



МБОУ СОШ №11
г. Шурягина г.н.



Примерное 2-х недельное цикличное меню
Первая неделя
понедельник-1

№ п/п рецептур	Витамины				Минералы-ка				Пищевые			Энергетическая ценность	Наименование блюд	Выход	
	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	Белки	Жиры	Углеб.				
231987		0,18	0,04	0,04	100,00	54,00	5,00	0,11	2,30	2,80		38	Сыр порциями	10	
2841998	0,10	0,08	0,11	3,00	116,90	354,56	16,07	0,83	18,72	31,29	2,91	206	Омлет натуральный	150	
6181466		0,08			2,79	4,12	2,20	0,46	0,10	0,03	16,28	82	Чай с сахаром	200/15	
3002001	0,07			1,08	8,78	37,74	6,73	0,53	5,14	1,78	37,96	145	Батон витаминизированный	50	
	0,17	0,17	0,15	4,12	221,68	344,42	23,66	4,83	27,24	23,87	48,84	611	Итого:		
Завтрак 5-11 класс															
№ п/п рецептур	Витамины				Минералы-ка				Пищевые			Энергетическая ценность	Наименование блюд	Выход	
	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	Белки	Жиры	Углеб.				
231987		0,18	0,04	0,04	100,00	54,00	5,00	0,11	2,30	2,80		38	Сыр порциями	10	
2841998	0,13	0,74	12,06	4,18	166,42	344,73	26,61	3,91	20,36	28,82	3,76	358	Омлет натуральный	200	
6201998		0,05			2,78	4,12	2,20	0,46	0,10	0,03	15,26	67	Чай с сахаром	200/15	
3002001	0,07			1,08	8,78	37,74	6,73	0,53	5,14	1,78	27,96	145	Батон витаминизированный	50	
	0,27	0,84	12,08	5,21	278,98	446,59	48,83	6,01	28,68	23,51	46,36	603	Итого:		
Обед 1-4 класс															
№ п/п рецептур	Витамины				Минералы-ка				Пищевые			Энергетическая ценность	Наименование блюд	Выход	
	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	Белки	Жиры	Углеб.				
782004	0,05	10,80	4,38	2,33	29,80	42,98	27,63	0,70	1,54	4,84	8,10	83	Икра морковная	60	
1361966	0,25	0,20	0,73	4,10	34,65	90,90	32,63	2,91	7,72	5,67	24,90	202	Суп картофельный с бобовыми с гренками	200/20	
3031997		0,20		0,22	15,20	118,80	17,60	1,36	8,78	22,40		241	Колбаса отварная	80	
273_4061998	0,89		0,05	1,19	18,60	47,00	9,68	0,93	5,32	4,89	25,59	212	Макаронные отварные	150	
2457004	0,04	300,40	163,40	0,10	17,40	1,47	3,40	0,86	0,68	0,28	29,63	136	Напиток из шиповника	200	
4480007	0,04			0,54	4,89	18,87	2,39	0,27	2,37	0,89	13,87	72	Батон витаминизированный	25	
4480007	0,04			0,54	4,89	18,87	2,39	0,27	2,37	0,89	13,87	72	Хлеб ржаной	25	
	0,28	300,60	163,67	0,64	104,68	264,20	60,41	6,84	29,28	29,28	121,96	619	Итого:		
Обед 5-11 класс															
№ п/п рецептур	Витамины				Минералы-ка				Пищевые			Энергетическая ценность	Наименование блюд	Выход	
	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	Белки	Жиры	Углеб.				
782004	0,10	10,15	7,31	3,85	48,79	70,90	45,04	1,32	2,87	8,07	13,56	130	Икра морковная	100	
1361966	0,33	11,50	6,59	4,63	41,40	114,26	30,23	2,42	8,90	6,78	40,89	262	Суп картофельный с бобовыми с гренками	250/20	
3031997		0,20		0,22	15,20	118,80	17,60	1,36	8,78	22,40		241	Колбаса отварная	100	
273_4061998	0,30		0,05	1,42	22,32	56,47	10,41	1,07	6,40	5,87	47,71	254	Макаронные отварные	180	
2457004	0,04	300,40	163,40	0,10	17,40	1,47	3,40	0,86	0,68	0,28	29,63	136	Напиток из шиповника	200	
4480007	0,04			0,54	4,89	18,87	2,39	0,27	2,37	0,89	13,87	72	Батон витаминизированный	25	
4480007	0,04			0,54	4,89	18,87	2,39	0,27	2,37	0,89	13,87	72	Хлеб ржаной	25	
	0,26	329,60	173,68	12,16	169,84	443,18	120,19	6,43	34,97	66,16	149,10	1286	Итого:		

вторник-1															
Завтрак 1-4 класс															
№ п/п рецептур	Витамины				Минералы-ка				Пищевые			Энергетическая ценность	Наименование блюд	Выход	
	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	Белки	Жиры	Углеб.				
221997		0,10	0,22	1,20	1,30	0,02	0,02	0,05	8,25	0,38		75	Масло сливочное	10	
1752005	0,10	0,30	16,00	0,04	89,84	119,07	27,44	0,62	4,80	11,23	23,26	221	Каша молочная Дружба с маслом сливочным	150/10	
3031997	0,02	0,03	11,00		63,40	45,00	7,00	0,11	3,05	2,40	23,11	119	Кофейный напиток с молоком	200	
3002001	0,07			1,08	8,78	37,74	6,72	0,53	5,14	1,78	27,96	145	Батон витаминизированный	50	
	0,15	0,43	27,20	1,84	178,32	203,71	41,89	1,28	13,64	13,64	75,82	449	Итого:		
Завтрак 5-11 класс															
№ п/п рецептур	Витамины				Минералы-ка				Пищевые			Энергетическая ценность	Наименование блюд	Выход	
	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	Белки	Жиры	Углеб.				
221997		0,10	0,22	1,20	1,30	0,02	0,02	0,05	8,25	0,38		75	Масло сливочное	10	
1752005	0,12	1,30	22,12	0,78	124,83	186,87	37,25	0,83	8,12	12,22	43,98	270	Каша молочная Дружба с маслом сливочным	200/10	
3031997	0,02	0,03	11,00		63,40	45,00	7,00	0,11	3,06	2,40	23,11	119	Кофейный напиток с молоком	200	
3002001	0,07			1,08	8,78	37,74	6,72	0,53	5,14	1,78	27,96	145	Батон витаминизированный	50	
	0,27	1,43	33,22	2,01	281,31	443,31	61,81	1,61	16,36	16,36	84,39	499	Итого:		
Обед 1-4 класс															
№ п/п рецептур	Витамины				Минералы-ка				Пищевые			Энергетическая ценность	Наименование блюд	Выход	
	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	Белки	Жиры	Углеб.				
180004	0,04	13,14	0,81	2,10	23,58	37,18	14,83	1,71	1,83	4,81	8,81	86	Икра свекольная	60	
1361966	0,26	13,20	0,73	1,10	18,58	51,74	16,30	0,82	3,26	3,33	16,68	97	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	
422271	0,08	0,21	0,83	0,80	22,60	126,31	26,12	1,38	11,32	14,72	14,69	225	Тертфели 1 вариант	80/30	
4031326	0,04		0,07	0,30	18,41	83,97	17,92	0,92	3,81	6,11	40,01	130	Рис отварной	150	
5841592		0,47			44,32	13,40	8,00	1,28	0,44		20,88	119	Комлот из сухофруктов	200	
4480007	0,04			0,54	4,89	18,87	2,39	0,27	2,37	0,89	13,87	72	Батон витаминизированный	25	
4480007	0,04			0,54	4,89	18,87	2,39	0,27	2,37	0,89	13,87	72	Хлеб ржаной	25	
	0,24	21,81	1,47	3,81	124,84	267,2	116,18	6,24	21,67	21,67	120,88	613	Итого:		
Обед 5-11 класс															
№ п/п рецептур	Витамины				Минералы-ка				Пищевые			Энергетическая ценность	Наименование блюд	Выход	
	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	Белки	Жиры	Углеб.				
782004	0,27	21,90	8,51	3,66	39,29	61,66	33,04	1,84	2,72	8,07	14,81	144	Икра свекольная	100	
1361966	0,12	16,50	0,82	1,45	26,64	65,60	24,71	1,07	2,81	2,92	20,83	122	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	
422271	0,10	0,86	0,33	0,84	27,31	146,45	31,35	1,55	14,00	18,03	16,85	287	Тертфели 1 вариант	100/30	
4031326	0,04		0,07	0,47	18,09	102,78	23,63	0,71	4,58	7,23	48,02	216	Рис отварной	180	
5841592		0,47			44,32	15,40	8,00	1,28	0,44		20,88	119	Комлот из сухофруктов	200	
4480007	0,04			0,54	4,89	18,87	2,39	0,27	2,37	0,89	13,87	72	Батон витаминизированный	25	
4480007	0,04			0,54	4,89	18,87	2,39	0,27	2,37	0,89	13,87	72	Хлеб ржаной	25	
	0,43	46,73	1,86	10,21	189,77	469,2	143,44	7,21	11,77	37,31	101,81	1064	Итого:		

среда-1

Завтрак 1-4 класс														
№ п/п Класс	Витамины				Минералы				Пищевые			Энергетическая ценность	Наименование блюд	Выход
	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	Белки	Жиры	Углеб.			
3241987	0,84		0,13		31,18	16,75	6,22	1,26	6,36	5,74	0,35	79	Яйцо вареное	1
373_274-1684	0,68	0,97	0,16	1,17	163,87	131,82	16,82	0,86	6,43	12,17	30,84	372	Макаронные отварные с сыром	150
6301960	0,52	0,70	11,00		62,78	48,12	8,20	0,81	1,56	1,83	17,83	82	Чай с молоком	150/50/15
3002001	0,87			1,08	0,78	37,74	6,72	0,83	6,11	1,74	27,85	146	Батон витаминизированный	50
	6,81	0,87	11,31	2,25	287,61	174,85	37,39	3,29	21,47	11,21	76,48	688	Итого	
Завтрак 6-11 класс														
3241987	0,84		0,13		31,18	16,75	6,22	1,26	6,36	5,74	0,35	79	Яйцо вареное	1
373_2741894	0,10	0,22	0,18	1,43	220,78	157,45	18,99	1,15	10,11	14,63	34,67	377	Макаронные отварные с сыром	180
7401979	0,26	0,70	11,00		40,73	49,22	9,20	0,61	1,25	1,83	17,83	82	Чай с молоком	150/50/15
3002001	0,87			1,08	0,78	37,74	6,72	0,83	6,11	1,74	27,85	146	Батон витаминизированный	50
	6,33	1,68	11,31	2,48	334,32	211,06	41,13	3,47	23,16	18,77	61,68	643	Итого	
Обед 1-4 класс														
74-2004	0,80	4,77	3,11	1,47	26,78	36,57	16,62	0,82	8,83	3,94	4,94	50	Икра овощная закусочная	60
1101638	0,85	17,54	0,87	2,16	26,26	45,35	21,14	1,01	1,71	9,82	18,84	84	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5
6201997	0,04		0,04	2,13	16,90	121,21	16,26	1,46	12,95	16,61	16,86	184	Котлета особая из кур	80
6140271	0,81	0,73	0,24	0,30	3,52	3,97	1,80	0,08	8,25	0,62	1,84	14	Соус красный основной	30
257_1461-4271	0,57		0,13	4,68	16,58	172,28	113,81	3,80	7,22	12,60	38,38	272	Каша гречневая рассыпчатая	150
7601969	0,02	0,87	0,70	1,10	32,40	29,20	21,00	0,70	1,94		36,84	121	Компот из кураги	200
3002001	0,84			0,84	4,89	18,27	3,36	0,27	2,87	0,88	13,97	72	Батон витаминизированный	25
Итого(обед)2011	0,60			0,35	6,76	30,50	11,75	0,94	1,68	0,30	6,25	44	Хлеб ржаной	25
	6,34	19,89	4,69	12,11	147,31	468,93	287,16	8,34	29,22	36,68	116,37	637	Итого	
Обед 5-11 класс														
74-2004	0,84	7,36	3,81	2,48	44,53	50,95	26,72	1,03	1,36	5,08	8,23	84	Икра овощная закусочная	100
1101638	0,26	21,52	1,08	2,69	47,78	85,66	26,34	1,26	2,11	8,85	13,81	178	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/5
6201997	0,10		0,05	2,68	31,12	151,51	22,83	1,82	16,19	19,52	13,23	230	Котлета особая из кур	100
620271	0,81	0,73	0,24	0,30	3,52	3,97	1,80	0,08	8,25	0,62	1,84	14	Соус красный основной	30
257_1461-4271	0,56		0,13	4,68	16,58	172,28	113,81	3,80	7,22	12,60	38,38	272	Каша гречневая рассыпчатая	180
7601969	0,02	0,87	0,70	1,10	32,40	29,20	21,00	0,70	1,94		36,84	127	Компот из кураги	200
3002001	0,84			0,84	4,89	18,27	3,36	0,27	2,87	0,88	13,97	72	Батон витаминизированный	25
Итого(обед)2011	0,38			0,38	8,75	39,58	11,76	0,98	1,69	0,30	6,38	44	Хлеб ржаной	25
	6,48	31,66	6,73	14,39	181,18	546,66	316,47	10,76	31,87	48,17	132,64	1014	Итого	

четверг-1

Завтрак 1-4 класс														
№ п/п Класс	Витамины				Минералы				Пищевые			Энергетическая ценность	Наименование блюд	Выход
	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	Белки	Жиры	Углеб.			
2241967	0,16	0,24	0,04	0,04	100,00	89,02	9,30	0,11	2,30	2,90		36	Сыр порциями	10
2321804	0,04	0,36	18,00	0,37	60,45	120,03	27,37	0,48	4,54	18,98	32,52	248	Каша молочная рисовая с маслом сливочным	150/10
6121806	0,34	1,30	22,20		122,00	114,20	21,64	0,78	3,87	3,90	25,78	191	Квац с молоком	200
3002001	0,37			1,08	0,78	37,74	6,72	0,83	6,11	1,74	27,85	146	Батон витаминизированный	50
	2,07	2,44	39,84	1,49	211,93	327,97	68,73	1,87	16,39	18,64	66,16	622	Итого	
Завтрак 5-11 класс														
№ п/п Класс	Витамины				Минералы				Пищевые			Энергетическая ценность	Наименование блюд	Выход
	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	Белки	Жиры	Углеб.			
2241967	0,16	0,24	0,04	0,04	100,00	89,02	9,30	0,11	2,30	2,90		36	Сыр порциями	10
2321804	0,08	1,30	22,20	0,42	122,20	158,40	28,48	0,64	6,63	11,68	42,32	305	Каша молочная рисовая с маслом сливочным	200/10
6121806	0,34	1,30	22,20		122,80	116,20	21,64	0,78	3,87	3,90	25,78	191	Квац с молоком	200
3002001	0,37			1,08	0,78	37,74	6,72	0,83	6,11	1,74	27,85	146	Батон витаминизированный	50
	0,18	2,71	44,18	1,54	344,88	347,34	69,34	2,01	17,34	26,48	97,85	629	Итого	
Обед 1-4 класс														
74-2004	0,26	16,80	4,80	2,33	28,89	42,58	27,03	0,79	1,54	4,84	8,13	83	Икра морковная	60
1802001	0,07	1,30	22,62	0,37	127,68	166,12	38,89	0,40	4,57	4,70	17,46	132	Суп молочный с макаронными изделиями	200
4742004	0,21	26,82	0,90	4,49	28,80	171,71	48,04	2,04	11,90	17,97	26,14	216	Запеканка картофельная с мясом	150
7601969	0,03	0,07		0,56	16,40	25,80	6,40	0,58	0,30		33,16	132	Компот из изюма	200
1002001	0,84			0,84	4,89	18,27	3,36	0,27	2,87	0,88	13,97	72	Батон витаминизированный	25
Итого(обед)2011	0,65			0,36	8,79	30,90	11,79	0,98	1,95	0,30	6,36	44	Хлеб ржаной	25
	6,48	15,18	26,47	6,12	218,27	482,99	115,41	6,19	27,87	28,43	107,21	778	Итого	
Обед 5-11 класс														
74-2004	0,10	18,15	7,51	3,61	49,79	70,50	45,63	1,32	2,87	8,07	13,60	129	Икра морковная	100
1802001	0,08	1,63	27,52	0,36	159,00	121,41	21,04	0,60	4,72	5,87	21,83	166	Суп молочный с макаронными изделиями	250
4742004	0,22	26,84	0,90	5,47	38,21	279,54	64,00	2,72	19,67	22,94	24,80	420	Запеканка картофельная с мясом	200
7601969	0,03	0,07		0,56	16,40	25,80	6,40	0,58	0,30		33,16	132	Компот из изюма	200
1002001	0,84			0,84	4,89	18,27	3,36	0,27	2,87	0,88	13,97	72	Батон витаминизированный	25
Итого(обед)2011	0,28			0,35	6,76	30,60	11,78	0,68	1,65	0,30	6,36	44	Хлеб ржаной	25
	6,88	61,41	34,81	11,26	377,64	616,49	131,43	6,45	28,74	39,68	128,73	972	Итого	

пятница-1														
Завтрак 1-4 класс														
№ п/п № ученика	Витамины				Минералы				Полезные жиры			Энергетическая ценность	Наименование блюд	Выход
	В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe	Белки	Жиры	Угле			
201967			0,16	0,22	1,20	1,90	0,04	0,02	0,08	0,25	0,06	75	Масло сливочное	10
201970	0,11	0,00	60,83	44,56	247,01	262,83	42,82	1,48	20,82	22,24	23,98	440	Запеканка из творога со сгущенным молоком	150/15
201990		2,83			5,28	1,68	3,84	0,50	0,18	0,03	16,40	84	Чай с сахаром с лимоном	200/15/7
202001	0,07			1,08	0,78	37,74	0,72	0,53	0,14	1,78	27,96	146	Батон витаминизированный	50
	0,18	3,78	68,83	46,56	283,67	497,83	49,82	3,33	21,87	24,28	27,88	720	Итого	
Завтрак 5-11 класс														
№ п/п № ученика	Витамины				Минералы				Полезные жиры			Энергетическая ценность	Наименование блюд	Выход
	В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe	Белки	Жиры	Угле			
221997			0,10	0,22	1,20	1,90	0,04	0,02	0,08	0,25	0,06	75	Масло сливочное	10
221998	0,14	1,15	104,42	94,69	388,58	470,58	65,40	1,58	27,84	27,82	41,48	568	Запеканка из творога со сгущенным молоком	200/15
221999		2,85			5,58	1,68	3,84	0,50	0,18	0,03	16,40	84	Чай с сахаром с лимоном	200/15/7
222001	0,07			1,08	0,78	37,74	0,72	0,53	0,14	1,78	27,96	146	Батон витаминизированный	50
	0,21	4	104,52	97,83	398,14	478,88	66,33	1,68	29,84	29,84	41,98	682	Итого	
Обед 1-4 класс														
№ п/п № ученика	Витамины				Минералы				Полезные жиры			Энергетическая ценность	Наименование блюд	Выход
	В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe	Белки	Жиры	Угле			
762004	0,34	13,14	0,24	2,19	23,59	37,18	16,82	1,11	1,83	4,84	0,04	65	Икра свекольная	60
1201006	0,09	24,64	0,19	2,53	36,70	48,25	17,78	0,69	1,62	5,84	7,63	82	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/5
444271	0,00	0,72	0,32	2,05	24,78	180,63	22,42	1,81	20,78	24,87	2,73	232	Птица, тушеная в томатном соусе	80/30
445166	0,04		0,07	0,34	2,48	30,37	27,82	0,82	1,81	6,11	40,01	230	Рис отварной	150
1041664	0,31	0,86	0,01	0,23	6,84	4,40	3,80	0,98	0,18	0,16	27,87	114	Компот из свежих яблок	200
2022001	0,04			0,84	4,85	18,67	3,36	0,27	2,67	0,86	13,87	72	Батон витаминизированный	25
Итого(класс)	0,84			0,35	6,75	39,58	11,79	0,88	1,98	9,30	8,36	44	Хлеб ржаной	25
	0,32	46,46	1,83	6,28	129,38	416,1	148,28	6,92	32,23	42,64	109,38	888	Итого	
Обед 5-11 класс														
№ п/п № ученика	Витамины				Минералы				Полезные жиры			Энергетическая ценность	Наименование блюд	Выход
	В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe	Белки	Жиры	Угле			
762004	0,37	31,90	0,27	3,65	39,79	61,94	31,04	1,84	2,72	8,07	14,91	144	Икра свекольная	100
1201006	0,37	31,17	0,20	3,19	42,31	59,45	20,14	0,86	2,01	6,68	6,90	100	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/5
444271	0,11	0,72	0,34	2,48	30,37	27,82	27,87	2,37	25,91	30,98	2,93	274	Птица, тушеная в томатном соусе	100/30
445166	0,04		0,09	0,47	16,59	180,76	33,08	0,74	4,58	7,23	48,02	278	Рис отварной	180
1041664	0,31	0,86	0,01	0,23	6,84	4,40	3,80	0,98	0,18	0,16	27,87	114	Компот из свежих яблок	200
2022001	0,04			0,84	4,85	18,67	3,36	0,27	2,67	0,86	13,87	72	Батон витаминизированный	25
Итого(класс)	0,85			0,36	6,76	39,59	11,79	0,88	1,98	9,30	8,36	44	Хлеб ржаной	25
	0,48	68,46	1,95	10,87	183,18	613,6	134,49	6,88	35,49	42,88	128,81	1028	Итого	

суббота-1														
Завтрак 1-4 класс														
№ п/п № ученика	Витамины				Минералы				Полезные жиры			Энергетическая ценность	Наименование блюд	Выход
	В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe	Белки	Жиры	Угле			
2141967	0,84		0,13		21,18	56,78	0,22	1,28	0,25	0,73	0,25	70	Яйцо вареное	1
1302015	0,83	90,00		0,20	16,00	11,20	9,00	2,20	0,40	0,40	0,80	47	Яблоко	100
201969	0,19	0,98	16,08	1,20	108,94	157,00	42,00	1,18	0,54	11,80	33,03	209	Каша молочная пшеница с маслом сливочным	150/10
7621967	0,02	0,88	11,00		62,40	40,20	7,00	0,11	3,05	2,40	23,11	119	Кофейный напиток с молоком	200
202001	0,07			1,08	0,78	37,74	0,72	0,53	0,14	1,78	27,96	146	Батон витаминизированный	50
	0,38	15,61	27,24	2,48	224,28	318,38	79,84	4,28	8,48	15,58	64,14	484	Итого	
Завтрак 5-11 класс														
№ п/п № ученика	Витамины				Минералы				Полезные жиры			Энергетическая ценность	Наименование блюд	Выход
	В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe	Белки	Жиры	Угле			
2241967	0,84		0,13		21,18	56,78	0,22	1,28	0,25	0,73	0,25	70	Яйцо вареное	1
1302015	0,83	10,00		0,20	16,00	11,20	9,00	2,20	0,40	0,40	0,80	47	Яблоко	100
201969	0,19	0,98	16,08	1,20	108,94	157,00	42,00	1,18	0,54	11,80	33,03	209	Каша молочная пшеница с маслом сливочным	200/10
7621967	0,02	0,88	11,00		62,40	40,20	7,00	0,11	3,05	2,40	23,11	119	Кофейный напиток с молоком	200
202001	0,07			1,08	0,78	37,74	0,72	0,53	0,14	1,78	27,96	146	Батон витаминизированный	50
	0,41	15,86	27,24	2,8	228,84	499,28	84,92	3,87	32,64	33,41	108,23	789	Итого	
Обед 1-4 класс														
№ п/п № ученика	Витамины				Минералы				Полезные жиры			Энергетическая ценность	Наименование блюд	Выход
	В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe	Белки	Жиры	Угле			
762004	0,02	4,72	0,11	1,47	26,78	23,97	16,03	0,63	0,83	3,05	4,94	50	Икра овощная закусовая	60
1201006	0,09	13,44	0,75	2,04	25,74	61,18	21,38	0,83	1,98	5,80	10,73	109	Рассольник ленинградский со сметаной	200/5
2021968	0,10	0,28	0,20	3,18	28,24	147,74	37,22	0,68	10,30	7,17	12,38	158	Биточек рыбный (минтай)	80
472918	0,16	25,84	0,01	0,24	45,90	68,70	33,00	1,23	3,24	6,64	27,58	182	Картофельное пюре	150
201969	0,04	0,47			44,80	15,40	6,60	1,20	0,44		28,80	119	Компот из сухофруктов	200
2022001	0,04			0,84	4,85	18,67	3,36	0,27	2,67	0,86	13,87	72	Батон витаминизированный	25
Итого(класс)	0,05			0,35	6,75	39,50	11,79	0,88	1,98	9,30	8,36	44	Хлеб ржаной	25
	0,46	48,88	12,88	7,85	185,38	418,58	138,74	6,17	38,38	32,71	104,23	703	Итого	
Обед 5-11 класс														
№ п/п № ученика	Витамины				Минералы				Полезные жиры			Энергетическая ценность	Наименование блюд	Выход
	В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe	Белки	Жиры	Угле			
762004	0,04	7,96	0,01	2,48	44,62	52,04	26,72	1,03	1,29	8,58	8,23	91	Икра овощная закусовая	100
1201006	0,11	16,78	0,84	2,54	32,90	78,19	26,78	1,08	2,41	6,88	12,12	124	Рассольник ленинградский со сметаной	250/5
2021968	0,12	0,33	0,50	3,58	34,71	184,82	46,48	1,20	12,88	8,90	18,47	196	Биточек рыбный (минтай)	100
4721006	0,20	31,13	0,03	0,28	51,17	118,11	39,80	1,48	3,89	6,68	28,41	182	Картофельное пюре	180
201969	0,04	0,47			44,80	15,40	6,60	1,20	0,44		28,80	119	Компот из сухофруктов	200
2022001	0,04			0,84	4,85	18,67	3,36	0,27	2,67	0,86	13,87	72	Батон витаминизированный	25
Итого(класс)	0,05			0,35	6,75	39,50	11,79	0,88	1,98	9,30	8,36	44	Хлеб ржаной	25
	0,44	64,67	16,81	16,13	224,98	511,93	198,88	7,29	34,23	36,73	118,43	838	Итого	

Вторая неделя

понедельник-2

Завтрак 1-4 класс

№ с/б-за рецептур	Витамины				Минералы				Пищевые			Энергетическая Ценность	Наименование блюда	Выход
	В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe	Белки	Жиры	Угледы			
221997		9.10	0.22	1.20	1.20	1.90	0.04	0.02	0.05	8.25	0.08	75	Масло сливочное	10
281996	0.10	0.68	0.71	3.00	116.90	258.58	10.87	2.93	16.72	21.28	2.81	366	Омлет натуральный	150
6281966		0.09			2.78	4.12	2.20	0.46	0.10	0.03	15.28	62	Чай с сахаром	200/15
3002001	0.07			1.08	9.78	37.74	6.72	0.53	5.14	1.78	27.56	145	Батон витаминизированный	50
	6.17	6.61	9.81	4.30	132.68	367.32	28.83	3.84	21.81	31.32	46.12	540	Итого	

Завтрак 5-11 класс

№ с/б-за рецептур	Витамины				Минералы				Пищевые			Энергетическая Ценность	Наименование блюда	Выход
	В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe	Белки	Жиры	Угледы			
221997		9.10	0.22	1.20	1.20	1.90	0.04	0.02	0.05	8.25	0.08	75	Масло сливочное	10
281996	0.13	0.74	12.95	4.19	158.42	344.73	26.61	3.91	28.96	28.83	3.75	358	Омлет натуральный	200
6281966		0.06			2.78	4.12	2.20	0.46	0.10	0.03	15.28	62	Чай с сахаром	200/15
3002001	0.07			1.08	9.78	37.74	6.72	0.53	5.14	1.78	27.56	145	Батон витаминизированный	50
	6.3	6.78	13.98	6.49	172.18	388.49	35.87	4.92	34.21	30.89	47.06	640	Итого	

Обед 1-4 класс

782004	0.06	10.89	4.30	2.33	20.80	42.58	27.03	0.70	1.54	4.84	6.13	83	Икра морковная	60
1361996	0.25	9.20	0.73	4.10	34.05	96.99	32.83	2.01	7.73	5.67	36.50	232	Суп картофельный с бобовыми с гречками	200/20
3031997	0.20			0.22	15.20	116.80	13.80	1.38	9.78	22.40		291	Колбаса отварная	80
273_4691996	0.06		0.05	1.19	18.80	47.96	6.68	0.89	5.23	4.89	35.59	212	Макаронные отварные	150
7052004	0.01	200.00	163.40	0.76	12.40	3.40	3.40	0.58	0.68	0.28	29.82	136	Напиток из шиповника	200
3002001	0.04			0.54	4.80	18.87	3.36	0.27	2.57	0.88	13.97	72	Батон витаминизированный	25
покупные2011	0.05			0.35	8.75	39.50	11.75	0.98	1.85	0.30	8.35	44	Хлеб ржаной	25
	6.78	229.89	163.67	5.49	134.68	241.20	60.45	6.88	21.14	30.84	132.14	1028	Итого	

Обед 5-11 класс

782004	0.10	18.15	7.31	3.86	48.79	70.86	45.04	1.32	2.57	8.07	13.06	130	Икра морковная	100
1361996	0.30	11.50	0.91	4.93	41.86	114.29	39.93	2.42	8.90	6.78	40.80	292	Суп картофельный с бобовыми с гречками	250/20
3031997	0.25			0.28	19.00	149.00	17.00	1.70	12.30	29.00		301	Колбаса отварная	100
273_4691996	0.10		0.08	1.42	22.32	56.47	10.41	1.07	6.40	5.67	42.71	254	Макаронные отварные	180
7052004	0.01	200.00	163.40	0.76	12.40	3.40	3.40	0.58	0.68	0.28	29.82	136	Напиток из шиповника	200
3002001	0.04			0.54	4.80	18.87	3.36	0.27	2.57	0.88	13.97	72	Батон витаминизированный	25
покупные2011	0.05			0.35	8.75	39.50	11.75	0.98	1.85	0.30	8.35	44	Хлеб ржаной	25
	6.86	229.88	171.68	5.16	151.84	248.44	78.49	8.42	24.97	38.18	148.16	1208	Итого	

вторник-2

Завтрак 1-4 класс

№ с/б-за рецептур	Витамины				Минералы				Пищевые			Энергетическая Ценность	Наименование блюда	Выход
	В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe	Белки	Жиры	Угледы			
231997		0.18	0.04	0.04	100.00	64.00	5.00	0.11	2.30	2.90		38	Сыр порциями	10
2511996	0.06	0.08	18.60	0.37	96.45	120.03	27.37	0.48	4.54	10.96	32.52	248	Каша молочная рисовая с маслом сливочным	150/10
7621997	0.02	0.05	11.00		60.40	45.90	7.00	0.11	3.05	2.40	23.11	119	Кофейный напиток с молоком	200
3002001	0.07			1.08	9.78	37.74	6.72	0.53	5.14	1.78	27.56	145	Батон витаминизированный	50
	6.16	1.78	17.64	1.48	268.83	284.77	48.89	1.35	16.83	18.84	83.88	660	Итого	

Завтрак 5-11 класс

№ с/б-за рецептур	Витамины				Минералы				Пищевые			Энергетическая Ценность	Наименование блюда	Выход
	В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe	Белки	Жиры	Угледы			
231997		0.18	0.04	0.04	100.00	64.00	5.00	0.11	2.30	2.90		38	Сыр порциями	10
2811996	0.08	1.30	22.10	0.42	132.20	150.40	36.48	0.84	6.03	11.89	43.33	305	Каша молочная рисовая с маслом сливочным	200/10
7621997	0.02	0.08	11.00		60.40	46.00	7.00	0.11	3.05	2.40	23.11	119	Кофейный напиток с молоком	200
3002001	0.07			1.08	9.78	37.74	6.72	0.53	5.14	1.78	27.56	145	Батон витаминизированный	50
	6.17	3.11	33.14	1.54	392.38	396.14	65.29	1.39	16.83	18.94	143.29	607	Итого	

Обед 1-4 класс

782004	0.04	13.14	0.34	2.19	23.59	37.18	19.83	1.11	1.83	4.84	6.94	86	Икра свекольная	60
1101996	0.05	17.54	0.87	2.16	30.36	45.35	21.14	1.01	1.71	5.62	10.84	84	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5
4161996	0.08			2.30	13.88	119.90	24.07	1.22	12.67	10.92	12.36	200	Биточек из говядины	80
4721996	0.16	28.94	5.03	0.24	45.98	96.76	33.00	1.23	3.24	5.56	22.00	152	Картофельное пюре	150
5881996		0.47			44.80	16.40	6.00	1.28	0.44		26.88	119	Компот из сухофруктов	200
3002001	0.04			0.54	4.80	18.87	3.36	0.27	2.57	0.88	13.97	72	Батон витаминизированный	25
покупные2011	0.05			0.35	8.75	39.50	11.75	0.98	1.85	0.30	8.35	44	Хлеб ржаной	25
	0.42	87.00	6.24	7.78	180.65	272.7	118.16	7.08	23.81	28.17	105.28	767	Итого	

Обед 5-11 класс

782004	0.07	21.90	0.87	3.65	36.20	61.96	33.04	1.84	2.72	8.07	14.91	144	Икра свекольная	100
1101996	0.06	21.92	1.08	2.89	47.76	55.31	26.34	1.26	2.11	6.85	13.61	118	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/5
416271	0.10			2.87	17.21	149.40	30.09	1.33	15.71	13.71	15.47	250	Биточек из говядины	100
4721996	0.20	31.13	8.03	0.29	55.17	118.11	39.60	1.48	3.69	6.08	26.41	182	Картофельное пюре	180
5881996		0.47			44.80	16.40	6.00	1.28	0.44		26.88	119	Компот из сухофруктов	200
3002001	0.04			0.54	4.80	18.87	3.36	0.27	2.57	0.88	13.97	72	Батон витаминизированный	25
покупные2011	0.05			0.35	8.75	39.50	11.75	0.98	1.85	0.30	8.35	44	Хлеб ржаной	25
	6.52	76.43	7.88	98.28	217.87	437.3	118.17	8.43	28.89	38.29	181.60	927	Итого	

среда-2														
Завтрак 1-4 класс														
№ сб-ка рецептур	Витамины				Минералы				Пищевые			Энергетич. Ценность	Наименование блюда	Выход
	В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe	Белки	Жиры	Углеб.			
3241997	0,04		0,13		31,16	94,75	6,22	1,28	6,36	5,75	0,35	79	Яйцо вареное	1
273_274/1998	0,06	0,27	0,19	1,17	183,67	131,32	18,82	0,90	6,40	12,17	30,36	272	Макаронные отварные с сыром	150
630/1998	0,82	0,70	11,00		62,78	49,12	8,20	0,51	1,55	1,83	17,63	92	Чай с молоком	150/50/15
300/2001	0,07			1,08	9,78	37,74	6,72	0,83	5,14	1,78	27,95	145	Батон витаминизированный	50
	6,51	6,87	11,31	2,25	297,41	216,88	27,24	2,29	13,47	15,13	76,49	688	Итого	
Завтрак 5-11 класс														
№ сб-ка рецептур	Витамины				Минералы				Пищевые			Энергетич. Ценность	Наименование блюда	Выход
	В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe	Белки	Жиры	Углеб.			
3241997	0,04		0,13		31,16	94,75	6,22	1,28	6,36	5,75	0,35	79	Яйцо вареное	1
273_274/1998	0,10	0,33	0,19	1,40	220,38	157,45	18,99	1,15	10,11	14,83	36,67	327	Макаронные отварные с сыром	180
630/1998	0,32	0,70	11,00		62,78	49,12	8,20	0,51	1,55	1,80	17,60	92	Чай с молоком	150/50/15
300/2001	0,07			1,08	9,78	37,74	6,72	0,53	5,14	1,78	27,95	145	Батон витаминизированный	50
	8,23	1,62	11,31	2,48	314,12	241,86	41,13	3,47	22,16	22,77	82,65	643	Итого	
Обед 1-4 класс														
79/2004	0,02	4,77	2,11	1,47	26,78	36,57	18,03	0,62	0,83	3,08	4,94	90	Икра овощная закусочная	80
174/1997	0,06	16,04	0,75	2,38	34,24	42,23	16,80	0,54	1,63	5,74	9,91	86	Суп крестьянский с крупой со сметаной	200/5
297/2005	0,06		0,09	0,45	15,37	110,25	15,04	1,23	11,81	15,15	5,64	162	Фрикадельки из кур	80
483/1998	0,07	82,14	0,48	8,20	93,64	87,28	34,50	1,30	2,83	6,44	18,28	132	Калуста тушеная	150
702/1997	0,03	0,07		0,06	16,40	25,80	6,40	0,66	0,36		33,16	132	Компот из изюма	200
300/2001	0,04			0,54	4,89	18,87	3,36	0,27	2,57	0,88	13,97	72	Батон витаминизированный	25
Мушкетер/2011	0,05			0,35	4,76	35,90	11,75	0,48	1,85	0,30	8,30	44	Хлеб ржаной	25
	8,23	183,84	3,43	10,43	280,87	334,68	106,98	6,79	22,68	20,84	81,95	678	Итого	
Обед 5-11 класс														
79/2004	0,04	7,95	3,51	2,48	44,63	50,88	26,72	1,03	1,30	5,08	8,23	94	Икра овощная закусочная	100
174/1997	0,07	20,04	0,93	2,95	41,74	52,95	20,91	0,79	2,01	6,90	10,90	105	Суп крестьянский с крупой со сметаной	250/5
297/2005	0,06		0,10	0,54	19,08	137,57	18,80	1,54	14,75	17,90	8,29	193	Фрикадельки из кур	100
483/1998	0,09	96,59	0,58	6,24	112,36	89,72	41,82	1,68	4,60	6,53	19,54	158	Калуста тушеная	180
702/1997	0,03	0,07		0,06	16,40	25,80	6,40	0,66	0,36		33,16	132	Компот из изюма	200
300/2001	0,04			0,54	4,89	18,87	3,36	0,27	2,57	0,88	13,97	72	Батон витаминизированный	25
Мушкетер/2011	0,05			0,35	4,75	36,50	11,75	0,48	1,85	0,30	8,36	44	Хлеб ржаной	25
	8,48	126,68	8,12	13,14	247,83	406,48	121,48	6,90	27,34	37,49	103,14	788	Итого	

четверг-2														
Завтрак 1-4 класс														
№ сб-ка рецептур	Витамины				Минералы				Пищевые			Энергетич. Ценность	Наименование блюда	Выход
	В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe	Белки	Жиры	Углеб.			
22/1997			0,10	0,22	1,20	1,90	0,04	0,02	0,26	6,26	0,58	75	Масло сливочное	10
257/1998	0,06	0,36	16,80	0,61	101,47	60,33	15,06	0,39	4,82	10,88	23,87	215	Каша молочная манная с маслом сливочным	150/10
640/1998	0,04	1,30	22,00		122,60	116,20	21,84	0,75	3,87	3,90	26,78	151	Какао с молоком	200
300/2001	0,07			1,08	9,78	37,74	6,72	0,53	5,14	1,78	27,95	145	Батон витаминизированный	50
	8,17	2,38	38,79	2,11	234,84	246,17	43,45	1,88	13,68	24,79	77,68	688	Итого	
Завтрак 5-11 класс														
№ сб-ка рецептур	Витамины				Минералы				Пищевые			Энергетич. Ценность	Наименование блюда	Выход
	В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe	Белки	Жиры	Углеб.			
22/1997			0,10	0,22	1,20	1,90	0,04	0,02	0,26	6,26	0,58	75	Масло сливочное	10
257/1998	0,06	1,30	22,00	1,01	134,88	119,75	20,06	0,51	4,14	11,76	31,76	282	Каша молочная манная с маслом сливочным	200/10
640/1998	0,04	1,30	22,00		122,60	116,20	21,84	0,75	3,87	3,90	26,78	151	Какао с молоком	200
300/2001	0,07			1,08	9,78	37,74	6,72	0,53	5,14	1,78	27,95	145	Батон витаминизированный	50
	8,19	2,8	44,50	2,31	248,48	275,59	48,44	1,81	16,39	28,47	86,87	633	Итого	
Обед 1-4 класс														
78/2004	0,06	10,89	4,39	2,33	39,89	42,58	27,00	0,79	1,54	4,44	8,13	63	Икра морковная	80
159/1998	0,09	13,44	0,75	2,04	25,74	81,55	21,38	0,83	1,95	8,80	13,73	109	Рассольник ленинградский со сметаной	200/5
383/1997					28,00	127,20	16,00	1,44	8,90	19,12	1,26	209	Сосиска отварная	80
528/271	0,01	0,72	0,24	0,30	3,03	3,97	1,90	0,08	0,25	0,62	1,94	14	Соус красный основной	30
257_265_4/271	0,07		0,13	4,06	15,50	172,28	113,81	3,85	7,22	12,80	35,38	272	Каша гречневая рассыпчатая	150
585/1998	0,01	8,98	0,01	0,23	6,08	4,40	3,60	0,95	0,16	0,16	27,87	114	Компот из свежих яблок	200
300/2001	0,04			0,54	4,89	18,87	3,36	0,27	2,57	0,88	13,97	72	Батон витаминизированный	25
Мушкетер/2011	0,05			0,35	4,75	36,50	11,75	0,48	1,85	0,30	8,35	44	Хлеб ржаной	25
	8,33	21,71	8,82	8,18	182,48	478,33	198,33	8,19	24,14	44,33	116,85	917	Итого	
Обед 5-11 класс														
79/2004	0,10	18,15	7,31	3,88	49,79	79,96	45,04	1,32	2,57	6,07	13,56	139	Икра морковная	100
126/1998	0,11	16,79	0,84	2,54	32,95	74,56	28,75	1,05	2,41	6,88	17,12	134	Рассольник ленинградский со сметаной	250/5
393/1997					95,00	159,00	20,00	1,80	11,00	23,90	1,80	261	Сосиска отварная	100
528/271	0,01	0,72	0,24	0,30	3,03	3,97	1,90	0,08	0,25	0,62	1,94	14	Соус красный основной	30
257_265_4/271	0,08		0,15	4,86	18,80	200,71	136,57	4,82	8,87	15,12	42,45	327	Каша гречневая рассыпчатая	180
585/1998	0,01	6,66	0,01	0,23	8,88	4,40	3,60	0,95	0,16	0,16	27,87	114	Компот из свежих яблок	200
300/2001	0,04			0,54	4,89	18,87	3,36	0,27	2,57	0,88	13,97	72	Батон витаминизированный	25
Мушкетер/2011	0,08			0,35	4,75	36,50	11,75	0,48	1,85	0,30	8,35	44	Хлеб ржаной	25
	8,49	42,32	8,65	12,72	183,89	879,99	248,87	11,87	28,38	68,33	188,84	1168	Итого	

пятница-2														
Завтрак 1-4 класс														
№ сб-ка рецептур	Витамины				Минералы				Пищевые			Энергетическая ценность	Наименование блюд	Выход
	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	Белки	Жиры	Углеб.			
23/1987	0,16	0,04	0,04	100,00	61,00	5,00	0,11	2,30	2,60			38	Сыр порциями	10
257/1988	0,11	0,90	80,63	44,90	287,01	362,53	42,82	1,18	38,83	72,31	33,56	449	Залепокка из творога со сгущанным молоком	150/15
629/1988	2,86				5,58	5,58	3,04	0,50	0,16	0,03	18,48	64	Чай с сахаром с лимоном	200/15/7
300/2001	0,07			1,08	9,78	37,74	6,72	0,53	6,14	1,78	27,95	145	Батон витаминизированный	50
	6,18	3,21	80,87	46,08	402,37	488,93	57,88	2,33	56,33	37,66	77	888		
	Итого													

Завтрак 5-11 класс														
№ сб-ка рецептур	Витамины				Минералы				Пищевые			Энергетическая ценность	Наименование блюд	Выход
	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	Белки	Жиры	Углеб.			
23/1987	0,16	0,04	0,04	100,00	61,00	5,00	0,11	2,30	2,60			38	Сыр порциями	10
257/1988	0,14	1,18	104,42	56,69	368,58	473,58	85,40	1,56	37,84	27,92	41,48	598	Залепокка из творога со сгущанным молоком	200/15
629/1988	2,86				5,58	5,58	3,04	0,50	0,16	0,03	15,48	64	Чай с сахаром с лимоном	200/15/7
300/2001	0,07			1,08	9,78	37,74	6,72	0,53	6,14	1,78	27,96	145	Батон витаминизированный	50
	6,21	4,16	104,46	57,81	483,84	679,88	76,16	2,66	44,44	32,61	84,33	818		
	Итого													

Обед 1-4 класс														
№ сб-ка рецептур	Витамины				Минералы				Пищевые			Энергетическая ценность	Наименование блюд	Выход
	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	Белки	Жиры	Углеб.			
78/2004	0,04	13,14	0,34	2,19	23,69	37,18	19,83	1,11	1,63	4,84	8,94	66	Икра свекольная	60
132/1986	0,07	17,04	0,77	3,16	28,11	44,65	17,79	0,87	1,61	5,89	9,12	88	Суп из овощей со сметаной	200/5
306/1986	0,17	6,88	14,12	2,80	66,29	317,44	80,83	1,43	38,39	6,42	5,58	145	Минтай, тушеный в томате с овощами	80/50
472/1988	0,18	35,94	0,03	0,24	45,86	94,76	33,00	1,23	3,24	5,56	22,00	152	Картофельное пюре	150
702/1987	0,02	0,87	0,70	1,10	32,40	29,70	21,00	0,70	1,04		30,98	127	Компот из кураги	200
300/2001	0,04			0,54	4,89	18,87	3,36	0,27	2,57	0,88	13,97	72	Батон витаминизированный	25
покупные/2011	0,05			0,35	8,75	39,50	11,76	0,98	1,65	0,30	8,35	44	Хлеб ржаной	25
	8,92	63,26	18,88	8,21	199,17	634,8	174,03	6,19	29,32	22,67	88,92	714		
	Итого													

Обед 5-11 класс														
№ сб-ка рецептур	Витамины				Минералы				Пищевые			Энергетическая ценность	Наименование блюд	Выход
	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	Белки	Жиры	Углеб.			
78/2004	0,07	21,90	0,67	3,85	38,29	81,96	33,64	1,84	2,72	8,07	14,61	144	Икра свекольная	100
132/1986	0,09	21,29	0,86	2,89	34,07	93,33	22,18	0,83	1,96	6,74	11,36	106	Суп из овощей со сметаной	250/5
306/1986	0,17	6,88	14,12	2,80	66,29	317,44	80,83	1,43	38,39	6,42	5,58	162	Минтай, тушеный в томате с овощами	100/50
472/1988	0,20	31,18	0,03	0,29	55,17	116,11	39,90	1,48	3,88	6,48	28,41	192	Картофельное пюре	180
702/1987	0,02	0,87	0,70	1,10	32,40	29,70	21,00	0,70	1,04		30,68	127	Компот из кураги	200
300/2001	0,04			0,54	4,89	18,87	3,36	0,27	2,57	0,88	13,97	72	Батон витаминизированный	25
покупные/2011	0,05			0,35	8,75	39,50	11,76	0,98	1,65	0,30	8,35	44	Хлеб ржаной	25
	6,64	61,87	22,28	11,41	219,84	638,4	211,74	7,63	34,24	28,09	111,64	833		
	Итого													

суббота-2														
Завтрак 1-4 класс														
№ сб-ка рецептур	Витамины				Минералы				Пищевые			Энергетическая ценность	Наименование блюд	Выход
	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	Белки	Жиры	Углеб.			
324/1987	0,04	0,13			31,18	94,76	6,22	1,28	6,35	5,78	0,35	79	Яйцо вареное	1
187/1986	0,18	0,96	18,00	1,28	113,97	178,77	53,44	1,34	6,88	12,70	24,83	261	Каша молочная геркулесовая с маслом сливочным	150/10
762/1987	0,02	0,85	11,00		60,40	46,00	7,00	0,11	3,05	2,40	23,11	119	Кофейный напиток с молоком	200
300/2001	0,07			1,08	9,78	37,74	6,72	0,53	6,14	1,78	27,95	145	Батон витаминизированный	50
	0,21	1,83	27,73	2,36	216,33	344,34	71,38	2,34	28,49	22,61	76,04	644		
	Итого													

Завтрак 5-11 класс														
№ сб-ка рецептур	Витамины				Минералы				Пищевые			Энергетическая ценность	Наименование блюд	Выход
	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	Белки	Жиры	Углеб.			
324/1987	0,04	0,13			31,18	94,76	6,22	1,28	6,35	5,78	0,35	79	Яйцо вареное	1
257/1988	0,24	1,30	22,18	1,63	151,58	237,72	71,24	1,78	7,79	14,18	32,61	309	Каша молочная геркулесовая с маслом сливочным	200/10
762/1987	0,02	0,85	11,00		60,40	46,00	7,00	0,11	3,05	2,40	23,11	119	Кофейный напиток с молоком	200
300/2001	0,07			1,08	9,78	37,74	6,72	0,53	6,14	1,78	27,95	145	Батон витаминизированный	50
	0,37	1,98	33,33	2,71	262,82	417,21	81,18	3,79	22,33	24,89	84,33	642		
	Итого													

Обед 1-4 класс														
№ сб-ка рецептур	Витамины				Минералы				Пищевые			Энергетическая ценность	Наименование блюд	Выход
	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	Белки	Жиры	Углеб.			
78/2004	0,02	4,77	2,11	1,47	29,78	36,57	16,63	0,82	0,83	3,06	4,94	50	Икра овощная закусочная	60
120/1986	0,05	24,94	0,78	2,53	38,70	40,95	17,78	0,68	1,63	5,64	7,63	82	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/5
438/1986	0,07	0,24	0,07	0,31	19,08	164,18	16,61	1,65	18,38	18,55	0,82	181	Птица отварная	80
295/2015	0,07	2,71		3,14	19,41	90,98	17,34	1,03	6,17	5,99	28,52	168	Макаронные отварные с овощами	150
568/1986		0,47			44,80	15,40	6,00	1,28	0,44		28,88	119	Компот из сухофруктов	200
300/2001	0,04			0,54	4,89	18,87	3,36	0,27	2,57	0,88	13,97	72	Батон витаминизированный	25
покупные/2011	0,05			0,35	8,75	39,50	11,76	0,98	1,65	0,30	8,35	44	Хлеб ржаной	25
	0,26	31,33	2,97	8,24	162,41	344,33	88,87	6,49	36,87	34,41	93,21	716		
	Итого													

Обед 5-11 класс														
№ сб-ка рецептур	Витамины				Минералы				Пищевые			Энергетическая ценность	Наименование блюд	Выход
	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	Белки	Жиры	Углеб.			
78/2004	0,04	7,95	3,51	2,45	44,83	50,95	26,72	1,03	1,39	5,08	8,23	84	Икра овощная закусочная	100
120/1986	0,07	31,17	0,99	3,18	47,31	50,46	22,14	0,88	2,01	6,88	9,50	100	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/5
438/1986	0,09	0,30	0,08	0,39	24,03	216,24	23,28	2,08	22,67	23,18	1,18	201	Птица отварная	100
295/2015	0,08	3,25		3,77	23,30	61,05	20,81	1,24	8,20	7,18	34,23	225	Макаронные отварные с овощами	180
568/1986		0,47			44,80	15,40	6,00	1,28	0,44		29,88	119	Компот из сухофруктов	200
300/2001	0,04			0,54	4,89	18,87	3,36	0,27	2,57	0,88	13,97	72	Батон витаминизированный	25
покупные/2011	0,05			0,35	8,75	39,50	11,76	0,98	1,65	0,30	8,35	44	Хлеб ржаной	25
	0,37	43,14	4,89	18,64	197,71	444,44	114,86	7,88	37,33	43,38	104,33	844		
	Итого													