



# Плановое меню по категории питающихся

Параметры: Организация: ООО Столовая № 41 г. Екат...  
 Категория питающихся: 5-11 классы  
 Тип планового меню: 192-84 (5-11) 2 смена

Организация	Название	№ рецепта	Вес порции	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	A	B1	C	Fe	Sa	Mg	Фосфор		
1 нед.	<b>Понедельник</b>	Обед	875	1033,11	38,22	25,53	136,94	25,35	438,39	0,77	17,27	5,55	165,68	123,87	529,34	
				1033,11	38,22	25,53	136,94	11,48	438,39	0,77	17,27	5,55	165,68	123,87	529,34	
				250	151,385	7,54	4,88	21,11	122,41	121,44	0,24	11,58	2,20	44,76	39,36	122,64
				200	543,27	24,83	19,86	63,94	19,86	316,95	0,27	5,39	1,64	82,52	54,01	310,95
				200	61,52	0,20	0,05	15,07	0,05	0,00	0,05	0,10	0,02	0,15		
				100	94,00	1,40	6,00	7,70	0,00	0,00	0,05	34,7	0,70	40,50	33,52	48,61
				50	123,00	3,85	0,42	25,35	0,17	0,10	0,10	0,10	1,00	20,00	20,50	64,50
				25	56,50	1,80	0,33	11,48	0,33	0,10	0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
				905	958,57	32,42	27,12	122,41	1133,68	1133,68	0,63	46,16	9,13	149,83	115,39	540,42
				250	1014,39	32,42	27,12	122,41	133,80	83,72	0,08	15,89	1,29	54,70	31,90	65,38
1 нед.	<b>Вторник</b>	Обед	100	291,11	8,42	6,88	48,12	49,90	0,06	0,06	3,68	0,06	13,90	34,15	121,97	
				200	61,76	0,25	0,06	14,77	0,07	0,07	3,68	0,06	1,90	0,54	1,08	
				100	104,92	1,34	3,03	19,97	0,00	0,05	4,47	0,44	24,26	33,94	49,18	
				50	123,00	3,85	0,42	25,35	0,17	0,10	0,10	1,00	20,00	20,50	64,50	
				25	56,50	1,80	0,33	11,48	0,33	0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25	
				905	984,32	36,43	23,29	135,20	341,10	1,07	19,78	5,45	96,56	244,82	601,95	
				250	164,48	4,95	6,61	22,16	22,16	0,10	15,51	1,12	25,98	27,65	85,27	
				100	193,06	17,17	10,35	7,19	215,64	0,56	3,98	0,78	19,49	27,55	191,14	
				180	280,66	8,46	5,53	53,96	30,24	0,14	1,84	12,69	159,12	229,79		
				200	61,52	0,20	0,05	15,07	0,00	0,10	0,02	0,15	0,15	0,54	1,08	
1 нед.	<b>Среда</b>	Обед	734	105,10	2,60	7,26	8,54	10,29	0,01	1,87	1,21	81,38	20,98	65,42		
				50	123,00	3,85	0,42	25,35	0,17	0,10	0,10	1,00	20,00	20,50	64,50	
				25	56,50	1,80	0,33	11,48	0,33	0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25	
				905	984,32	36,43	23,29	135,20	341,10	1,07	19,78	5,45	96,56	244,82	601,95	
				250	164,48	4,95	6,61	22,16	22,16	0,10	15,51	1,12	25,98	27,65	85,27	
				100	193,06	17,17	10,35	7,19	215,64	0,56	3,98	0,78	19,49	27,55	191,14	
				180	280,66	8,46	5,53	53,96	30,24	0,14	1,84	12,69	159,12	229,79		
				200	61,52	0,20	0,05	15,07	0,00	0,10	0,02	0,15	0,15	0,54	1,08	
				100	105,10	2,60	7,26	8,54	10,29	0,01	1,87	1,21	81,38	20,98	65,42	
				50	123,00	3,85	0,42	25,35	0,17	0,10	0,10	1,00	20,00	20,50	64,50	
1 нед.	<b>Четверг</b>	Обед	1007,54	23,60	39,97	103,54	167,97	0,51	57,13	4,17	130,56	85,47	292,88	292,88		
				905	1007,54	23,60	39,97	103,54	167,97	0,51	57,13	4,17	130,56	85,47	292,88	
				250	146,93	4,12	7,26	17,34	17,34	0,09	13,73	1,05	31,57	25,10	2,40	
				100	303,58	9,60	24,80	26,63	58,31	0,14	28,43	1,19	53,94	36,43	109,91	
				180	177,94	3,96	7,08	22,75	8,44	0,01	14,77	0,23	6,81	3,45	7,44	
				200	92,22	0,28	0,09	22,75	16,03	0,05	4,41	0,64	24,05	33,52	48,61	
				100	107,37	1,15	4,98	16,03	0,00	0,05	4,41	0,64	24,05	33,52	48,61	
				50	123,00	3,85	0,42	25,35	0,17	0,10	0,10	1,00	20,00	20,50	64,50	
				25	56,50	1,80	0,33	11,48	0,33	0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25	
		1 нед.	<b>Пятница</b>	Обед	857,01	35,08	15,90	128,19	386,81	0,91	173,29	6,34	131,32	121,04	453,17	453,17
				900	857,01	35,08	15,90	128,19	386,81	0,91	173,29	6,34	131,32	121,04	453,17	
				250	141,46	5,77	6,00	15,78	15,78	0,14	17,04	1,17	27,99	26,31	91,32	
				250	290,75	21,18	7,96	34,45	34,45	0,40	25,95	2,49	46,63	52,63	234,85	
				200	136,80	0,68	0,28	29,66	0,01	130,00	0,28	2,00	1,60	1,00	11,00	
				100	52,00	0,26	0,17	13,81	3,00	0,03	4,60	0,10	6,00	5,00	11,00	
				50	123,00	3,85	0,42	25,35	0,17	0,10	0,10	1,00	20,00	20,50	64,50	
				25	56,50	1,80	0,33	11,48	0,33	0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25	
				900	857,01	35,08	15,90	128,19	386,81	0,91	173,29	6,34	131,32	121,04	453,17	
				200	136,80	0,68	0,28	29,66	0,01	130,00	0,28	2,00	1,60	1,00	11,00	

