

Утверждено

Согласовано



И.О. Директора ООО «Столовая №41»

Директор МАОУ СОШ № 79

Лепилина И.В.

Камышанова Е.А.



Примерное меню завтраков (1 смена) на 10 дней для общеобразовательных учреждений
города Екатеринбурга (все районы города) в 2024-2025 году

(возрастная группа с 7 до 11 лет)

7-11

Период действия меню: с 09.01.2025 по 31.05.2025

Плановое меню по категории питающихся

Параметры: Организация: ООО Столовая № 41 г. Екат...
 Категория питающихся: 1-4 классы
 Тип планового меню: 108-64 (1-4) 1 смена

Организация Название	№ рецепта	Вес порции	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	A	B1	C	Fe	Ca	Mg	Фосфор
1 нед. Помедельник													
Завтрак		505	586,82	14,86	20,72	81,45	151,91	0,32	19,12	2,24	213,28	81,43	327,61
Булеброд с маслом и сыром 5/10/25, порц	011863	505	586,82	14,86	20,72	81,45	151,91	0,32	19,12	2,24	213,28	81,43	327,61
Каша пшенная молочная с маслом, кг	40	40	151,40	4,58	8,59	58,50	0,03	0,19	0,02	0,02	74,95	6,15	71,00
Кисель с витаминами "Витолше", кг	200	200	356,42	8,48	11,81	53,98	93,41	0,19	0,19	1,52	120,08	65,28	225,36
Хлеб ржаной, кг	011341	200	22,50			5,75	0,03	0,08	5,03				
Хлеб ржаной, кг	011336	25	56,50	1,80	0,33	11,48	101,34	0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
1 нед. Вторник													
Завтрак		500	559,34	21,81	13,80	90,47	101,34	0,17	4,93	1,18	133,26	28,10	207,79
Пудинг из творога со слущенной 130/20, кг	011779	500	559,34	21,81	13,80	90,47	101,34	0,17	4,93	1,18	133,26	28,10	207,79
Чай с сахаром, кг	011342	150	316,32	17,47	12,38	35,86	98,34	0,01	0,13	0,36	104,11	9,85	149,29
Фрукт, кг	011337	200	61,52	0,20	0,05	15,07		0,10	0,10	0,02	0,15		
Хлеб ржаной, кг	011418	100	52,00	2,08	0,17	13,81	3,00	0,03	4,60	0,10	6,00	5,00	11,00
Батон витаминизированный, кг	011337	25	72,00	2,08	0,88	14,25		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	47,02	0,49	7,04	2,39	58,13	66,23	308,47
1 нед. Среда													
Завтрак		540	642,96	27,03	15,63	87,04	47,02	0,49	7,04	2,39	58,13	66,23	308,47
Колбета домашняя, кг	011547	100	207,39	20,23	9,17	9,97	4,13	0,38	1,33	0,86	23,98	28,91	201,66
Макаронные изделия отварные (масло слив), кг	011413	150	210,24	6,08	4,97	34,75	36,04	0,05	2,19	0,33	4,00	4,64	10,46
Соус томатный, кг	011550	40	35,07	0,64	2,07	3,82	7,61	0,01	0,03	0,06	1,90	0,54	1,08
Чай лимонный с сахаром, кг	011343	200	61,76	0,25	0,06	14,77	0,07	0,03	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
Батон витаминизированный, кг	011418	25	72,00	2,08	0,88	14,25		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	100,19	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	0,16	0,40	1,34	207,43	73,07	257,41
Каша Ассорти (греча, рис) с маслом, кг	011775	150	530,18	16,93	11,54	100,19	83,58	0,16	0,40	1,34	207,43	73,07	257,41
Напиток из цикория с молоком, кг	011339	200	105,09	5,08	6,68	37,24	58,38	0,05	0,12	0,62	76,16	49,83	127,02
Йогурт 125г, шт	011501	125	71,25	5,00	1,88	19,34	25,20		0,18	0,02	108,27	9,99	82,89
Батон витаминизированный, кг	011418	25	72,00	2,08	0,88	14,25		0,03	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	0,16	0,16	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 натуральная, кг	011358	150	209,88	14,23	14,96	3,58	172,80	0,16	5,02	2,60	216,00	42,05	352,75
Чай с молоком, кг	011344	200	209,88	14,23	14,96	3,58	172,80	0,16	5,02	2,60	216,00	42,05	352,75
Фрукт, кг	011337	100	52,00	1,85	1,04	17,47	14,00	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	3,00	0,03	4,60	0,10	6,00	5,00	11,00
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

