

СОГЛАСОВАНО:  
Директор ГБОУ СОШ (ООШ)



\_\_\_\_\_ г.

СОГЛАСОВАНО:  
Представитель родительской  
общественности:

с. Васильевка  
Тимофеева Н.И.

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор  
ООО «Детское питание»  
Полуляхова Т.А.



« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2024 г.

# Примерное циклическое меню для организации питания

в ГБОУ С(О)ОШ с. Васильевка

Ставропольского района  
на 2024/2025 уч.год.

(сахарный диабет)

зимний,  
весенний периоды

**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 С6.1996г.	20	0.56		0.26	3.22						10.00	8.00		0.48
	5-11 классы	24 С6.1996г.	30	0.84		0.39	4.83						10.00	8.00		0.48
Палочки из мяса кур с соусом	1-4 классы	428 С6.1996г.	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 С6.1996г.	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 С6. 2011 г.	150	5.28	4.89	33.46	199.490	0.010	0.010	0.010	0.400	8.270	6.890	1.600	0.060	
	5-11 классы	205 С6. 2011 г.	180	6.340	5.870	40.150	239.380	0.012	0.012	0.012	0.480	9.920	8.260	1.920	0.072	
Чай с сахарозаменителем	1-4 классы	628 С6.1996г.	200	0.20	0.05	0.58	2.00		0.00			0.35			0.05	
	5-11 классы	628 С6.1996г.	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 С6.1996г.	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 С6.1996г.	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 С6.1996г.	200	5.933	5.378	23.215	159.475	0.253	11.625		4.019	32.275	86.875	35.250	1.945	
	5-11 классы	138 С6.1996г.	250	5.933	5.378	23.215	159.475	0.253	11.625		4.019	32.275	86.875	35.250	1.945	
Котлеты из мяса кур с соусом	1-4 классы	423 С6.1996г.	090	8.944	10.030	9.974	133.166	0.020	1.160	0.003	1.306	5.792	14.492	4.558	36.970	
	5-11 классы	423 С6.1996г.	100	11.340	13.566	12.404	175.920	0.025	1.020	0.002	2.210	6.539	3.894	4.846	27.818	
Каша гречневая вязкая	1-4 классы	463 с6. 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 с6. 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 С6.1996г.	200	0.20	0.05	0.58	2.00		0.00			0.35			0.05	
	5-11 классы	628 С6.1996г.	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 ( порционный)	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 С6.2008г.	250	10.598	7.324	31.238	240.936	0.097		0.040	0.769	10.603	50.216	17.412	1.316
	5-11 классы	102 С6.2008г.	250	10.598	7.324	31.238	240.936	0.097		0.040	0.769	10.603	50.216	17.412	1.316
Какао на сахарозаменителе	1-4 классы	762С6.1997г.	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	762С6.1997г.	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 С6. 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 С6. 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 С6.1996г.	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 С6.1996г.	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 С6.1996г.	090	8.944	10.030	9.974	133.166	0.020	1.160	0.003	1.306	5.792	14.492	4.558	36.970
	5-11 классы	423 С6.1996г.	100	11.340	13.566	12.404	175.920	0.025	1.020	0.002	2.210	6.539	3.894	4.846	27.818
Картофель отварной	1-4 классы	239 С6.2008г.	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 С6.2008г.	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 С6.2008г.	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 С6.2008г.	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

<u>Среда</u>		<u>1-я неделя</u>		<u>Завтрак</u>											
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
<u>Среда</u>		<u>1-я неделя</u>		<u>Обед</u>											
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 С6.1996г.	040	0.44	0.08	1.52	8					20.000	16.000		9.800
	5-11 классы	24 С6.1996г.	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 С6.1996г.	200	0.20	0.05	0.58	2.00		0.00			0.35			0.05
	5-11 классы	628 С6.1996г.	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 С6.1997г.	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 С6.1997г.	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 С6.1996г.	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 С6.1996г.	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 С6.1997г.	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 С6.1997г.	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 С6. 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 С6. 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 С6.2008г.	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 С6.2008г.	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>

**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>2-я неделя</b>		<b>Завтрак</b>												
Сыр полутвердый (порционно)	1-4 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		
	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)	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 С6.1996г.	40	1.12		0.52	6.44						10.00	8.00		0.48
	5-11 классы	24 С6.1996г.	40	1.12		0.52	6.44						10.00	8.00		0.48
Плов( крупа перловая) из говядины	1-4 классы	193 С6.2008г.	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 С6.2008г.	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 С6.2008г.	200	0.878		32.139	126.104	0.005	0.549			30.740	21.137	16.470	4.158	
	5-11 классы	283 С6.2008г.	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 С6.1997г.	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 С6.1997г.	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 С6.2008г.	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 С6.2008г.	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 С6.1996г.	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 С6.1996г.	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 С6.1996г.	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 С6.1996г.	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 С6. 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 С6. 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 С6.1996г.	200	0.20	0.05	0.58	2.00		0.00			0.35			0.05	
	5-11 классы	628 С6.1996г.	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>