

Директор

Год	1970	1971	1972	1973	1974	1975	1976	1977	1978	1979	1980	1981	1982	1983	1984	1985	1986	1987	1988	1989	1990	1991	1992	1993	1994	1995	1996	1997	1998	1999	2000	2001	2002	2003	2004	2005	2006	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024	2025	2026	2027	2028	2029	2030	2031	2032	2033	2034	2035	2036	2037	2038	2039	2040	2041	2042	2043	2044	2045	2046	2047	2048	2049	2050	2051	2052	2053	2054	2055	2056	2057	2058	2059	2060	2061	2062	2063	2064	2065	2066	2067	2068	2069	2070	2071	2072	2073	2074	2075	2076	2077	2078	2079	2080	2081	2082	2083	2084	2085	2086	2087	2088	2089	2090	2091	2092	2093	2094	2095	2096	2097	2098	2099	2100
1970	1971	1972	1973	1974	1975	1976	1977	1978	1979	1980	1981	1982	1983	1984	1985	1986	1987	1988	1989	1990	1991	1992	1993	1994	1995	1996	1997	1998	1999	2000	2001	2002	2003	2004	2005	2006	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024	2025	2026	2027	2028	2029	2030	2031	2032	2033	2034	2035	2036	2037	2038	2039	2040	2041	2042	2043	2044	2045	2046	2047	2048	2049	2050	2051	2052	2053	2054	2055	2056	2057	2058	2059	2060	2061	2062	2063	2064	2065	2066	2067	2068	2069	2070	2071	2072	2073	2074	2075	2076	2077	2078	2079	2080	2081	2082	2083	2084	2085	2086	2087	2088	2089	2090	2091	2092	2093	2094	2095	2096	2097	2098	2099	2100	

Начальник

Год _____

ГОД

very good

4

2

44
KAY

6

19

1

1

1

1

1

1

Циклическое двухнедельное меню для учащихся 1-4 классов (в том числе учащихся с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов, не являющихся учащимися с ограниченными возможностями здоровья) муниципальных бюджетных общеобразовательных учреждений (сезон зима-весна)

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества			
			Б	Ж	У	Ккал
Неделя 1 День 1						
Завтрак						
3.7-60	Икра кабачковая консервированная	60	0,8	4,2	4,4	58,2
8.1-150	Омлет натуральный	150	13,4	19,1	2,7	237,2
5.1-200	Чай с сахаром	200	0,0	0,0	15,4	61,0
1.3-100	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,8	0,2	6,8	31,9
14.2-35	Хлеб пшеничный	35	2,6	0,3	17,2	82,0
14.1-20	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,3	0,2	7,9	39,1
18.1-25	Кондитерское изделие (печенье сахарное)	25	1,6	3,3	17,2	106,2
	ИТОГО	510	20,5	27,3	71,7	615,6
Обед						
3.4-60	Салат из соленых огурцов с луком	60	0,5	2,7	1,5	33,2
10.1-200	Свекольник	200	1,8	4,1	9,3	81,1
12.4-90	Шницель мясной	90	13,4	11,2	17,7	225,6
13.5-150	Рагу из овощей	150	2,6	8,8	21,3	174,9
5.6-200	Сок фруктовый	200	2,0	0,2	3,8	24,9
14.2-45	Хлеб пшеничный	45	3,3	0,4	22,1	105,4
14.1-30	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,0	0,3	11,9	58,7
	Кондитерское изделие (халва) в промышленной упаковке	18	2,1	5,4	7,4	92,8
	ИТОГО	700	25,6	27,7	87,5	703,8
Полдник						
1.2-100	Яблоко печеное	100	0,3	0,2	24,6	101,4
	Снежок м.д.ж. 2,5% в промышленной упаковке	200	5,4	5,0	21,6	152,0
	ИТОГО	300	5,7	5,2	46,2	253,4
	ВСЕГО 1 день	1510	51,7	60,2	205,4	1572,7

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества			
			Б	Ж	У	Ккал
Неделя 1 День 2						
Завтрак						
2.2-60	Овощи натуральные соленые	60	0,5	0,1	1,4	8,0
12.13-240	Плов из птицы	240	18,2	15,6	43,4	396,0
5.2-200	Чай с лимоном	200	0,1	0,0	15,3	61,6
14.2-35	Хлеб пшеничный	35	2,6	0,3	17,2	82,0
14.1-20	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,3	0,2	7,9	39,1
	Хлеб ржано-пшеничный	18	2,1	5,4	7,4	92,8
	Кондитерское изделие (халва) в промышленной упаковке	500	22,7	16,2	85,2	586,7
ИТОГО						
Обед						
3.13-60	Салат из свеклы отварной	60	0,8	4,4	3,5	42,1
10.8-200	Суп крестьянский с крупой	200	1,8	4,8	10,3	91,2
12.7-130	Печень говяжья по-строгановски	90/40	18,1	16,7	5,8	246,4
13.8-150	Каша пшеничная рассыпчатая	150	6,7	7,7	33,3	231,0
5.7-200	Компот из свежих плодов (яблок)	200	0,5	0,3	14,0	60,7
14.2-45	Хлеб пшеничный	45	3,3	0,4	22,1	105,4
14.1-30	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,0	0,3	11,9	58,7
16.5-60	Слойка с начинкой фруктовой	60	3,5	9,8	28,7	217,0
	ИТОГО	740	33,2	34,6	100,9	835,5
Полдник						
7.3-150	Каша рисовая молочная жидкая	150	3,8	3,4	21,8	132,7
5.9-200	Кисель из сока фруктового	200	0,3	0,0	39,4	158,8
14.2-35	Хлеб пшеничный	35	2,6	0,3	17,2	82,0
	ИТОГО	350	6,7	3,7	78,4	373,5
	ВСЕГО 2 день	1590	62,5	54,5	264,4	1795,7

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества			
			Б	Ж	У	Ккал
Неделя 1 День 3						
Завтрак						
17.1-30	Сыр порционный	30	7,0	8,9	0,0	107,5
7.2-200	Каша овсяная из хлопьев овсяных	200	6,3	6,0	28,3	192,6
5.3-200	Какао с молоком	200	2,5	0,4	26,0	118,3
1.1-100	Фрукты свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	10,4	45,0
14.2-35	Хлеб пшеничный	35	2,6	0,3	17,2	82,0
14.1-20	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,3	0,2	7,9	39,1
16.5-60	Слойка с начинкой фруктовой	60	3,5	9,8	28,7	217,0
	ИТОГО	530	20,1	16,2	89,8	584,5
Обед						
3.2-60	Салат из квашеной капусты с луком	60	0,9	5,4	2,0	66,9
10.7-200	Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	4,6	3,3	12,6	98,9
12.15-100	Рыба, тушенная в томате с овощами	100 (50/50)	8,2	5,7	3,8	99,7
13.3-150	Картофельное пюре	150	2,0	5,0	21,0	137,2
5.8-200	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,0	27,3	111,7
14.2-45	Хлеб пшеничный	45	3,3	0,4	22,1	105,4
14.1-30	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,0	0,3	11,9	58,7
	ИТОГО	710	21,5	20,1	100,7	678,5
Полдник						
9.2-100	Запеканка из творога	100	17,6	4,1	31,3	232,4
11.2-30	Молоко сгущенное	30	2,1	2,5	16,6	96,0
5.5-200	Напиток из шиповника	200	0,7	0,0	23,1	94,9
	ИТОГО	330	20,4	6,6	71,0	423,3
	ВСЕГО 3 день	1570	61,9	42,8	261,5	1686,3

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества			
			Б	Ж	У	Ккал
Неделя 1 День 4						
Завтрак						
3.6-60	Икра свекольная	60	1,1	3,0	4,2	62,0
12.14-90	Тефтели мясные с рисом ("ёжики")	90	10,3	14,0	11,0	210,4
13.2-150	Макаронные изделия отварные	150	5,5	5,3	31,3	187,9
5.1-200	Чай с сахаром	200	0,0	0,0	15,4	61,0
14.2-35	Хлеб пшеничный	35	2,6	0,3	17,2	82,0
14.1-20	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,3	0,2	7,9	39,1
	ИТОГО	500	20,8	22,8	87,0	642,4
Обед						
3.10-60	Салат из свеклы с солеными огурцами	60	0,7	4,4	2,8	63,1
10.6-200	Рассольник ленинградский	200	1,9	2,8	12,2	99,7
12.8-90	Голубцы ленивые	90	6,8	11,2	5,5	149,4
13.6-150	Каша гречневая рассыпчатая	150	1,9	6,9	38,6	224,9
5.6-200	Сок фруктовый	200	2,0	0,2	3,8	24,9
14.2-45	Хлеб пшеничный	45	3,3	0,4	22,1	105,4
14.1-30	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,0	0,3	11,9	58,7
1.1-100	Фрукты свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	10,4	45,0
	ИТОГО	700	19,0	26,6	107,3	771,1
Полдник						
16.2-100	Пирог Южный	100	7,9	6,5	47,2	279,6
	Йогурт м.д.ж. 2,5% в промышленной упаковке	200	6,8	5,0	11,0	116,2
	ИТОГО	300	14,7	11,5	58,2	395,8
	ВСЕГО 4 день	1500	54,5	60,8	252,5	1809,3

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества			
			Б	Ж	У	Ккал
Неделя 1 День 5						
Завтрак						
3.6-60	Икра морковная	60	1,1	3,0	4,2	62,0
12.1-90	Биточки рыбные	90	12,5	4,6	18,0	163,6
13.3-150	Картофельное пюре	150	2,0	5,0	21,0	137,2
	Сок фруктовый в промышленной упаковке	200	2,0	0,2	3,8	24,9
14.2-35	Хлеб пшеничный	35	2,6	0,3	17,2	82,0
14.1-20	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,3	0,2	7,9	39,1
	ИТОГО	500	21,5	13,3	72,1	508,8
Обед						
2.2-60	Овощи натуральные соленные	60	0,5	0,1	1,4	8,0
10.3-200	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,7	4,6	5,8	70,6
12.6-240	Рагу из птицы	240	18,0	15,9	20,6	297,6
5.7-200	Компот из свежих плодов (яблок)	200	0,5	0,3	14,0	60,7
14.2-45	Хлеб пшеничный	45	3,3	0,4	22,1	105,4
14.1-30	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,0	0,3	11,9	58,7
	Йогурт м.д.ж. 2,5% в промышленной упаковке	200	6,8	5,0	11,0	116,2
	ИТОГО	700	32,8	26,6	86,8	717,1
Полдник						
9.3-100	Сырники из творога	100	16,2	3,4	23,8	191,4
11.2-30	Молоко сгущенное	30	2,1	2,5	16,6	96,0
5.6-200	Сок фруктовый	200	2,0	0,2	3,8	24,9
	ИТОГО	330	20,3	6,1	44,2	312,3
	ВСЕГО 5 день	1530	54,3	45,9	203,0	1538,2
	ВСЕГО ЗА 1 НЕДЕЛЮ	7700	285,0	264,2	1186,8	8402,2

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества			
			Б	Ж	У	Ккал
Неделя 2 День 6						
Завтрак						
8.2-1	Яйцо отварное	50	6,3	5,7	0,4	78,3
17.1-30	Сыр порционный	30	7,0	8,9	0,0	107,5
7.1-200	Каша манная молочная жидкая	200	6,2	4,5	31,6	191,7
5.1-200	Чай с сахаром	200	0,0	0,0	15,4	61,0
	Йогурт м.д.ж. 2,5% в промышленной упаковке	200	6,8	5,0	11,0	116,2
14.2-35	Хлеб пшеничный	35	2,6	0,3	17,2	82,0
14.1-20	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,3	0,2	7,9	39,1
	ИТОГО	680	30,2	24,6	83,5	675,8
Обед						
3.6-60	Икра свекольная	60	1,1	3,0	4,2	62,0
10.6-200	Рассольник ленинградский	200	1,9	2,8	12,2	99,7
12.2-90	Котлеты рыбные любительские	90	10,9	8,8	7,0	151,3
13.1-150	Рис отварной	150	3,6	5,1	33,3	193,5
5.5-200	Напиток из шиповника	200	0,7	0,0	23,1	94,9
14.2-45	Хлеб пшеничный	45	3,3	0,4	22,1	105,4
14.1-30	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,0	0,3	11,9	58,7
	ИТОГО	700	23,5	20,4	113,7	765,5
Полдник						
1.2-100	Яблоко печеное	100	0,3	0,2	24,6	101,4
	Йогурт м.д.ж. 2,5% в промышленной упаковке	200	6,8	5,0	11,0	116,2
	ИТОГО	300	7,1	5,2	35,6	217,6
	ВСЕГО 7 день	1680	60,7	50,2	232,8	1658,8

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества			
			Б	Ж	У	Ккал
Неделя 2 День 7						
Завтрак						
3.6-60	Икра морковная	60	1,1	3,0	4,2	62,0
12.7-130	Птица тушеная	90/40	18,1	16,7	5,8	246,4
13.3-150	Картофельное пюре	150	2,0	5,0	21,0	137,2
5.4-200	Кофейный напиток с молоком	200	2,8	0,0	19,8	90,6
14.2-35	Хлеб пшеничный	35	2,6	0,3	17,2	82,0
14.1-20	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,3	0,2	7,9	39,1
	ИТОГО	540	27,9	25,2	75,9	657,3
Обед						
3.4-60	Салат из соленых огурцов с луком	60	0,5	2,7	1,5	33,2
10.2-200	Борщ с капустой и картофелем	200	1,4	3,1	6,2	59,0
12.6-240	Рагу из птицы	240	18,0	15,9	20,6	297,6
5.6-200	Сок фруктовый	200	2,0	0,2	3,8	24,9
14.2-45	Хлеб пшеничный	45	3,3	0,4	22,1	105,4
14.1-30	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,0	0,3	11,9	58,7
	Кондитерское изделие (халва) в промышленной упаковке	18	2,1	5,4	7,4	92,8
	ИТОГО	700	27,2	22,6	66,0	578,8
Полдник						
16.5-60	Слойка с начинкой фруктовой	60	3,5	9,8	28,7	217,0
5.9-200	Кисель из сока фруктового	200	0,3	0,0	39,4	158,8
1.3-100	Фрукты свежие (мандарины)	100	0,8	0,2	6,8	31,9
	ИТОГО	360	4,6	10,0	74,9	407,7
	ВСЕГО 8 день	1600	59,7	57,8	216,9	1643,7

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества			
			Б	Ж	У	Ккал
Неделя 2 День 8						
Завтрак						
3.2-60	Салат из квашеной капусты с луком	60	0,9	5,4	2,0	66,9
12.5-240	Плов с мясом	240	23,4	20,4	29,6	395,6
	Сок фруктовый в промышленной упаковке	200	2,0	0,2	3,8	24,9
14.2-35	Хлеб пшеничный	35	2,6	0,3	17,2	82,0
14.1-20	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,3	0,2	7,9	39,1
	ИТОГО	500	30,2	26,5	60,5	608,5
Обед						
3.10-60	Салат из свеклы с солеными огурцами	60	0,7	4,4	2,8	63,1
10.9-200	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,4	2,7	5,9	57,7
12.4-90	Биточек мясной	90	13,4	11,2	17,7	225,6
13.4-150	Капуста тушеная	150	3,9	4,8	10,5	101,5
5.8-200	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,0	27,3	111,7
14.2-45	Хлеб пшеничный	45	3,3	0,4	22,1	105,4
14.1-30	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,0	0,3	11,9	58,7
1.1-100	Фрукты свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	10,4	45,0
	ИТОГО	700	26,6	24,2	108,6	768,7
Полдник						
9.1-100	Пудинг творожный запеченный	100	14,0	3,5	26,3	193,1
11.2-30	Молоко сгущенное	30	2,1	2,5	16,6	96,0
5.3-200	Какао с молоком	200	2,5	0,4	26,0	118,3
	ИТОГО	330	18,6	6,4	68,9	407,4
	ВСЕГО 9 день	1530	56,8	57,1	238,0	1784,5

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества			
			Б	Ж	У	Ккал
Неделя 2 День 9						
Завтрак						
3.13-60	Салат из свеклы отварной	60	0,8	4,4	3,5	42,1
12.15-100	Рыба, тушенная в томате с овощами	100 (50/50)	8,2	5,7	3,8	99,7
13.7-150	Картофель отварной	150	2,8	4,8	24,6	153,0
5.6-200	Сок фруктовый	200	2,0	0,2	3,8	24,9
14.2-35	Хлеб пшеничный	35	2,6	0,3	17,2	82,0
14.1-20	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,3	0,2	7,9	39,1
18.1-25	Кондитерское изделие (печенье сахарное)	25	1,6	3,3	17,2	106,2
	ИТОГО	510	19,3	18,9	78,0	547,0
Обед						
2.2-60	Овощи натуральные соленные	60	0,5	0,1	1,4	8,0
10.7-200	Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	4,6	3,3	12,6	98,9
12.10-90	Курица в соусе с томатом	90	19,4	15,7	1,7	225,7
13.2-150	Макаронные изделия отварные	150	5,5	5,3	31,3	187,9
5.7-200	Компот из свежих плодов (яблок)	200	0,5	0,3	14,0	60,7
14.2-45	Хлеб пшеничный	45	3,3	0,4	22,1	105,4
14.1-30	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,0	0,3	11,9	58,7
	ИТОГО	700	35,8	25,4	95,0	745,2
Полдник						
7.3-150	Каша рисовая молочная жидкая	150	3,8	3,4	21,8	132,7
18.1-25	Кондитерское изделие (печенье сахарное)	25	1,6	3,3	17,2	106,2
5.1-200	Чай с сахаром	200	0,0	0,0	15,4	61,0
14.2-35	Хлеб пшеничный	35	2,6	0,3	17,2	82,0
	ИТОГО	375	8,0	7,0	71,6	381,9
	ВСЕГО 10 день	1585	63,0	51,2	244,5	1674,2

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества				
			Б	Ж	У	Ккал	
Неделя 2 День 10							
Завтрак							
9.2-150	Запеканка из творога	150	26,4	6,1	47,0	348,5	
11.2-30	Молоко сгущенное	30	2,1	2,5	16,6	96,0	
5.12-200	Кефир	200	5,0	4,4	8,2	94,5	
1.1-100	Фрукты свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	10,4	45,0	
14.2-35	Хлеб пшеничный	35	2,6	0,3	17,2	82,0	
14.1-20	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,3	0,2	7,9	39,1	
	ИТОГО	480	37,8	13,9	107,3	705,1	
Обед							
3.6-60	Икра морковная	60	1,1	3,0	4,2	62,0	
10.3-200	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,7	4,6	5,8	70,6	
12.14-90	Тефтели мясные с рисом ("ёжики")	90	10,3	14,0	11,0	210,4	
13.3-150	Картофельное пюре	150	2,0	5,0	21,0	137,2	
	Сок фруктовый в промышленной упаковке	200	2,0	0,2	3,8	24,9	
14.2-45	Хлеб пшеничный	45	3,3	0,4	22,1	105,4	
14.1-30	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,0	0,3	11,9	58,7	
1.1-100	Фрукты свежие (яблоки)	100	0,4	0,4	10,4	45,0	
	ИТОГО	700	22,8	27,8	90,1	714,2	
Полдник							
9.3-100	Сырники из творога	100	16,2	3,4	23,8	191,4	
11.2-30	Молоко сгущенное	30	2,1	2,5	16,6	96,0	
5.6-200	Сок фруктовый	200	2,0	0,2	3,8	24,9	
	ИТОГО	330	20,3	6,1	44,2	312,3	
	ВСЕГО 11 день	1510	60,6	47,8	241,6	1731,6	

	ВСЕГО ЗА 2 НЕДЕЛЮ	7905	300,8	264,1	1173,8	8492,9
	ВСЕГО за 10 дней	15605	585,7	528,3	2360,6	16895,1
	СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ	1561	58,6	52,8	236,1	1689,5