Цикличное меню

Наименование блюда		№ тех.	Масса	Пищевая ценность			Минеральные вещества						Витамины (мг)					Энергетическая
				Белки	Жиры	Углеводы	Натрий	Калий	Кальций	Магний	Фосфор	Железо	А	В1	В2	РР	С	
Понедельник									**Завтрак**									**1-я неделя**
Салат из белокочанной капусты / *салат из редиса	с 6-11 лет	62.02	60/20	0.93	3.06	5.64	781.64	99.78	33.18	10.29	17.96	0.39	0.55	0.01	0.02	0.41	15.11	53.00
	с 12 лет и старше	62.02	100/30	1.55	5.10	9.40	1302.73	166.30	55.30	17.15	29.93	0.65	0.92	0.02	0.03	0.68	25.18	88.00
Макаронные изделия отварные	с 6-11 лет	469.01	150	3.50	12.75	32.16	3.15	38.88	1.35	18.15	58.73	0.51	0.15	0.03	0.02	0.65		147
	с 12 лет и старше	469.01	180	4.20	15.30	38.59	3.78	46.66	1.62	21.78	70.48	0.61	0.18	0.04	0.02	0.78		177
Сосиски отварные шт	с 6-11 лет	393.02	50	8.83	13.38	13.60	857.56	224.42	49.15	34.55	113.25	1.25	4.76	0.08	0.10	2.25	3.39	133
	с 12 лет и старше	393.02	100	11.77	17.84	18.13	1143.41	299.23	65.53	46.07	151.00	1.67	6.35	0.11	0.13	3.00	4.52	266
Чай с сахаром	с 6-11 лет	628.01	200	0.20	0.05	15.01	0.55	25.25	5.25	4.40	8.24	0.87			0.01	0.08	0.10	57.00
	с 12 лет и старше	628.01	200	0.20	0.05	15.01	0.55	25.25	5.25	4.40	8.24	0.87			0.01	0.08	0.10	57.00
Хлеб	с 6-11 лет		40	3.04	0.32	19.44	199.60	37.20	8.00	5.60	26.00	0.44		0.04	0.01	0.37		95.00
	с 12 лет и старше		50	3.80	0.40	24.30	249.50	46.50	10.00	7.00	32.50	0.56		0.06	0.01	0.46		119.00
Понедельник									**Обед**									**1-я неделя**
Зеленый горошек консервированный	с 6-11 лет	24.01	20	0.96	3.58	5.32	292.82	76.38	9.75	3.80	6.34	0.18	0.03		0.01	0.19	2.65	56.00
	с 12 лет и старше	24.01	30	1.60	5.96	8.86	439.24	114.57	14.62	5.71	9.51	0.27	0.04	0.01	0.02	0.28	3.97	84
Суп картофельный с клецками	с 6-11 лет	46.08	200	3.00	2.63	13.50	1066.01	634.24	33.85	32.47	85.65	1.40	1.09	0.13	0.07	1.44	10.45	145.00
	с 12 лет и старше	46.08	250	3.75	3.29	16.84	1332.51	792.80	42.31	40.59	107.06	1.75	1.36	0.16	0.09	1.80	13.06	182.00
Рис отварной	с 6-11 лет	465.01	150	3.50	4.10	23.50	3.15	38.88	1.35	18.15	58.73	0.51	0.15	0.03	0.02	0.65		261
	с 12 лет и старше	465.01	180	4.50	4.92	28.20	3.78	46.66	1.62	21.78	70.48	0.61	0.18	0.04	0.02	0.78		313
Котлеты из говядины с соусом	с 6-11 лет		50/30	10.47	9.33	6.93	2665.80	971.40	318.15	115.40	246.90	4.60	0.70	0.25	0.30	4.50	114.75	265.00
	с 12 лет и старше		70/30	14.66	13.06	9.70	3732.12	1359.96	445.41	161.56	345.66	6.44	0.98	0.35	0.42	6.30	160.65	371.00
Компот из свежих яблок и апельсинов	с 6-11 лет	278.08	200	0.24	0.08	25.96	14.60	102.60	12.40	6.80	8.80	0.30		0.02	0.01	0.12	2.40	102.00
	с 12 лет и старше	278.08	200	0.24	0.08	25.96	14.60	102.60	12.40	6.80	8.80	0.30		0.02	0.01	0.12	2.40	102.00
Хлеб	с 6-11 лет		40	3.04	0.32	19.44	199.60	37.20	8.00	5.60	26.00	0.44		0.04	0.01	0.37		95.00
	с 12 лет и старше		60	4.56	0.48	29.16	299.40	55.80	12.00	8.40	39.00	0.67		0.07	0.01	0.55		143.00

ИТОГО:																
	Завтрак	с 6-11 лет	16.50	29.56	85.85	1842.50	425.53	96.93	72.99	224.18	3.46	5.46	0.16	0.16	3.76	18.60	485
		с 12 лет и старше	21.52	38.69	105.43	2699.97	583.94	137.70	96.40	292.15	4.36	7.45	0.23	0.20	5.00	29.80	697
	Обед	с 6-11 лет	21.21	20.04	94.65	4241.98	1860.70	383.50	182.22	432.42	7.43	1.97	0.47	0.42	7.27	130.25	922
		с 12 лет и старше	29.31	27.79	118.72	5821.65	2472.39	528.36	244.84	580.51	10.04	2.56	0.65	0.57	9.83	180.08	1195

* - Действует с 1 марта

Цикличное меню

Наименование блюда		№ тех.	Масса	Пищевая ценность			Минеральные вещества						Витамины (мг)					Энергетическая
				Белки	Жиры	Углеводы	Натрий	Калий	Кальций	Магний	Фосфор	Железо	А	В1	В2	РР	С	
Вторник			**Завтрак**															**1-я неделя**
Бутерброд с маслом	с 6-11 лет	2.01	5/30,	0,93	3,06	5,64	781,64	99,78	33,18	10,29	0,39	0,12	0,01	0,01	0,01	0,04	1,00	113
	с 12 лет и старше	2.01	5/30,	1,55	5,1	9,4	1302,73	166,3	55,3	17,15	0,65	0,18	0,02	0,01	0,01	0,06	1,50	113
Каша молочная"Дружба" с маслом и сахаром	с 6-11 лет	4.01	150/10/5	4,41	9,05	24,87	1200,18	29,44	103,23	27,75	114,51	0,66	0,09	0,14	0,12	1,35	5,13	298
	с 12 лет и старше	4.01	200/10/5	5,88	12,06	33,16	1600,24	29,44	136,3	37	152,68	0,88	0,12	0,17	0,14	1,62	6,16	397
Фрукт	с 6-11 лет		1шт.	3		38,4	13	115,29	29,44	21,89	31,68	0,41	5,18	0,05	0,06	298	6,02	83
	с 12 лет и старше		1шт.	3		38,4	13	115,29	29,44	21,89	31,68	0,41	5,18	0,05	0,06	397	6,02	83
Какао"Несквик"	с 6-11 лет	628.01	200	0,2	0,05	15,01	0,55	25,25	5,25	4,4	8,24	0,87		0,02	0,04	0,60	0,80	60
	с 12 лет и старше	628.01	200	0,2	0,05	15,01	0,55	25,25	5,25	4,4	8,24	0,87		0,02	0,04	0,60	0,80	60
Вторник			**Обед**															**1-я неделя**
Сельдь с гарниром(порционно)	с 6-11 лет	34.08	60	3,06	7,59	7,04	973,20	197,40	16,80	14,40	120,00	1,32		0,15	0,09	1,59		109,00
	с 12 лет и старше	34.08	60	3,06	7,59	7,04	973,20	197,40	16,80	14,40	120,00	1,32		0,15	0,09	1,59		109,00
Щи из свежей капусты с картофелем	с 6-11 лет	120.01	200/10	1,41	4,25	6,07	635,77	244,02	37,79	16,60	38,31	0,64	0,63	0,04	0,04	0,62	14,02	72,00
	с 12 лет и старше	120.01	250/10	1,76	5,31	7,59	794,71	305,03	47,24	20,75	47,89	0,80	0,79	0,05	0,05	0,77	17,53	90,00
Каша гречневая рассыпчатая	с 6-11 лет	463.01	150	8,46	14,61	41,39	1141,1	254,96	25,88	133,59	58,23	0,51	0,15	0,03	0,02	0,65	41,14	333
	с 12 лет и старше	463.01	180	10,15	17,53	49,67	13,69,32	305,95	31,06	160,31	70,48	0,61	0,18	0,04	0,02	0,78	48,22	400
Бифитекс с соусом	с 6-11 лет		50/30	10,47	9,33	6,93	830,13	118,89	16,03	12,78	61,04	1,13	0,7	0,25	0,3	4,5	114,75	265
	с 12 лет и старше		70/30	14,66	13,06	9,70	830,13	118,89	16,03	12,78	61,04	1,13	0,98	0,35	0,42	6,3	160,65	371
Чай с лимоном	с 6-11 лет	629.01	200/7	0,26	0,06	15,22	1,32	36,66	8,05	5,24	9,78	0,91			0,01	0,09	2,90	59,00
	с 12 лет и старше	629.01	200/7	0,26	0,06	15,22	1,32	36,66	8,05	5,24	9,78	0,91			0,01	0,09	2,90	59,00
Хлеб	с 6-11 лет		40	3,04	0,32	19,44	199,60	37,20	8,00	5,60	26,00	0,44		0,04	0,01	0,37		95,00
	с 12 лет и старше		60	4,56	0,48	29,16	299,40	55,80	12,00	8,40	39,00	0,67		0,07	0,01	0,55		143,00

ИТОГО:																	
	Завтрак	с 6-11 лет	13,46	19,88	68,48	1171,66	742,26	110,46	69,45	242,51	3,31	0,82	0,21	0,18	2,36	6,93	552
		с 12 лет и старше	20,10	33,58	78,08	1415,73	894,87	143,05	89,86	367,39	4,70	0,85	0,26	0,20	2,74	8,46	653
	Обед	с 6-11 лет	21,74	34,30	86,86	2643,17	673,05	88,02	72,77	313,86	4,95	0,84	0,31	0,25	7,34	16,92	933
		с 12 лет и старше	28,50	41,80	107,30	2902,54	760,44	101,74	83,35	348,19	5,44	1,03	0,36	0,26	7,80	20,43	1172

* - Действует с 1 марта

Цикличное меню

Наименование блюда		№ тех.	Масса	Пищевая ценность			Минеральные вещества						Витамины (мг)					Энергетическая
				Белки	Жиры	Углеводы	Натрий	Калий	Кальций	Магний	Фосфор	Железо	А	В1	В2	РР	С	
Среда			Завтрак															1-я неделя
Салат из свеклы отварной(порционно)	с 6-11 лет	23,08	60	0.68	6.04	6.20	12.13	115.29	29.44	21.89	31.68	0.41	5.18	0.03	0.04	0.58	2.02	97
	с 12 лет и старше	23.08	60	0.68	6.04	6.20	12.13	115.29	29.44	21.89	31.68	0.41	5.18	0.03	0.04	0.58	2.02	97
Картофельное пюре	с 6-11 лет	472.01	150	1.5	0.7	15.68	966.86	641.06	46.46	28.05	80.91	1.05	0.11	0.14	0.12	1.35	5.13	255
	с 12 лет и старше	472.01	180	3.08	7.13	18.85	1160.23	769.27	55.75	33.66	97.09	1.26	0.13	0.17	0.14	1.62	6.16	306
Зразы с соусом	с 6-11 лет		80/20	15.74	25.11	3.06	2477.67	253.73	142.20	21.83	270.56	3.20	0.44	0.11	0.63	0.30	0.30	400
	с 12 лет и старше		80/20	20.99	33.48	4.08	3303.56	311.64	189.60	29.11	360.75	4.27	0.59	0.15	0.84	0.40	0.40	400.00
Напиток из шиповника	с 6-11 лет	289.08	200	1.90	1.85	10.09	25.08	73.23	60.15	7.00	45.00	0.05	0.02	0.02	0.08	0.05	0.65	47
	с 12 лет и старше	289.08	200	1.90	1.85	10.09	25.08	73.23	60.15	7.00	45.00	0.05	0.02	0.02	0.08	0.05	0.65	47
Хлеб	с 6-11 лет		40	3.04	0.32	19.44	199.60	37.20	8.00	5.60	26.00	0.44		0.04	0.01	0.37		95.00
	с 12 лет и старше		50	3.80	0.40	24.30	249.50	46.50	10.00	7.00	32.50	0.56		0.06	0.01	0.46		119.00
Среда			Обед															1-я неделя
Сыр плавленый	с 6-11 лет		1шт.	4.6	5.8	5.70	164	23.2	200	10	108	0,22	0,09	0,01	0,06	0,03	0,32	72
	с 12 лет и старше		1шт.	5.8	8.7	5.70	246	34.8	300	15	162	0.33	0,13	0,01	0,09	0,05	0.48	72
Суп картофельный с горохом	с 6-11 лет	138.01	200	4.19	3.33	17.38	638.09	374.06	31.03	27.68	68.99	1.65	0.65	0.15	0.06	0.83	4.27	161.00
	с 12 лет и старше	138.01	250	5.24	4.16	21.73	797.61	467.58	38.79	34.60	86.24	2.06	0.81	0.19	0.07	1.04	5.34	201.00
Плов	с 6-11 лет	403.01	150	9.27	5.32	36.87	258.24	127.60	31.49	16.61	52.57	1.39	0.13	0.11	0.14	0.70	41.14	338
	с 12 лет и старше	403.01	200	11.12	6.39	44.24	309.89	153.12	37.79	19.93	63.08	1.67	0.16	0.13	0.17	0.84	49.37	451
Компот из свежих яблок	с 6-11 лет	585.01	200	0,24	0.08	33.93	0.34	1.02	0.68	6.8	8.8	0.10		0.02	0,01	0.56	2.4	102
	с 12 лет и старше	585.01	200	0,24	0.08	33.93	0.34	1.02	0.68	6.8	8.8	0.10		0.02	0,01	0.56	2.4	102
Хлеб	с 6-11 лет		40	3.04	0.32	19.44	199.60	37.20	8.00	5.60	26.00	0.44		0.04	0.01	0.37		95.00
	с 12 лет и старше		60	4.56	0.48	29.16	299.40	55.80	12.00	8.40	39.00	0.67		0.07	0.01	0.55		143.00
ИТОГО: Завтрак		с 6-11 лет		21.36	33.32	38.79	2714.48	459.45	239.79	56.32	373.24	4.10	5.64	0.20	0.76	1.30	2.97	894
		с 12 лет и старше		27.37	41.77	44.67	3590.27	546.66	289.19	65.00	469.93	5.29	5.79	0.26	0.97	1.49	3.07	969
Обед		с 6-11 лет		22.13	16.27	114.75	2154.33	1087.87	129.90	80.52	229.27	4.98	1.68	0.44	0.40	4.68	60.35	768
		с 12 лет и старше		27.75	18.33	136.19	2728.62	1319.01	160.54	98.22	286.56	6.12	1.92	0.56	0.48	5.83	70.01	969

* - Действует с 1 марта

				Белки	Жиры	Углеводы	Натрий	Калий	Кальций	Магний	Фосфор	Железо	А	В1	В2	РР	С	
Четверг			**Завтрак**															**1-я неделя**
Огурцы порционно	с 6-11 лет	24.01	20	0.69	6.09	6.93	781.64	99.78	33.18	10.29	17.96	0.39	0.55	0.01	0.02	0.41	15.11	3
	с 12 лет и старше	24.01	30	1.14	10.14	11.54	1302.73	166.30	55.30	17.15	29.93	0.65	0.92	0.02	0.03	0.68	25.18	4
Рис отварной	с 6-11 лет	465.01	150	3.50	12.75	32.16	3.15	38.88	1.35	18.15	58.73	0.51	0.15	0.03	0.02	0.65		261.00
	с 12 лет и старше	465.01	180	4.20	15.30	38.59	3.78	46.66	1.62	21.78	70.48	0.61	0.18	0.04	0.02	0.78		313.00
Стейк из курицы с соусом	с 6-11 лет		50/30	4.78	4.24	1.42	229.02	19.12	4.23	1.50	4.74	0.10	0.04	0.02	0.04	0.72	0.30	163.00
	с 12 лет и старше		70/30	5.98	5.31	1.78	286.27	23.90	5.28	1.88	5.92	0.13	0.04	0.03	0.05	0.90	0.38	203.00
Сок фруктовый	с 6-11 лет		200	0.20	0.05	15.01	0.55	25.25	5.25	4.40	8.24	0.87			0.01	0.08	0.10	94
	с 12 лет и старше		200	0.20	0.05	15.01	0.55	25.25	5.25	4.40	8.24	0.87			0.01	0.08	0.10	94
Хлеб	с 6-11 лет		40	3.04	0.32	19.44	199.60	37.20	8.00	5.60	26.00	0.44		0.04	0.01	0.37		95.00
	с 12 лет и старше		50	3.80	0.40	24.30	249.50	46.50	10.00	7.00	32.50	0.56		0.06	0.01	0.46		119.00
Четверг			**Обед**															**1-я неделя**
Салат витаминный / * салат из редиса	с 6-11 лет	2.08	60	1.00	0.47	1.60	1.60	28.20	4.60	2.80	8.40	0.12	0.01	0.01	0.01	0.04	1.00	86
	с 12 лет и старше	2.08	100	1.50	0.70	2.40	2.40	42.30	6.90	4.20	12.60	0.18	0.02	0.01	0.01	0.06	1.50	142
Борщ с капустой и картофелем	с 6-11 лет	110.01	200/10	1.80	5.23	9.87	794.89	334.26	47.29	23.95	52.03	1.17	0.82	0.04	0.06	0.57	9.54	163
	с 12 лет и старше	110.01	250/10	1.80	5.23	9.87	794.89	334.26	47.29	23.95	52.03	1.17	0.82	0.04	0.06	0.57	9.54	203
Макаронные изделия отварные	с 6-11 лет	469.01	150	3.5	4.1	23.5	3.15	38.88	1.35	18.15	58.73	0.51	0.15	0.03	0.02	0.65		147
	с 12 лет и старше	469.01	180	4.5	4.92	28.2	3.78	46.66	1.62	21.78	70.48	0.61	0.18	0.04	0.02	0.78		177
Бефстроганов	с 6-11 лет	375.01	40/40	9.97	11.01	54.41	344.60	265.79	51.90	24.67	110.55	0.98	0.07	0.04	0.09	2.03	12.58	206
	с 12 лет и старше	375.01	50/50	13.96	15.41	76.17	516.90	398.69	77.85	37.01	165.83	1.47	0.11	0.06	0.14	3.05	18.87	258
Компот из сухофруктов	с 6-11 лет	283.08	200	1.04		30.96	3.60	34.80	32.40	21.00	29.20	0.70	0.70	0.02	0.04	0.60	0.80	123.00
	с 12 лет и старше	283.08	200	1.04		30.96	3.60	34.80	32.40	21.00	29.20	0.70	0.70	0.02	0.04	0.60	0.80	123.00
Хлеб	с 6-11 лет		40	3.04	0.32	19.44	199.60	37.20	8.00	5.60	26.00	0.44		0.04	0.01	0.37		95.00
	с 12 лет и старше		60	4.56	0.48	29.16	299.40	55.80	12.00	8.40	39.00	0.67		0.07	0.01	0.55		143.00

ИТОГО:	Завтрак	с 6-11 лет	12.21	23.45	74.96	1213.96	220.23	52.01	39.94	115.67	2.31	0.74	0.10	0.10	2.23	15.51	820
		с 12 лет и старше	15.32	31.20	91.22	1842.83	308.61	77.45	52.21	147.07	2.82	1.14	0.15	0.12	2.90	25.66	733
	Обед	с 6-11 лет	16.85	17.03	116.28	1344.29	700.25	144.19	78.02	226.18	3.41	1.60	0.15	0.21	3.61	23.92	764.00
		с 12 лет и старше	22.86	21.82	148.56	1617.19	865.85	176.44	94.56	298.66	4.19	1.65	0.20	0.26	4.83	30.71	1026

* - Действует с 1 марта

Цикличное меню

Наименование блюда		№ тех.	Масса	Пищевая ценность			Минеральные вещества						Витамины (мг)					Энергетическая
				Белки	Жиры	Углеводы	Натрий	Калий	Кальций	Магний	Фосфор	Железо	А	В1	В2	РР	С	
Пятница			**Завтрак**															**1-я неделя**
Икра кабачковая(порционно)	с 6-11 лет	31.02	20	0.96	3.58	5.32	292.82	76.38	9.75	3.8	6.34	0.18	0.03	0.01	0.01	0.19	2.65	56
	с 12 лет и старше	31.02	30	1.6	5.96	8.86	439.24	114.57	14.62	5.71	9.51	0.27	0.04	0.03	0.02	0.28	3.97	94
Картофель,тушенный по-домашнему	с 6-11 лет	251.02	180	4.41	9.05	24.87	1200.18	146.13	102.23	27.75	114.51	0.66	0.09	0.11	0.12	0.47	0.93	280
	с 12 лет и старше	251.02	230	5.88	12.06	33.16	1600.24	194.84	136.30	37.00	152.68	0.88	0.12	0.14	0.16	0.62	1.24	350
Чай с лимоном	с 6-11 лет	629.01	200/7	1.90	1.85	10.09	25.08	73.23	60.15	7.00	45.00	0.05	0.02	0.02	0.08	0.05	0.65	59
	с 12 лет и старше	629.01	200/7	1.90	1.85	10.09	25.08	73.23	60.15	7.00	45.00	0.05	0.02	0.02	0.08	0.05	0.65	59
Хлеб	с 6-11 лет		40	3.04	0.32	19.44	199.60	37.20	8.00	5.60	26.00	0.44		0.04	0.01	0.37		95.00
	с 12 лет и старше		50	3.80	0.40	24.30	249.50	46.50	10.00	7.00	32.50	0.56		0.06	0.01	0.46		119.00
Пятница			**Обед**															**1-я неделя**
Винегрет овощной	с 6-11 лет	60.01	60	0.75	0.06	7.14	12.13	115.29	29.44	21.89	31.68	0.41	5.18	0.03	0.04	0.58	2.02	86
	с 12 лет и старше	60.01	100	1.25	0.10	11.90	20.22	192.15	49.07	36.48	52.80	0.68	8.63	0.05	0.07	0.97	3.37	140
Суп из овощей	с 6-11 лет	132.01	200	1.49	4.26	7.37	658.73	296.45	29.07	17.70	43.87	0.68	0.75	0.06	0.05	0.69	8.19	82.00
	с 12 лет и старше	132.01	250	1.86	5.32	9.21	823.41	370.56	36.34	22.13	54.84	0.85	0.94	0.07	0.06	0.86	10.24	103.00
Гуляш из говядины	с 6-11 лет	401.01	40/40	6.97	6.03	2.37	325.42	37.66	8.85	4.38	9.47	0.17	0.61	0.04	0.06	1.09	1.52	163
	с 12 лет и старше	401.01	50/50	13.94	12.06	4.74	650.84	75.32	17.70	8.76	18.94	0.34	1.22	0.08	0.12	2.18	3.04	203
Пюре из гороха	с 6-11 лет	270.01	150	3.5	12.75	32.16	3.15	38.88	1.35	18.15	58.79	0.51	0.15	0.03	0.02	0.65		261
	с 12 лет и старше	270.01	180	4.2	15.3	38.59	3.78	46.66	1.62	21.78	70.48	0.61	0.18	0.04		0.78		313
Сок фруктовый	с 6-11 лет		200	0.26	0.06	15.22	1.32	36.66	8.05	5.24	9.78	0.91			0.01	0.09	2.90	94
	с 12 лет и старше		200	0.26	0.06	15.22	1.32	36.66	8.05	5.24	9.78	0.91			0.01	0.09	2.90	94
Хлеб	с 6-11 лет		40	3.04	0.32	19.44	199.60	37.20	8.00	5.60	26.00	0.44		0.04	0.01	0.37		95.00
	с 12 лет и старше		60	4.56	0.48	29.16	299.40	55.80	12.00	8.40	39.00	0.67		0.07	0.01	0.55		143.00

ИТОГО:			Белки	Жиры	Углеводы	Натрий	Калий	Кальций	Магний	Фосфор	Железо	А	В1	В2	РР	С	Энергетическая
	Завтрак	с 6-11 лет	9.35	11.22	54.40	1424.86	256.56	170.38	40.35	185.51	1.15	0.11	0.17	0.21	0.89	1.58	490
		с 12 лет и старше	11.58	14.31	67.55	1874.82	314.57	206.45	51.00	230.18	1.49	0.14	0.22	0.25	1.13	1.89	602
	Обед	с 6-11 лет	12.51	10.73	51.54	1197.20	523.26	83.41	54.81	120.80	2.61	6.54	0.17	0.17	2.82	14.63	779
		с 12 лет и старше	21.87	18.02	70.23	1795.19	730.49	123.16	81.01	175.36	3.45	10.79	0.27	0.27	4.65	19.55	996

* - Действует с 1 марта

Цикличное меню

Наименование блюда		№ тех.	Масса	Пищевая ценность			Минеральные вещества						Витамины (мг)					Энергетическая
				Белки	Жиры	Углеводы	Натрий	Калий	Кальций	Магний	Фосфор	Железо	А	В1	В2	РР	С	
Суббота			Завтрак															1-я неделя
Колбаса п/к порциями	с 6-11 лет	25.01	20	3.28	7.80		324.40	65.08	5.60	4.80	40.00	0.44		0.05	0.03	0.53		84.00
	с 12 лет и старше	25.01	30	4.92	11.70		486.60	98.70	8.40	7.20	60.00	0.66		0.08	0.05	0.80		126.00
Вермишель отварная	с 6-11 лет	469,01	150	3,5	4,1	23,5	3,15	38.88	1,35	18,15	58,73	0,51	0,15	0,03	0,02	0,65		147
	с 12 лет и старше	469,01	180	4,5	4,92	28,2	3,78	46.66	1,62	21,78	70,48	0,61	0,18	0,04	0,02	0,78		177
Тефтели с соусом	с 6-11 лет		60/20	15.74	25.11	3.06	2477.67	233.73	142.20	21.83	270.56	3.20	0.44	0.11	0.63	0.30	0.30	214
	с 12 лет и старше		80/20	20.99	33.48	4.08	3303.56	311.64	189.60	29.11	360.75	4.27	0.59	0.15	0.84	0.40	0.40	285
Напиток из шиповника	с 6-11 лет	289.08	200	0.68		21.01	12.00	240.00	14.00	8.00	14.00	0.60		0.02	0.02	0.20	4.00	47.00
	с 12 лет и старше	289.08	200	0.68		21.01	12.00	240.00	14.00	8.00	14.00	0.60		0.02	0.02	0.20	4.00	47.00
Хлеб	с 6-11 лет		40	3.04	0.32	19.44	199.60	37.20	8.00	5.60	26.00	0.44		0.04	0.01	0.37		95.00
	с 12 лет и старше		50	3.80	0.40	24.30	249.50	46.50	10.00	7.00	32.50	0.56		0.06	0.01	0.46		119.00
ИТОГО: Завтрак			с 6-11 лет	22.74	33.23	43.51	3013.67	576.01	169.80	40.23	350.56	4.68	0.44	0.22	0.69	1.40	4.30	587
				30.39	45.58	49.39	4051.66	696.84	222.00	51.31	467.25	6.09	0.59	0.31	0.92	1.86	4.40	754

* - Действует с 1 марта