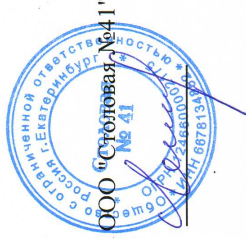


Утверждаю

И.О. Директора ООО "Столовая №41"

Лепилина И.В.



Согласовано

Директор MAOU СОШ № 79

Камышанова Е.А.



Примерное меню завтраков (1 смена) и комплекса за родительскую плату (2 смена) на 10 дней для
общеобразовательных учреждений города Екатеринбурга (все районы города) в 2024-2025 году

(возрастная группа с 12 лет и старше)

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: 5-11 классы
 Тип планового меню: 128-56 (5-11) 1 смена

Организация
 Название

№ рецепта	Вес порции	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	A	B1	C	Fe	Ca	Mg	Фосфор
1 нед. Понедельник												
Завтрак												
011530	550	784,29	30,68	20,66	115,83	316,95	0,53	5,69	3,36	120,92	84,51	406,70
Плов с курицей и куркумой 2, кг												
011342	250	543,27	24,83	19,86	63,94	316,95	0,27	5,39	1,64	82,52	54,01	310,95
Чай с сахаром, кг												
011335	200	61,52	0,20	0,05	15,07			0,10	0,02	0,15		
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг												
011336	50	123,00	3,85	0,42	25,35			0,17	0,10	20,00	20,50	64,50
Хлеб ржаной, кг												
1 нед. Вторник												
Завтрак												
011856	555	721,49	28,61	19,97	108,61	1 049,96	0,55	30,27	7,84	95,13	83,49	475,04
Печень построгановски, кг												
011413	100	189,12	14,29	12,29	8,90	1 049,96	0,55	30,27	7,84	95,13	83,49	475,04
Макаронные изделия отварные (масло слив), кг												
011343	180	291,11	8,42	6,88	48,12	1 000,00	0,23	26,39	5,23	41,08	18,29	256,24
Чай лимонный с сахаром, кг												
011335	200	61,76	0,25	0,06	14,77	49,90	0,06		0,85	13,90	34,15	121,97
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг												
011336	50	123,00	3,85	0,42	25,35	0,07		3,68	0,06	1,90	0,54	1,08
Хлеб ржаной, кг												
1 нед. Среда												
Завтрак												
011397	555	714,73	31,48	16,68	113,05	245,88	0,97	4,28	4,33	70,58	217,17	516,68
Гуляш из свинины, кг												
011414	100	193,06	17,17	10,35	7,19	245,88	0,97	4,28	4,33	70,58	217,17	516,68
Каша гречневая рассыпчатая, кг												
011342	180	280,66	8,46	5,53	53,96	215,64	0,56	3,98	0,78	19,49	27,55	191,14
Чай с сахаром, кг												
011335	50	123,00	3,85	0,42	15,07	30,24	0,14		1,84	12,69	159,12	229,79
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг												
011336	25	56,50	1,80	0,33	25,35			0,10	0,02	0,15		
Хлеб ржаной, кг												
1 нед. Четверг												
Завтрак												
011545	555	753,24	19,49	32,72	86,20	66,75	0,42	43,40	3,12	99,00	70,38	215,50
Котлета домашняя п/ф, кг												
011412	100	303,58	9,60	24,80	86,20	66,75	0,42	43,40	3,12	99,00	70,38	215,50
Картофельное пюре, кг												
011335	180	177,94	3,96	7,08	26,63	56,31	0,14	28,43	1,19	53,94	36,43	109,91
Напиток фруктовый с ягодами, кг												
011336	200	92,22	0,28	0,09	22,75	8,44	0,01	14,77	0,23	6,81	3,45	7,44
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг												
011336	50	123,00	3,85	0,42	25,35	11,48	0,17	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
Хлеб ржаной, кг												
1 нед. Пятница												
Завтрак												
011400	550	607,05	27,51	8,98	100,94	343,48	0,67	156,15	4,47	85,08	84,73	330,60
Пау из курицы с овощами и картофелем, кг												
011348	250	290,75	21,18	7,96	34,45	343,48	0,67	156,15	4,47	85,08	84,73	330,60
Напиток из плодов шиповника, кг												
011335	200	136,80	0,68	0,28	29,66	343,48	0,40	25,95	2,49	46,63	52,63	234,85
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг												
011336	50	123,00	3,85	0,42	25,35			0,10	0,10	20,00	20,50	64,50
Хлеб ржаной, кг												
011336	50	123,00	3,85	0,42	25,35			0,17	0,10	20,00	20,50	64,50

2 нед. Понедельник Завтрак	011466	Азу из свинины, кг	555	735,28	29,93	21,26	108,88	34,40	0,90	5,39	4,16	61,83	211,50	493,86	
	011414	Каша гречневая рассыпчатая, кг	100	213,36	15,57	14,92	3,32	34,40	0,90	5,39	4,16	61,83	211,50	493,86	
	011343	Чай лимонный с сахаром, кг	180	280,66	8,46	5,53	53,96	3,32	4,09	0,50	1,51	0,56	6,89	21,34	167,24
	011335	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	200	61,76	0,25	0,06	14,77	4,09	30,24	0,14	1,84	12,69	159,12	229,79	1,08
	011336	Хлеб ржаной, кг	50	123,00	3,85	0,42	25,35	14,77	0,07	0,17	3,68	0,06	1,90	0,54	1,08
2 нед. Вторник Завтрак	011435	Фрикассе из куриного филе, кг	555	739,65	27,11	20,80	107,91	208,18	0,48	1,60	2,97	122,63	72,94	363,78	
	011478	Рис припущенный с куркумой 2, кг	100	207,70	16,43	13,36	4,45	107,91	0,48	1,60	2,97	122,63	72,94	363,78	
	011342	Чай с сахаром, кг	180	290,94	4,63	6,64	4,45	157,83	0,09	1,07	0,40	37,31	23,70	169,05	
	011335	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	200	61,52	0,20	0,05	15,07	50,35	0,13	0,23	0,85	46,92	18,75	98,98	
	011336	Хлеб ржаной, кг	25	123,00	3,85	0,42	25,35	15,07	0,13	0,23	0,85	46,92	18,75	98,98	
2 нед. Среда Завтрак	011409	Филе минтая с овощами в соусе, кг	555	605,31	25,75	12,78	97,76	245,05	0,47	69,73	4,02	163,61	131,42	408,68	
	011412	Картофельное пюре, кг	100	146,46	15,79	4,88	9,36	245,05	0,47	69,73	4,02	163,61	131,42	408,68	
	011335	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	180	177,94	3,96	7,08	26,63	183,73	0,03	3,98	0,79	59,02	58,69	189,01	
	011335	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	200	101,40	0,35	0,07	24,94	3,00	3,00	37,12	0,34	12,40	5,80	14,00	
	011336	Хлеб ржаной, кг	25	123,00	3,85	0,42	25,35	3,00	3,00	37,12	0,34	12,40	5,80	14,00	
2 нед. Четверг Завтрак	011522	Ромштекс куриный, кг	555	770,01	33,58	20,38	115,53	126,06	0,42	23,65	4,19	98,41	149,85	455,67	
	011539	Булгур с овощами и зеленой фасолью, кг	100	232,70	21,07	9,81	14,96	126,06	0,42	23,65	4,19	98,41	149,85	455,67	
	011335	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	180	265,59	6,59	9,73	41,00	110,31	0,03	1,02	0,78	21,45	28,69	191,30	
	011336	Хлеб ржаной, кг	200	92,22	0,28	0,09	22,75	8,44	0,01	14,77	0,23	6,81	3,45	7,44	
	011336	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	25	643,04	1,80	0,33	11,48	22,75	0,17	10,19	1,05	24,89	4,54	77,62	
2 нед. Пятница Завтрак	011392	Жаркое по-домашнему из свинины с картофелем, кг	550	643,04	25,26	14,48	104,80	10,19	1,05	24,89	4,54	77,62	80,28	329,36	
	011715	Налиток из смеси сухофруктов, кг	250	314,34	19,34	13,62	29,27	9,39	0,78	24,25	2,42	35,37	45,38	222,61	
	011335	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	200	149,20	0,26	0,12	38,71	0,80	0,80	0,44	0,42	4,00	4,40	11,00	
	011336	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	50	123,00	3,85	0,42	25,35	0,80	0,17	0,10	1,00	20,00	20,50	64,50	
	011336	Хлеб ржаной, кг	50	123,00	3,85	0,42	25,35	0,80	0,17	0,10	1,00	20,00	20,50	64,50	