

**СОГЛАСОВАНО:**

Начальник территориального отдела  
Управления Федеральной службы по надзору в сфере  
защиты прав потребителей и благополучия человека  
по ХМАО-Югре в г.Лангепасе и г.Покачи

Е.Ю.Керова

« 20 » августа 2018 год

**СОГЛАСОВАНО:**

Директор департамента образования  
и молодежной политики  
администрации г.Лангепаса

А.В.Милкин

« 7 » августа 2018 год

**УТВЕРЖДАЮ:**

И.о. директора ООО «КШП «Пеликан»

С.В.Горяев

2018 год



## **ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ**

*для организации питания обучающихся муниципальных автономных общеобразовательных учреждений в возрасте с 7 до 11 лет на осенний сезон*

*г.Лангепас*

**1-я неделя примерного циклического меню**

№ рецептуры	Меню	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калории	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	<b>Понедельник</b>													
	<b>Завтрак</b>													
6/2004	Бутерброд с сыром (хлеб ржано-пшеничный с ламинарией)	25/30	11,09	9,51	23,18	220,13	0,06	0,70	0,12	0,00	149,00	153,00	9,80	0,89
T.4.302/2004	Каша молочная вязкая с маслом	150/5	4,67	5,14	21,14	182,23	0,14	0,22	0,05	2,90	44,67	77,06	25,44	0,71
акп	Шоколадный напиток	200	1,50	2,80	35,06	160,50	0,15	15,70	0,11	2,90	93,35	60,50	5,92	2,10
			<b>17,26</b>	<b>17,45</b>	<b>79,38</b>	<b>562,86</b>	<b>0,35</b>	<b>16,62</b>	<b>0,28</b>	<b>5,80</b>	<b>287,02</b>	<b>290,56</b>	<b>41,16</b>	<b>3,70</b>
	<b>Обед</b>					<b>24,0</b>								
акп	Салат из свежих помидоров и перца (помидоры свеж., сладкий перец, лук, маслом раст.)	60	0,48	1,75	5,46	114,56	0,02	2,50	0,00	0,00	64,20	66,03	0,00	0,14
акп	Щи из свежей капусты со сметаной	200/10	5,45	7,63	5,13	164,72	0,04	3,47	0,05	0,86	37,93	20,00	7,42	0,02
акп	Котлета из говядины	100	12,50	16,51	20,48	249,63	0,09	0,24	0,05	0,46	127,44	217,20	15,96	0,44
акп	Макаронные изделия отварные	150	2,00	1,22	16,27	81,04	0,06	0,00	0,00	0,01	53,95	67,62	4,22	0,40
	Сок фруктовый	200	1,40	0,00	20,40	94,00	0,13	0,00	0,00	0,00	22,20	130,80	39,00	1,68
	Хлеб пшеничный	30	2,43	0,36	12,60	60,90	0,07	0,00	0,00	0,00	11,10	65,40	19,50	0,84
	Хлеб ржаной	30	2,04	0,36	13,92	64,50	0,05	0,00	0,00	0,00	9,00	36,90	11,50	0,69
			<b>26,30</b>	<b>27,83</b>	<b>94,26</b>	<b>829,35</b>	<b>0,45</b>	<b>6,21</b>	<b>0,10</b>	<b>1,33</b>	<b>325,82</b>	<b>603,95</b>	<b>97,60</b>	<b>4,21</b>
						<b>35,3</b>								
	<b>Всего</b>		<b>43,56</b>	<b>45,28</b>	<b>173,64</b>	<b>1392,21</b>	<b>0,80</b>	<b>22,83</b>	<b>0,38</b>	<b>7,13</b>	<b>612,84</b>	<b>894,51</b>	<b>138,76</b>	<b>7,91</b>
			<b>1,0</b>	<b>1,0</b>	<b>4,0</b>	<b>59,2</b>					<b>1,0</b>	<b>1,46</b>		

**1-я неделя примерного циклического меню**

№ рецептуры	Меню	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калории	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	<b>Вторник</b>													
	<b>Завтрак</b>													
акп	Огурцы свежие порциями	60	6,18	5,99	13,83	48,12	0,01	6,96	0,00	0,12	33,84	23,40	1,98	0,01
акп	Тефтели в соусе	100	20,09	21,86	34,17	311,96	0,05	4,82	0,19	0,16	165,11	135,54	12,98	0,01
520/2004	Картофельное пюре	150	3,01	4,29	9,92	126,11	0,04	5,14	0,16	0,26	42,26	34,92	13,44	1,11
686/2004	Чай с лимоном	200/7	0,50	0,00	19,50	86,01	0,01	2,50	0,02	0,15	10,05	9,20	7,10	0,50
	Хлеб ржано-пшеничный с ламинарией	30	2,10	0,33	13,29	64,50	0,05	0,00	0,00	0,00	7,00	30,98	6,17	0,60
			<b>31,88</b>	<b>32,47</b>	<b>90,71</b>	<b>606,70</b>	<b>0,16</b>	<b>19,42</b>	<b>0,37</b>	<b>0,69</b>	<b>258,26</b>	<b>234,04</b>	<b>41,67</b>	<b>2,23</b>
	<b>Обед</b>					<b>25,8</b>								
акп	Винегрет овощной (свёкла, картофель, морковь, лук репч., огурцы конс., масло раст.)	60	1,19	4,83	2,96	53,50	0,03	0,61	0,01	0,72	30,79	18,51	3,50	0,56
акп	Суп домашний	200	4,48	4,44	49,76	101,00	0,04	6,30	0,05	0,06	80,91	154,15	0,05	0,40
акп	Гуляш из говядины	100	13,58	14,31	16,94	315,79	0,09	0,28	0,06	0,58	55,6	104,40	10,79	1,00
T.4.508/2004	Каша гречневая рассыпчатая	150	3,01	4,29	9,92	114,96	0,04	5,14	0,16	0,26	42,26	134,92	13,44	1,11
акп	Кисель плодово-ягодный	200	0,21	0,00	32,82	127,60	0,02	0,24	0,00	0,00	15,92	26,44	4,38	0,80
	Хлеб пшеничный	30	2,43	0,36	12,60	60,90	0,07	0,00	0,00	0,00	11,10	65,40	19,50	0,84
	Хлеб ржаной	30	2,04	0,36	13,92	64,50	0,05	0,00	0,00	0,00	9,00	36,90	11,50	0,69
			<b>26,94</b>	<b>28,59</b>	<b>138,92</b>	<b>838,25</b>	<b>0,33</b>	<b>12,57</b>	<b>0,28</b>	<b>1,62</b>	<b>245,58</b>	<b>540,72</b>	<b>63,16</b>	<b>5,40</b>
						<b>35,7</b>								
	<b>Всего</b>		<b>58,82</b>	<b>61,06</b>	<b>229,63</b>	<b>1444,95</b>	<b>0,49</b>	<b>31,99</b>	<b>0,65</b>	<b>2,31</b>	<b>503,84</b>	<b>774,76</b>	<b>104,83</b>	<b>7,63</b>
			<b>1,0</b>	<b>1,0</b>	<b>3,9</b>	<b>61,5</b>					<b>1,0</b>	<b>1,54</b>		

**1-я неделя примерного циклического меню**

№ рецептуры	Меню	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калории	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	<b>Среда</b>													
	<b>Завтрак</b>													
6/2004	Бутерброд с маслом ( хлеб ржано-пшеничный с ламинарией)	10/30	2,32	3,78	10,15	130,60	0,05	0,00	0,00	0,00	9,40	32,98	6,47	0,62
366/2004	Запеканка из творога со сгущённым молоком	150	17,69	14,82	36,74	358,19	0,05	2,23	0,14	0,21	190,30	258,68	22,16	1,05
685/2004	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,04	109,75	0,00	0,10	0,00	0,00	5,25	8,25	4,40	0,86
			<b>20,21</b>	<b>18,60</b>	<b>61,93</b>	<b>598,54</b>	<b>0,10</b>	<b>2,33</b>	<b>0,14</b>	<b>0,21</b>	<b>204,95</b>	<b>299,91</b>	<b>33,03</b>	<b>2,53</b>
	<b>Обед</b>					<b>25,5</b>								
акп	Салат из редиса (редис, лук, масло раст.)	60	1,13	3,02	8,01	66,36	0,02	1,64	0,03	1,11	18,89	16,20	0,00	0,02
акп	Суп-лапша домашняя	200	1,78	4,63	8,73	190,72	0,00	0,83	0,03	1,04	85,42	132,86	5,19	0,03
акп	Котлета куриная	100	6,30	8,43	29,11	196,55	0,07	0,45	0,11	0,45	47,55	150,20	14,64	0,59
акп	Рататуй из овощей	150	1,20	2,55	4,35	129,86	0,58	0,00	0,14	0,01	120,35	69,29	1,38	0,18
акп	Напиток из шиповника	200	0,78	0,00	19,47	115,40	0,03	12,63	0,00	0,00	13,20	3,72	3,80	1,09
	Хлеб пшеничный	30	2,43	0,36	12,60	60,90	0,07	0,00	0,00	0,00	11,10	65,40	19,50	0,84
	Хлеб ржаной	30	2,04	0,36	13,92	64,50	0,05	0,00	0,00	0,00	9,00	36,90	11,50	0,69
			<b>15,66</b>	<b>19,35</b>	<b>96,19</b>	<b>824,29</b>	<b>0,81</b>	<b>15,55</b>	<b>0,31</b>	<b>2,61</b>	<b>305,51</b>	<b>474,57</b>	<b>56,01</b>	<b>3,44</b>
						<b>35,1</b>								
	<b>Всего</b>		<b>35,87</b>	<b>37,95</b>	<b>158,12</b>	<b>1422,83</b>	<b>0,91</b>	<b>17,88</b>	<b>0,45</b>	<b>2,82</b>	<b>510,46</b>	<b>774,48</b>	<b>89,04</b>	<b>5,97</b>
			<b>1,0</b>	<b>1,1</b>	<b>4,4</b>	<b>60,5</b>					<b>1,0</b>	<b>1,52</b>		

**1-я неделя примерного циклического меню**

№ рецептуры	Меню	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калории	В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	<b>Четверг</b>													
	<b>Завтрак</b>													
б/2004	Бутерброд с сыром (хлеб ржано-пшеничный с ламинарией)	25/30	11,09	9,51	23,18	220,13	0,06	0,70	0,12	0,00	149,00	153,00	9,80	0,89
Т.4.302/2004	Каша молочная вязкая с маслом	150/5	4,67	5,14	21,14	182,23	0,14	0,22	0,05	2,90	44,67	77,06	25,44	0,71
акп	Шоколадный напиток	200	1,50	2,80	35,06	160,50	0,15	15,70	0,11	2,90	93,35	60,50	5,92	2,10
			<b>17,26</b>	<b>17,45</b>	<b>79,38</b>	<b>562,86</b>	<b>0,35</b>	<b>16,62</b>	<b>0,28</b>	<b>5,80</b>	<b>287,02</b>	<b>290,56</b>	<b>41,16</b>	<b>3,70</b>
	<b>Обед</b>					<b>24,0</b>								
акп	Салат Эстонский (колбаса вареная, картофель, огурцы конс., яйцо, зел. горошек конс., масло раст.)	60	0,62	6,02	13,47	170,82	0,01	2,23	0,08	1,11	16,17	10,20	3,42	0,19
акп	Свекольник со сметаной	200/10	10,72	10,28	20,06	137,48	0,08	6,58	0,11	1,36	123,63	107,84	10,58	0,79
акп	Рыба запеченная с сыром, сметаной	100	12,11	13,03	11,80	202,68	0,06	1,58	0,03	1,38	25,36	295,32	9,73	0,40
акп	Рис отварной со стручковой фасолью	150	2,00	1,22	16,27	81,04	0,06	0,00	0,00	0,01	53,95	9,28	4,22	0,31
акп	Компот из сухофруктов	200	0,89	0,00	27,86	125,44	0,03	0,59	0,05	0,00	55,82	72,24	5,91	1,37
	Хлеб пшеничный	30	2,43	0,36	12,60	60,90	0,07	0,00	0,00	0,00	11,10	65,40	19,50	0,84
	Хлеб ржаной	30	2,04	0,36	13,92	64,50	0,05	0,00	0,00	0,00	9,00	36,90	11,50	0,69
			<b>30,81</b>	<b>31,27</b>	<b>115,98</b>	<b>842,86</b>	<b>0,35</b>	<b>10,98</b>	<b>0,27</b>	<b>3,86</b>	<b>295,03</b>	<b>597,18</b>	<b>64,86</b>	<b>4,59</b>
						<b>35,9</b>								
	<b>Всего</b>		<b>48,07</b>	<b>48,72</b>	<b>195,36</b>	<b>1405,72</b>	<b>0,70</b>	<b>27,60</b>	<b>0,55</b>	<b>9,66</b>	<b>582,05</b>	<b>887,74</b>	<b>106,02</b>	<b>8,29</b>
			<b>1,0</b>	<b>1,0</b>	<b>4,1</b>	<b>59,8</b>					<b>1,0</b>	<b>1,53</b>		

1-я неделя примерного циклического меню

№ рецептуры	Меню	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калории	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	<b>Пятница</b>													
	<b>Завтрак</b>													
акп	Салат из свежей капусты с морковью, зелёным луком	60	4,02	5,24	4,02	51,92	0,01	5,08	0,00	2,09	19,25	20,62	5,17	0,24
акп	Биточки из говядины с соусом	100	12,50	16,51	20,48	249,63	0,09	0,24	0,05	0,46	127,44	217,20	15,96	0,44
T.4.508/2004	Каша гречневая рассыпчатая	150	3,01	4,29	9,92	114,96	0,04	5,14	0,16	0,26	42,26	134,92	13,44	1,11
акп	Чай с молоком	200	1,60	1,60	16,19	86,19	0,00	0,10	0,00	0,00	5,25	8,25	4,40	0,86
	Хлеб ржано-пшеничный с ламинарией	30	2,10	0,33	13,29	64,50	0,05	0,00	0,00	0,00	7,00	30,98	6,17	0,60
			<b>23,23</b>	<b>27,97</b>	<b>63,90</b>	<b>567,20</b>	<b>0,19</b>	<b>10,56</b>	<b>0,21</b>	<b>2,81</b>	<b>201,20</b>	<b>411,97</b>	<b>45,14</b>	<b>3,25</b>
	<b>Обед</b>					<b>24,1</b>								
акп	Салат из кукурузы с маслом растит. (кукуруза, лук репч., яйцо, огурцы свежие)	60	0,94	8,47	4,54	61,25	0,01	1,28	0,00	0,66	76,70	5,04	1,11	0,41
акп	Рассольник Ленинградский со сметаной	200/10	6,82	10,71	51,04	145,76	0,07	5,54	0,11	0,32	96,43	76,03	14,32	0,40
акп	Жаркое по-домашнему	200	12,00	5,15	41,99	345,52	0,02	11,54	0,01	2,73	33,16	59,17	4,13	0,42
акп	Компот из свежемороженой черной смородины	200	5,30	0,00	29,64	143,80	0,03	0,44	0,02	0,00	29,01	18,56	2,50	1,43
	Хлеб пшеничный	30	2,43	0,36	12,60	60,90	0,07	0,00	0,00	0,00	11,10	65,40	19,50	0,84
	Хлеб ржаной	30	2,04	0,36	13,92	64,50	0,05	0,00	0,00	0,00	9,00	36,90	11,50	0,69
			<b>29,53</b>	<b>25,05</b>	<b>153,73</b>	<b>821,73</b>	<b>0,24</b>	<b>18,80</b>	<b>0,14</b>	<b>3,71</b>	<b>255,40</b>	<b>261,10</b>	<b>53,06</b>	<b>4,19</b>
						<b>35,0</b>								
	<b>Всего</b>		<b>52,76</b>	<b>53,02</b>	<b>217,63</b>	<b>1388,93</b>	<b>0,43</b>	<b>29,36</b>	<b>0,35</b>	<b>6,52</b>	<b>456,60</b>	<b>673,07</b>	<b>98,20</b>	<b>7,44</b>
			<b>1,0</b>	<b>1,0</b>	<b>4,1</b>	<b>59,1</b>					<b>1,0</b>	<b>1,47</b>		

2-я неделя примерного циклического меню

№ рецептуры	Меню	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калории	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
<b>Понедельник</b>														
<b>Завтрак</b>														
6/2004	Бутерброд с сыром (хлеб ржано-пшеничный с ламинарией)	25/30	11,09	9,51	23,18	220,13	0,06	0,70	0,12	0,00	149,00	153,00	9,80	0,89
Т.4,302/2004	Каша молочная вязкая с маслом	150/5	4,67	5,14	21,14	182,23	0,14	0,22	0,05	2,90	44,67	77,06	25,44	0,71
акп	Шоколадный напиток	200	1,50	2,80	35,06	160,50	0,15	15,70	0,11	2,90	93,35	60,50	5,92	2,10
			<b>17,26</b>	<b>17,45</b>	<b>79,38</b>	<b>562,86</b>	<b>0,35</b>	<b>16,62</b>	<b>0,28</b>	<b>5,80</b>	<b>287,02</b>	<b>290,56</b>	<b>41,16</b>	<b>3,70</b>
<b>Обед</b>														
акп	Салат из редиса (редис, лук, масло раст.)	60	1,13	3,02	8,01	66,36	0,02	1,64	0,03	1,11	18,89	16,20	0,00	0,02
110/2004	Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/10	4,18	3,02	10,03	194,04	0,06	4,62	0,03	0,19	99,42	139,98	6,78	0,37
акп	Шницель из говядины с соусом	100	12,50	16,51	20,48	249,63	0,09	0,24	0,05	0,46	127,44	217,20	15,96	0,44
акп	Макаронные изделия отварные	150	2,00	1,22	16,27	81,04	0,06	0,00	0,00	0,01	53,95	67,62	4,22	0,40
	Сок фруктовый	200	1,40	0,00	20,40	94,00	0,13	0,00	0,00	0,00	22,20	130,80	39,00	1,68
	Хлеб пшеничный	30	2,43	0,36	12,60	60,90	0,07	0,00	0,00	0,00	11,10	65,40	19,50	0,84
	Хлеб ржаной	30	2,04	0,36	13,92	64,50	0,05	0,00	0,00	0,00	9,00	36,90	11,50	0,69
			<b>25,68</b>	<b>24,49</b>	<b>101,71</b>	<b>810,47</b>	<b>0,47</b>	<b>6,50</b>	<b>0,11</b>	<b>1,77</b>	<b>342,00</b>	<b>674,10</b>	<b>96,96</b>	<b>4,44</b>
						<b>34,5</b>								
<b>Всего</b>			<b>42,94</b>	<b>41,94</b>	<b>181,09</b>	<b>1373,33</b>	<b>0,82</b>	<b>23,12</b>	<b>0,39</b>	<b>7,57</b>	<b>629,02</b>	<b>964,66</b>	<b>138,12</b>	<b>8,14</b>
			<b>1,0</b>	<b>1,0</b>	<b>4,2</b>	<b>59,6</b>					<b>1,0</b>	<b>1,53</b>		

**2-я неделя примерного циклического меню**

№ рецептуры	Меню	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калории	B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	<b>Вторник</b>													
	<b>Завтрак</b>													
акп	Салат из свежих огурцов и помидоров (огурцы свеж, помидоры свеж, лук репчатый, масло раст.)	60	0,94	8,47	4,54	61,25	0,01	1,28	0,00	0,66	76,70	5,04	1,11	0,41
акп	Котлета рыбная	100	12,84	13,70	51,40	205,64	0,00	0,00	0,00	0,00	90,80	175,80	11,30	1,01
520/2004	Картофельное пюре	150	3,01	4,29	9,92	126,11	0,04	5,14	0,16	0,26	42,26	34,92	13,44	1,11
685/2004	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,04	109,75	0,00	0,10	0,00	0,00	5,25	8,25	4,40	0,86
	Хлеб ржано-пшеничный с ламинарией	30	2,10	0,33	13,29	64,50	0,05	0,00	0,00	0,00	7,00	30,98	6,17	0,60
			<b>19,09</b>	<b>26,79</b>	<b>85,41</b>	<b>567,25</b>	<b>0,10</b>	<b>6,52</b>	<b>0,16</b>	<b>0,92</b>	<b>222,01</b>	<b>254,99</b>	<b>36,42</b>	<b>3,99</b>
	<b>Обед</b>					<b>24,7</b>								
акп	Салат из кукурузы с маслом растит. (кукуруза, лук репч., яйцо, огурцы свежие)	60	0,94	8,47	4,54	61,25	0,01	1,28	0,00	0,66	76,70	5,04	1,11	0,41
акп	Суп гороховый с гречками	200/15	11,62	3,98	24,01	165,59	0,02	0,86	0,00	0,84	68,55	74,24	6,69	0,84
акп	Бефстроганов из говядины	100	7,46	11,23	19,55	260,63	0,07	7,63	0,05	0,62	97,07	261,26	0,10	2,24
T.4.508/2004	Каша гречневая рассыпчатая	150	3,01	4,29	9,92	114,96	0,04	5,14	0,16	0,26	42,26	134,92	13,44	1,11
акп	Компот из кураги	200	0,89	0,00	27,86	125,44	0,03	0,59	0,05	0,00	55,82	72,24	5,91	1,37
	Хлеб пшеничный	30	2,43	0,36	12,60	60,90	0,07	0,00	0,00	0,00	11,10	65,40	19,50	0,84
	Хлеб ржаной	30	2,04	0,36	13,92	64,50	0,05	0,00	0,00	0,00	9,00	36,90	11,50	0,69
			<b>28,39</b>	<b>28,69</b>	<b>112,40</b>	<b>853,27</b>	<b>0,28</b>	<b>15,50</b>	<b>0,26</b>	<b>2,38</b>	<b>360,50</b>	<b>650,00</b>	<b>58,25</b>	<b>7,50</b>
						<b>36,3</b>								
	<b>Всего</b>		<b>47,48</b>	<b>55,48</b>	<b>197,81</b>	<b>1420,52</b>	<b>0,38</b>	<b>22,02</b>	<b>0,42</b>	<b>3,30</b>	<b>582,51</b>	<b>904,99</b>	<b>94,67</b>	<b>11,49</b>
			<b>1,0</b>	<b>1,2</b>	<b>4,2</b>	<b>60,4</b>					<b>1,0</b>	<b>1,55</b>		



**2-я неделя примерного циклического меню**

№ рецептуры	Меню	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калории	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	<b>Четверг</b>													
	<b>Завтрак</b>													
акп	Бутерброд с джемом (хлеб ржано-пшеничный с ламинарией, джем фасованный)	20/30	12,44	8,77	7,20	260,60	0,05	0,00	0,00	0,31	47,89	37,15	0,00	0,89
T.4.302/2004	Каша молочная вязкая с маслом	150/5	4,67	5,14	21,14	182,23	0,14	0,22	0,05	2,90	44,67	77,06	25,44	0,71
акп	Шоколадный напиток	200	1,50	2,80	35,06	160,50	0,15	15,70	0,11	2,90	93,35	60,50	5,92	2,10
			<b>18,61</b>	<b>16,71</b>	<b>63,40</b>	<b>603,33</b>	<b>0,34</b>	<b>15,92</b>	<b>0,16</b>	<b>6,11</b>	<b>185,91</b>	<b>174,71</b>	<b>31,36</b>	<b>3,70</b>
	<b>Обед</b>					<b>25,7</b>								
акп	Салат Эстонский (колбаса вареная, картофель, огурцы конс., яйцо, зел.горошек конс., масло раст.)	60	0,62	6,02	13,47	170,82	0,01	2,23	0,08	1,11	16,17	10,20	3,42	0,19
акп	Суп-лапша домашняя	200	1,78	4,63	8,73	190,72	0,00	0,83	0,03	1,04	85,42	182,86	5,19	0,03
акп	Бигус из говядины (говядина, капуста)	200	12,95	13,26	21,31	280,35	0,17	3,40	0,10	2,31	75,21	117,51	9,49	3,39
акп	Напиток из шиповника	200	0,78	0,00	35,71	115,40	0,03	14,50	0,00	0,00	13,20	3,72	3,80	1,09
	Хлеб пшеничный	30	2,43	0,36	12,60	60,90	0,07	0,00	0,00	0,00	11,10	65,40	19,50	0,84
	Хлеб ржаной	30	2,04	0,36	13,92	64,50	0,05	0,00	0,00	0,00	9,00	36,90	11,50	0,69
			<b>20,60</b>	<b>24,63</b>	<b>105,74</b>	<b>832,69</b>	<b>0,32</b>	<b>20,96</b>	<b>0,21</b>	<b>4,46</b>	<b>210,10</b>	<b>416,59</b>	<b>52,90</b>	<b>6,23</b>
						<b>35,4</b>								
	<b>Всего</b>		<b>39,21</b>	<b>41,34</b>	<b>169,14</b>	<b>1436,02</b>	<b>0,66</b>	<b>36,88</b>	<b>0,37</b>	<b>10,57</b>	<b>396,01</b>	<b>591,30</b>	<b>84,26</b>	<b>9,93</b>
			<b>1,0</b>	<b>1,1</b>	<b>4,3</b>	<b>61,1</b>					<b>1,0</b>	<b>1,49</b>		

2-я неделя примерного циклического меню

№ рецептуры	Меню	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калории	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
	<b>Пятница</b>													
	<b>Завтрак</b>													
акп	Салат Школьный (капуста свеж., перец сладкий, кукуруза конс., масло раст.)	60	2,6	1,50	4,02	145,6	0,01	10,70	0,00	2,09	19,25	4,62	3,08	0,24
акп	Сосиски отварные	100	19,08	21,27	30,09	270,81	0,05	2,96	0,21	1,26	204,24	202,49	16,70	0,11
акп	Макаронные изделия отварные	150	2,00	1,22	16,27	81,04	0,06	0,00	0,00	0,01	23,14	67,62	4,22	0,4
685/2004	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,04	109,75	0,00	0,10	0,00	0,00	5,25	8,25	4,40	0,86
	Хлеб ржано-пшеничный с ламинарией	30	2,10	0,33	13,29	64,50	0,05	0,00	0,00	0,00	7,00	30,98	6,17	0,60
			<b>25,98</b>	<b>24,32</b>	<b>78,71</b>	<b>591,62</b>	<b>0,17</b>	<b>13,76</b>	<b>0,21</b>	<b>3,36</b>	<b>258,88</b>	<b>313,96</b>	<b>34,57</b>	<b>2,21</b>
	<b>Обед</b>					<b>25,2</b>								
акп	Салат из моркови с финиками (морковь свежая, финики, йогурт натуральный)	60	1,12	2,42	18,81	84,34	0,02	1,64	0,02	1,10	18,89	20,20	0,00	0,01
акп	Солянка домашняя	200	3,98	7,63	15,13	134,72	0,04	1,66	0,01	1,04	46,72	48,20	5,19	0,76
акп	Запеканка картофельная с говядиной	200	7,50	19,00	21,24	388,10	0,08	6,68	0,03	3,05	107,22	185,88	8,42	0,28
акп	Напиток клюквенный	200	1,40	0,00	20,40	94,00	0,13	0,00	0,00	0,00	22,20	30,80	39,00	1,68
	Хлеб пшеничный	30	2,43	0,36	12,60	60,90	0,07	0,00	0,00	0,00	11,10	65,40	19,50	0,84
	Хлеб ржаной	30	2,04	0,36	13,92	64,50	0,05	0,00	0,00	0,00	9,00	36,90	11,50	0,69
			<b>155,84</b>	<b>175,06</b>	<b>650,45</b>	<b>840,36</b>	<b>10,03</b>	<b>125,30</b>	<b>11,26</b>	<b>42,40</b>	<b>215,13</b>	<b>387,38</b>	<b>356,81</b>	<b>46,07</b>
						<b>35,8</b>								
	<b>Всего</b>		<b>181,82</b>	<b>199,38</b>	<b>729,16</b>	<b>1431,98</b>	<b>10,20</b>	<b>139,06</b>	<b>11,47</b>	<b>45,76</b>	<b>474,01</b>	<b>701,34</b>	<b>391,38</b>	<b>48,28</b>
			<b>1,0</b>	<b>1,1</b>	<b>4,0</b>	<b>60,9</b>					<b>1,0</b>	<b>1,48</b>		

**Замена мяса птицы на мясо говядины  
в связи с невозможностью использования мяса птицы из-за отсутствия цехового разделения в школах №№ 1, 2, 6.**

**1-я неделя циклического  
примерного меню**

акп	среда	обед	Котлета куриная	100	Школа № 3, 4, 5
акп	среда	обед	Котлета из говядины	100	Школа № 1, 2, 6

**2-я неделя циклического  
примерного меню**

акп	среда	обед	Плов из куриной грудки	200	Школа № 3, 4, 5
акп	среда	обед	Плов из говядины	200	Школа № 1, 2, 6

Исполнитель:  
Технолог  
Буч И.Г.  
Тел: 5 84 55  
8 922 699 69 66