

Утверждаю:

И.о. директора ООО Столовая № 41

Е.А. Макаров



Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 79

Е.А. Камышанова



Примерное десятидневное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

Период действия 02.09.2024 - 27.12.2024 г.

**Комплекс за счет средств субсидии бесплатное одноразовое питание (завтрак)
1 - 4 класс**

Плановое меню по категории питающихся

Параметры: Организация: ООО Столовая № 41 г. Екат...
 Категория питающихся: 1-4 классы
 Тип планового меню: 85-20 (1-4) 1 смена

Организация Название	№ рецепта	Вес порции	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	A	B1	C	Fe	Ca	Mg	Фосфор
1 нед. Понедельник													
Завтрак		505	570,42	14,86	20,72	81,45	151,91	0,32	19,12	2,24	213,28	81,43	327,61
Бутерброд с маслом и сыром 5/10/25, порц	011863	40	151,40	4,58	8,59	14,47	58,50	0,03	0,02	0,02	74,95	6,15	71,00
Каша пшеничная молочная с маслом, кг	011355	240	356,42	8,48	11,81	53,98	93,41	0,19	1,52	120,08	65,28	225,36	
Напиток витаминизированный "Витюшка", кг	011340	200	6,10			1,53			18,83				
Хлеб ржаной, кг	011336	25	56,50	1,80	0,33	11,48	11,48	0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
1 нед. Вторник													
Завтрак		500	558,34	21,81	13,80	90,47	101,34	0,17	4,93	1,18	133,26	28,10	207,79
Пудинг из творога с повидлом 130/20, кг	011779	150	316,32	17,47	12,38	35,86	98,34	0,01	0,13	0,36	104,11	9,85	149,29
Чай с сахаром, кг	011342	200	61,52	0,20	0,05	15,07			0,10	0,02	0,15		
Фрукт, кг	011337	100	52,00	0,26	0,17	13,81	3,00	0,03	4,60	0,10	6,00	5,00	11,00
Батон витаминизированный, кг	011418	25	72,00	2,08	0,88	14,25							
Хлеб ржаной, кг	011336	25	56,50	1,80	0,33	11,48	11,48	0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
1 нед. Среда													
Завтрак		500	601,49	27,03	15,63	87,04	47,02	0,49	7,04	2,39	58,13	66,23	308,47
Копченая домашняя, кг	011413	80	165,91	16,18	7,33	7,98	3,30	0,30	1,07	0,68	19,18	23,13	161,33
Макаронные изделия отварные (масло слив), кг	011550	40	35,07	0,64	2,07	3,82	7,61	0,01	2,19	0,33	4,00	4,64	10,46
Соус томатный, кг	011343	200	61,76	0,25	0,06	14,77	0,07		3,68	0,06	1,90	0,54	1,08
Чай лимонный с сахаром, кг	011418	25	72,00	2,08	0,88	14,25							
Батон витаминизированный, кг	011336	25	56,50	1,80	0,33	11,48	11,48	0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
Хлеб ржаной, кг	011336	25	56,50	1,80	0,33	11,48	11,48	0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
1 нед. Четверг													
Завтрак		525	530,18	16,93	11,54	100,19	83,58	0,18	0,40	1,34	207,43	73,07	257,41
Каша Ассорти (греча, рис) с маслом, кг	011775	150	225,34	5,08	6,68	37,24	58,38	0,05	0,12	0,62	76,16	49,83	127,02
Напиток из цикория с молоком, кг	011339	200	105,09	2,97	1,78	19,34	25,20		0,18	0,02	108,27	9,99	82,89
Йогурт 125г, шт	011501	125	71,25	5,00	1,88	17,88							
Батон витаминизированный, кг	011418	25	72,00	2,08	0,88	14,25							
Хлеб ржаной, кг	011336	25	56,50	1,80	0,33	11,48	11,48	0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
1 нед. Пятница													
Завтрак		500	476,90	20,21	17,37	60,59	189,80	0,16	5,02	2,60	216,00	42,05	352,75
Омлет натуральный, кг	011358	150	209,88	14,23	14,96	3,58	172,80	0,12	1,72	1,79	126,85	18,30	248,25
Чай с молоком, кг	011344	200	86,52	1,85	1,04	17,47	14,00	0,20	0,20	0,02	60,15	5,50	46,00
Фрукт, кг	011337	100	52,00	0,26	0,17	13,81	3,00	0,03	4,60	0,10	6,00	5,00	11,00
Батон витаминизированный, кг	011418	25	72,00	2,08	0,88	14,25							
Хлеб ржаной, кг	011336	25	56,50	1,80	0,33	11,48	11,48	0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
2 нед. Понедельник													
Завтрак		505	566,60	13,10	20,40	82,35	164,91	0,26	5,33	1,16	218,63	39,13	245,25

011863	40	151,40	4,68	8,59	14,47	68,60	0,03	0,02	74,95	6,15	71,00
011467	240	336,20	6,72	11,49	90,65	106,38	0,05	0,21	125,43	22,98	143,00
011341	200	22,50			5,75	0,03					
011336	25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,70	18,25	10,00	313,75
		565,10	24,03	14,38	86,63	120,65	0,21	9,28	213,64	39,58	313,77
	500	565,10	24,03	14,38	86,63	120,65	0,21	9,28	213,64	39,58	313,77
	150	322,84	19,64	12,95	32,32	117,58	0,05	0,90	182,74	20,79	254,19
	200	61,76	0,25	0,06	14,77	0,07	3,68	0,06	1,90	0,64	1,08
	100	52,00	0,26	0,17	13,81	3,00	0,03	4,60	0,10	6,00	5,00
	25	72,00	2,08	0,88	14,25		0,03		4,75	3,25	16,25
	25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
	25	546,99	21,36	19,83	72,53	127,75	0,26	26,13	115,70	90,80	310,02
	500	548,99	21,36	19,83	72,53	127,75	0,26	26,13	115,70	90,80	310,02
	90	200,80	13,76	12,28	8,06	75,91	0,01	0,67	58,81	45,17	164,82
	160	158,17	3,52	6,29	23,67	51,83	0,13	25,27	1,06	47,94	32,38
	200	61,52	0,20	0,05	15,07		0,10	0,02	0,15		97,70
	25	72,00	2,08	0,88	14,25		0,03		4,75	3,25	16,25
	25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
	25	532,41	16,78	11,82	98,76	75,30	0,22	0,34	174,81	67,42	249,80
	525	532,41	16,78	11,82	98,76	75,30	0,22	0,34	174,81	67,42	249,80
	150	231,10	4,95	6,95	36,87	68,38	0,09	0,12	74,54	30,57	120,90
	200	101,56	2,95	1,79	18,29	16,92	0,00	0,12	0,90		81,40
	125	71,25	5,00	1,88	17,88						
	25	72,00	2,08	0,88	14,25		0,03		4,75	3,25	16,25
	25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
	25	492,35	21,14	18,65	60,69	191,34	0,16	5,02	260,00	43,29	377,73
	500	492,35	21,14	18,65	60,69	191,34	0,16	5,02	260,00	43,29	377,73
	150	225,33	15,16	16,24	3,69	174,34		0,12	1,70	170,85	19,54
	200	86,52	1,85	1,04	17,47	14,00	0,20	0,02	60,15	5,50	46,00
	100	52,00	0,26	0,17	13,81	3,00	0,03	4,60	0,10	6,00	5,00
	25	72,00	2,08	0,88	14,25		0,03		4,75	3,25	16,25
	25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,70	18,25	10,00	31,25