0	44,0	2,0
54-11р-2020	Рыба тушеная с овощами (минтай)	100	13,86	7,29	6,43	146,57	0,14	7,14	100,43	0,14	22,86	31,43	62,86	0,0
	Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	29,7	142,8	0,1	0	0	1,5	12,6	60,9	13,30	2,80
	Снежок	200	2,9	2,5	4,0	50	-	0,7	-	-	120	-	14	0,1
Горячий Обед для младших классов														
54-16з-2020	Салат Винегрет	100	1,25	8,88	7,5	114,75	0,01	2,5	11,25	0,0	26,25	40,0	17,5	1,05
136/3	Суп картофельный с крупой	250	2,45	6,18	14,58	123,6	0,08	21,5	79,5	1,33	41,5	74,75	26,75	0,75
54-16з-	Рис отварной	200	4,8	6,93	50,67	284,67	0,0	0,0	45,33	0,0	22,67	72,0	16,0	1,07

2020														
	Тефтели из говядины	100	6,93	7,47	11,07	139,20	0,05	1,60	-	-	32,13	163,67	21,80	3,00
	Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	29,7	142,8	0,1	0	0	1,5	12,6	60,9	13,30	2,80
	Сок фруктовый	200	0,5	0,1	10,1	92,0	0,01	5,2	0,0	0,0	51,0	70,0	4,0	1,4
Горячий Обед для старших классов														
54-16з-2020	Салат Винегрет	100	1,25	8,88	7,5	114,75	0,01	2,5	11,25	0,0	26,25	40,0	17,5	1,05
136/3	Суп картофельный с крупой	250	2,45	6,18	14,58	123,6	0,08	21,5	79,5	1,33	41,5	74,75	26,75	0,75
54-16з-2020	Рис отварной	200	4,8	6,93	50,67	284,67	0,0	0,0	45,33	0,0	22,67	72,0	16,0	1,07
	Тефтели из говядины	100	6,93	7,47	11,07	139,20	0,05	1,60	-	-	32,13	163,67	21,80	3,00
	Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	29,7	142,8	0,1	0	0	1,5	12,6	60,9	13,30	2,80
	Сок фруктовый	200	0,5	0,1	10,1	92,0	0,01	5,2	0,0	0,0	51,0	70,0	4,0	1,4
Неделя: вторая День: понедельник Сезон: осенне-зимний Возрастная категория: с 6-10 лет; 11-18 лет														
Горячий Завтрак для младших классов														
	Каша кукурузная	200	7,9	11,0	29,6	243,0	0,2	1,7	82,2	0,1	229,7	229,1	48,3	1,0
	Булочка в ассортименте	50	4,0	4,6	22,5	115,8	0,1	0,0	0,0	0,0	15,6	50,4	20,4	0,96
54-26гн-2020	Кисель из концентрата	200	0,0	0,0	33,4	162,0	0,0	20,0	0,0	0,0	2,4	3,85	0,0	0,06
	Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	29,7	142,8	0,1	0	0	1,5	12,6	60,9	13,30	2,80
	Банан	100	3,0	0,0	22,4	180,0	0,02	5,0	0,0	0,0	16,0	16,0	14,0	0,0
Горячий Завтрак для старших классов														
	Каша кукурузная	200	7,9	11,0	29,6	243,0	0,2	1,7	82,2	0,1	229,7	229,1	48,3	1,0
	Булочка в ассортименте	50	4,0	4,6	22,5	115,8	0,1	0,0	0,0	0,0	15,6	50,4	20,4	0,96
54-26гн-2020	Кисель из концентрата	200	0,0	0,0	33,4	162,0	0,0	20,0	0,0	0,0	2,4	3,85	0,0	0,06
	Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	29,7	142,8	0,1	0	0	1,5	12,6	60,9	13,30	2,80
	Банан	100	3,0	0,0	22,4	180,0	0,02	5,0	0,0	0,0	16,0	16,0	14,0	0,0
Горячий Обед для младших классов														
	Салат из горошка зеленого консервированного	100	1,8	3,11	3,78	50,16	-	6,6	-	-	12,87	-	12,6	0,42
54-15с-2020	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	250/20	1,5	1,98	13,23	76,7	0,05	10,5	65,25	0,03	21,75	41,25	17,0	1,0

54-8г-2020	Капуста тушеная	200	2,4	3,34	10,54	82,34	0,07	58,0	159,34	0,073	63,34	47,34	23,0	1,0
	Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	29,7	142,8	0,1	0	0	1,5	12,6	60,9	13,30	2,80
54-7хн-2020	Компот из сухофруктов	200	0,6	0,0	22,7	93,2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	0,0	0,0
Горячий Обед для старших классов														
	Салат из горошка зеленого консервированного	100	1,8	3,11	3,78	50,16	-	6,6	-	-	12,87	-	12,6	0,42
54-15с-2020	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	250/20	1,5	1,98	13,23	76,7	0,05	10,5	65,25	0,03	21,75	41,25	17,0	1,0
54-8г-2020	Капуста тушеная	200	2,4	3,34	10,54	82,34	0,07	58,0	159,34	0,073	63,34	47,34	23,0	1,0
	Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	29,7	142,8	0,1	0	0	1,5	12,6	60,9	13,30	2,80
54-7хн-2020	Компот из сухофруктов	200	0,6	0,0	22,7	93,2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	0,0	0,0
Неделя: вторая День: вторник Сезон: осенне-зимний Возрастная категория: с 6-10 лет; 11-18 лет														
Горячий Завтрак для младших классов														
	Салат из белокочанной капусты с зеленым горошком	100	2,0	8,1	8,4	114,4	0,03	0,05	163,0	-	54	40	20	0,7
54-1г-2020	Макаронные изделия отварные	200	6,67	7,07	46,67	277,33	0,13	0,0	45,33	0,0	89,33	6,13	12,0	1,33
54-19з-2020	Гуляш из куриного филе	100	13,25	11,0	2,13	187,75	0,13	1,38	19,88	0,0	11,25	187,0	21,25	2,5
	Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	29,7	142,8	0,1	0	0	1,5	12,6	60,9	13,30	2,80
54-7хн-2020	Компот из сухофруктов	200	0,6	0,0	22,7	93,2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	0,0	0,0
	Мандарин	100	1,8	0,0	8,4	76,0	0,08	12,0	0,0	0,0	68,0	46,0	13,0	0,6
Горячий Завтрак для старших классов														
	Салат из белокочанной капусты с зеленым горошком	100	2,0	8,1	8,4	114,4	0,03	0,05	163,0	-	54	40	20	0,7
54-1г-2020	Макаронные изделия отварные	200	6,67	7,07	46,67	277,33	0,13	0,0	45,33	0,0	89,33	6,13	12,0	1,33
54-19з-2020	Гуляш из куриного филе	100	13,25	11,0	2,13	187,75	0,13	1,38	19,88	0,0	11,25	187,0	21,25	2,5
	Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	29,7	142,8	0,1	0	0	1,5	12,6	60,9	13,30	2,80
54-7хн-	Компот из сухофруктов	200	0,6	0,0	22,7	93,2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	0,0	0,0

2020															
	Мандарин	100	1,8	0,0	8,4	76,0	0,08	12,0	0,0	0,0	68,0	46,0	13,0	0,6	
Горячий Обед для младших классов															
	Кукуруза консервированная	80	1,69	6,5	5,89	88,88	21,84	16,19	0,81	7,52		0,01		50	
54-2с-2020	Борщ из свежей капусты со сметаной	250/20	2,15	6,1	12,98	115,43	0,08	22,0	78,75	0,08	50,5	61,0	33,0	1,5	
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	200	10,93	8,67	57,07	349,87	0,53	0,0	45,33	0,13	69,33	276,0	90,67	7,07	
	Котлеты из говядины (ПФ)	100	14,9	15,5	13,8	258,9	-	-	-	3,3	15,0	170,9	29,4	2,9	
	Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	29,7	142,8	0,1	0	0	1,5	12,6	60,9	13,30	2,80	
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,0	6,4	26,4	0,0	0,0	0,0	0,0	5,1	8,3	4,4	0,8	
Горячий Обед для старших классов															
	Кукуруза консервированная	80	1,69	6,5	5,89	88,88	21,84	16,19	0,81	7,52		0,01		50	
54-2с-2020	Борщ из свежей капусты со сметаной	250/20	2,15	6,1	12,98	115,43	0,08	22,0	78,75	0,08	50,5	61,0	33,0	1,5	
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	200	10,93	8,67	57,07	349,87	0,53	0,0	45,33	0,13	69,33	276,0	90,67	7,07	
	Котлеты из говядины (ПФ)	100	14,9	15,5	13,8	258,9	-	-	-	3,3	15,0	170,9	29,4	2,9	
	Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	29,7	142,8	0,1	0	0	1,5	12,6	60,9	13,30	2,80	
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,0	6,4	26,4	0,0	0,0	0,0	0,0	5,1	8,3	4,4	0,8	
Неделя: вторая День: среда Сезон: осенне-зимний Возрастная категория: с 6-10 лет; 11-18 лет															
Горячий Завтрак для младших классов															
	Салат из горошка зеленого консервированного	100	1,8	3,11	3,78	50,16	-	6,6	-	-	12,87	-	12,6	0,46	
54-11г-2020	Картофельное пюре	200	4,0	7,6	31,6	211,07	0,27	34,67	52,0	0,13	61,33	128,0	44,0	2,0	
54-11р-2020	Рыба тушеная с овощами (минтай)	100	13,86	7,29	6,43	146,57	0,14	7,14	100,43	0,14	22,86	31,43	62,86	0,0	
	Сок фруктовый	200	0,5	0,1	10,1	92,0	0,01	5,2	0,0	0,0	51,0	70,0	4,0	1,4	
	Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	29,7	142,8	0,1	0	0	1,5	12,6	60,9	13,30	2,80	
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,0	40,4	0,0	0,5	0,0	0,0	5,1	3,4	3,84	0,38	
Горячий Завтрак для старших классов															
	Салат из горошка зеленого	100	1,8	3,11	3,78	50,16	-	6,6	-	-	12,87	-	12,6	0,46	

	консервированного													
54-11г-2020	Картофельное пюре	200	4,0	7,6	31,6	211,07	0,27	34,67	52,0	0,13	61,33	128,0	44,0	2,0
54-11р-2020	Рыба тушеная с овощами (минтай)	100	13,86	7,29	6,43	146,57	0,14	7,14	100,43	0,14	22,86	31,43	62,86	0,0
	Сок фруктовый	200	0,5	0,1	10,1	92,0	0,01	5,2	0,0	0,0	51,0	70,0	4,0	1,4
	Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	29,7	142,8	0,1	0	0	1,5	12,6	60,9	13,30	2,80
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,0	40,4	0,0	0,5	0,0	0,0	5,1	3,4	3,84	0,38
Горячий Обед для младших классов														
	Салат морковный с маслом растительным	100	0,7	8,1	5,8	99,0	0,04	4,84	977,2	-	18	30	21	0,9
54-12с-2020	Суп картофельный с рыбными консервами	250	9,9	4,88	17,95	155,15	0,13	18,25	102,0	0,08	99,75	153,25	48,25	1,25
54-1г-2020	Макаронные изделия отварные	200	6,67	7,07	46,67	277,33	0,13	0,0	45,33	0,0	89,33	6,13	12,0	1,33
54-19з-2020	Гуляш из куриного филе	100	13,25	11,0	2,13	187,75	0,13	1,38	19,88	0,0	11,25	187,0	21,25	2,5
	Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	29,7	142,8	0,1	0	0	1,5	12,6	60,9	13,30	2,80
54-26гн-2020	Кисель из концентрата	200	0,0	0,0	33,4	162,0	0,0	20,0	0,0	0,0	2,4	3,85	0,0	0,06
Горячий Обед для старших классов														
	Салат морковный с маслом растительным	100	0,7	8,1	5,8	99,0	0,04	4,84	977,2	-	18	30	21	0,9
54-12с-2020	Суп картофельный с рыбными консервами	250	9,9	4,88	17,95	155,15	0,13	18,25	102,0	0,08	99,75	153,25	48,25	1,25
54-1г-2020	Макаронные изделия отварные	200	6,67	7,07	46,67	277,33	0,13	0,0	45,33	0,0	89,33	6,13	12,0	1,33
54-19з-2020	Гуляш из куриного филе	100	13,25	11,0	2,13	187,75	0,13	1,38	19,88	0,0	11,25	187,0	21,25	2,5
	Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	29,7	142,8	0,1	0	0	1,5	12,6	60,9	13,30	2,80
54-26гн-2020	Кисель из концентрата	200	0,0	0,0	33,4	162,0	0,0	20,0	0,0	0,0	2,4	3,85	0,0	0,06
Неделя: вторая День: четверг Сезон: осенне-зимний Возрастная категория: с 6-10 лет; 11-18 лет														
Горячий Завтрак для младших классов														
54-21к-2020	Каша манная с маслом	200/10	4,5	13,6	25,0	261,0	0,05	1,0	0,08	0,0	135,0	99,0	20,0	0,7

	Булочка в ассортименте	50	4,0	4,6	22,5	115,8	0,1	0,0	0,0	0,0	15,6	50,4	20,4	0,96
54-26гн-2020	Кисель из концентрата	200	0,0	0,0	33,4	162,0	0,0	20,0	0,0	0,0	2,4	3,85	0,0	0,06
	Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	29,7	142,8	0,1	0	0	1,5	12,6	60,9	13,30	2,80
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,0	40,4	0,0	0,5	0,0	0,0	5,1	3,4	3,84	0,38
Горячий Завтрак для старших классов														
54-21к-2020	Каша манная с маслом	200/10	4,5	13,6	25,0	261,0	0,05	1,0	0,08	0,0	135,0	99,0	20,0	0,7
	Булочка в ассортименте	50	4,0	4,6	22,5	115,8	0,1	0,0	0,0	0,0	15,6	50,4	20,4	0,96
54-26гн-2020	Кисель из концентрата	200	0,0	0,0	33,4	162,0	0,0	20,0	0,0	0,0	2,4	3,85	0,0	0,06
	Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	29,7	142,8	0,1	0	0	1,5	12,6	60,9	13,30	2,80
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,0	40,4	0,0	0,5	0,0	0,0	5,1	3,4	3,84	0,38
Горячий Обед для младших классов														
	Салат из горошка зеленого консервированного	100	1,8	3,11	3,78	50,16	-	6,6	-	-	12,87	-	12,6	0,46
54-1с-2020	Щи из свежей капусты со сметаной	250/20	2,08	6,08	7,25	91,95	0,05	37,25	118,75	1,65	55,5	44,25	18,75	0,75
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	200	10,93	8,67	57,07	349,87	0,53	0,0	45,33	0,13	69,33	276,0	90,67	7,07
	Тефтели из говядины (ПФ)	100	6,93	7,47	11,07	139,20	0,05	1,60	-	-	32,13	163,67	21,80	3,00
	Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	29,7	142,8	0,1	0	0	1,5	12,6	60,9	13,30	2,80
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,0	6,4	26,4	0,0	0,0	0,0	0,0	5,1	8,3	4,4	0,8
Горячий Обед для старших классов														
	Салат из горошка зеленого консервированного	100	1,8	3,11	3,78	50,16	-	6,6	-	-	12,87	-	12,6	0,46
54-1с-2020	Щи из свежей капусты со сметаной	250/20	2,08	6,08	7,25	91,95	0,05	37,25	118,75	1,65	55,5	44,25	18,75	0,75
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	200	10,93	8,67	57,07	349,87	0,53	0,0	45,33	0,13	69,33	276,0	90,67	7,07
	Тефтели из говядины (ПФ)	100	6,93	7,47	11,07	139,20	0,05	1,60	-	-	32,13	163,67	21,80	3,00

	Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	29,7	142,8	0,1	0	0	1,5	12,6	60,9	13,30	2,80
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,0	6,4	26,4	0,0	0,0	0,0	0,0	5,1	8,3	4,4	0,8
Неделя: вторая День: пятница Сезон: осенне-зимний Возрастная категория: с 6-10 лет; 11-18 лет														
Горячий Завтрак для младших классов														
	Салат из свеклы с растительным маслом	100	1,1	3,6	6,1	60,8	0,01	3,04	0,9	-	26	29	15	0,9
54-11г-2020	Картофельное пюре	200	4,0	7,6	31,6	211,07	0,27	34,67	52,0	0,13	61,33	128,0	44,0	2,0
637/3	Голень куриная жаренная	100	68,64	46,52	328,87	2048,34					783,41		270,16	11,63
	Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	29,7	142,8	0,1	0	0	1,5	12,6	60,9	13,30	2,80
	Снежок	200	2,9	2,5	4,0	50	-	0,7	-	-	120	-	14	0,1
Горячий Завтрак для старших классов														
	Салат из свеклы с растительным маслом	100	1,1	3,6	6,1	60,8	0,01	3,04	0,9	-	26	29	15	0,9
54-11г-2020	Картофельное пюре	200	4,0	7,6	31,6	211,07	0,27	34,67	52,0	0,13	61,33	128,0	44,0	2,0
637/3	Голень куриная жаренная	100	68,64	46,52	328,87	2048,34					783,41		270,16	11,63
	Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	29,7	142,8	0,1	0	0	1,5	12,6	60,9	13,30	2,80
	Снежок	200	2,9	2,5	4,0	50	-	0,7	-	-	120	-	14	0,1
Горячий Обед для младших классов														
	Салат из белокочанной капусты с зеленым горошком	100	2,0	8,1	8,4	114,4	0,03	0,05	163,0	-	54	40	20	0,7
54-12с-2020	Суп картофельный с рыбными консервами	250	9,9	4,88	17,95	155,15	0,13	18,25	102,0	0,08	99,75	153,25	48,25	1,25
54-16з-2020	Рис отварной	200	4,8	6,93	50,67	284,67	0,0	0,0	45,33	0,0	22,67	72,0	16,0	1,07
54-19з-2020	Гуляш из куриного филе	100	13,25	11,0	2,13	187,75	0,13	1,38	19,88	0,0	11,25	187,0	21,25	2,5
	Хлеб в ассортименте	60	4,6	0,6	29,7	142,8	0,1	0	0	1,5	12,6	60,9	13,30	2,80
54-7хн-2020	Компот из сухофруктов	200	0,6	0,0	22,7	93,2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	0,0	0,0
Горячий Обед для старших классов														
	Салат из белокочанной	100	2,0	8,1	8,4	114,4	0,03	0,05	163,0	-	54	40	20	0,7

