



# Плановое меню по категории питающихся

Параметры: Организация: ООО Столовая № 41 г. Екат...

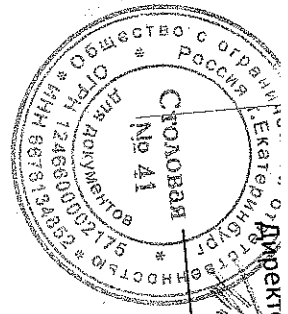
Категория питающихся: 5-11 классы

Тип планового меню: 147-79 (5-11) 2 смена

Организация	Вес порции	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	A	B1	C	Fe	Ca	Mg	Фосфор
000 Столовая № 41 г. Екатеринбург	9 195,0											
5-11 классы												
<b>1 нед. Понедельник</b>												
Обед												
Суп Минестроне куриный с брокколи и сметаной, кг	900	1 177,61	41,94	27,51	185,10	234,02	0,40	27,94	6,27	112,36	133,76	329,36
Чахохбили из филе куриного, кг	250	1 177,61	41,94	27,51	185,10	234,02	0,40	27,94	6,27	112,36	133,76	329,36
Рис с овощами и куркумой 2, кг	100	128,23	4,94	6,44	12,59	17,35	0,09	15,37	1,24	38,48	21,22	62,60
Чай смородиновый с сахаром, кг	180	135,87	18,55	4,49	5,32	6,91	0,06	6,81	1,62	25,33	73,39	155,71
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	200	213,53	4,01	3,92	41,43	209,75	0,07	2,77	1,09	21,89	31,57	94,68
Хлеб ржаной, кг	50	70,38	0,48	0,11	16,87	0,02	0,02	3,00	0,17	6,67	7,59	16,37
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	50	123,00	3,86	0,41	25,35		0,16		1,00	20,00		
Хлеб ржаной, кг	70	111,00	3,69	0,64	22,04				1,15			
Березка 70 г		395,60	6,40	11,50	61,50							
<b>1 нед. Вторник</b>												
Обед												
Борщ Морячок со сметаной, кг	910	1 367,01	40,24	55,83	150,51	121,20	1,19	26,68	9,57	111,60	205,55	413,07
Душ мясное, кг	250	1 367,01	40,24	55,83	150,51	121,20	1,19	26,68	9,57	111,60	205,55	413,07
Напиток фруктово-ягодный, кг	100	131,56	4,10	7,50	11,95	80,45	0,09	20,05	1,31	51,99	37,56	65,16
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	180	338,27	11,15	31,26	2,97	0,53	0,62	2,88	1,04	15,76	21,71	128,53
Хлеб ржаной, кг	200	261,08	9,13	6,68	41,94	40,23	0,31	4,87	4,87	19,75	144,28	216,63
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	50	84,10	0,13	0,41	20,91		0,01	3,75	0,21	4,10	2,00	2,75
Хлеб ржаной, кг	50	123,00	3,86	0,41	25,35		0,16		1,00	20,00		
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	50	111,00	3,69	0,64	22,04				1,15			
Хлеб ржаной, кг	80	318,00	8,19	9,33	25,34							
Булочка Пособская с повидлом 80 г	920	1 201,99	46,94	32,53	180,18	160,20	0,71	17,27	5,67	106,67	92,90	308,31
<b>1 нед. Среда</b>												
Обед												
Рассольник ленинградский со сметаной, кг	250	1 201,99	46,94	32,53	180,18	160,20	0,71	17,27	5,67	106,67	92,90	308,31
Тефтелька с рисом в томатном соусе (курица, свинина), кг	100	148,89	4,41	7,66	15,65	101,02	0,11	14,70	1,27	36,01	25,22	85,20
Макаронные изделия отварные (масло слив), кг	180	235,44	14,34	15,14	10,50	20,39	0,33	2,33	1,14	22,90	46,26	144,92
Чай с сахаром, кг	200	256,49	7,15	5,14	46,26	38,79	0,11	0,25	1,06	14,94	10,43	57,60
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	50	63,38	0,50	0,13	15,07			0,25	0,05	12,83	11,00	20,60
Хлеб ржаной, кг	50	123,00	3,86	0,41	25,35		0,16		1,00	20,00		
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	50	111,00	3,69	0,64	22,04				1,15			
Хлеб ржаной, кг	90	263,80	13,00	3,40	45,30							
Булочка с яблоком и корицей 90 г	900	1 258,22	43,57	35,68	193,09	386,91	0,61	18,51	7,46	150,56	201,05	447,52
<b>1 нед. Четверг</b>												
Обед												
Суп гороховый куриный, кг	250	1 258,22	43,57	35,68	193,09	386,91	0,61	18,51	7,46	150,56	201,05	447,52
Суп гороховый куриный, кг	250	149,86	7,86	4,27	20,59	113,23	0,25	11,95	2,39	50,15	40,13	124,73

100	208,15	17,42	13,59	4,62	187,96	0,05	0,96	1,11	31,01	63,18	138,38
180	265,78	6,42	9,74	41,12	105,58	0,14	2,88	1,73	33,81	86,67	163,70
200	63,44	0,53	0,12	14,77	0,14	0,00	2,94	0,08	14,69	11,08	20,71
50	123,00	3,86	0,41	25,35		0,16		1,00	20,00		
50	111,00	3,69	0,64	22,04				1,15			
70	337,00	3,80	6,90	64,60				1,15			
Рогалик Пособский со сгущенным молоком 70 г	785,70	34,63	15,65	124,81	514,12	0,57	182,88	6,90	113,23	136,62	323,48
<b>1 нед. Пятница</b>											
Обед	930	785,70	34,63	15,65	124,81	0,57	182,88	6,90	113,23	136,62	323,48
Сулг куриный с картофелем и макаронными изделиями, к	250	167,39	5,00	6,76	20,56	0,13	15,93	1,34	30,18	24,68	77,13
Рагу из курицы с овощами и беби-картофелем, к	280	282,70	21,76	7,69	32,41	0,27	36,95	3,09	56,86	110,34	244,75
Напиток из плодов шиповника, к	200	101,60	0,32	0,14	24,44	0,01	130,00	0,32	6,20	1,60	1,60
Хлеб витаминизированный пшеничный, к	50	123,00	3,86	0,41	25,35	0,16		1,00	20,00		
Хлеб ржаной, к	50	111,00	3,69	0,64	22,04			1,15			
Плюшка с сахаром 100 г	100										
1 нед. Понедельник											
Обед	900	1302,47	49,35	36,20	189,88	0,57	38,02	7,39	118,79	167,10	420,10
Сулг гороховый куриный, к	250	149,86	7,86	4,27	20,59	0,25	11,95	2,39	50,15	40,13	124,73
Плов с курицей и куркумой, к	280	516,92	27,55	19,38	58,87	0,15	7,24	2,85	48,64	126,97	295,37
Напиток витаминизированный "Витлошка", к	200	6,10			1,53		18,83				
Хлеб витаминизированный пшеничный, к	50	123,00	3,86	0,41	25,35	0,16		1,00	20,00		
Хлеб ржаной, к	50	111,00	3,69	0,64	22,04			1,15			
Березка 70 г	70	395,60	6,40	11,50	61,50						
<b>2 нед. Вторник</b>											
Обед	910	1317,85	42,71	40,15	171,34	0,45	27,71	8,32	132,42	67,22	303,96
Борщ со сметаной, к	250	139,42	4,27	7,49	13,75	0,08	21,24	1,43	51,49	25,24	66,70
Гуляш из говядины, к	100	239,54	15,12	17,11	6,84	0,09	6,08	2,42	23,18	25,56	164,27
Макаронные изделия отварные (масло слив), к	180	256,49	7,15	5,14	46,26	0,11	38,79	1,06	14,94	10,43	57,60
Компот из смеси сухофруктов, к	200	130,40	0,44	0,02	31,76	0,60	0,40	1,26	22,80	6,00	15,40
Хлеб витаминизированный пшеничный, к	50	123,00	3,86	0,41	25,35	0,16		1,00	20,00		
Хлеб ржаной, к	50	111,00	3,69	0,64	22,04			1,15			
Булочка Пособская с повидлом 80 г	80	318,00	8,19	9,33	25,34						
<b>2 нед. Среда</b>											
Обед	895	1341,02	47,96	41,53	192,35	0,63	53,20	7,07	169,97	106,90	399,67
Солынка домашняя со сметаной, к	250	137,72	5,09	8,64	9,61	0,15	13,42	1,16	30,08	21,91	71,82
Фишбургер с горбушей сыром и консервами, порц	170	446,50	20,62	16,89	52,82	0,19	3,22	2,34	107,14	42,58	221,70
Картофель-беби запеченный, к	110	222,48	3,21	11,65	26,10	0,19	31,96	1,55	19,19	37,28	93,90
Напиток яблочно-смородиновый, к	200	98,02	0,42	0,10	23,81	0,32	4,60	0,37	3,56	5,14	12,26
Хлеб витаминизированный пшеничный, к	25	61,50	1,93	0,21	12,68	0,08		0,50	10,00		
Хлеб ржаной, к	50	111,00	3,69	0,64	22,04			1,15			
Булочка с яблоком и корицей 90 г	90	263,80	13,00	3,40	45,30						
<b>2 нед. Четверг</b>											
Обед	900	1307,21	44,09	36,03	202,69	0,54	18,63	7,56	255,90	202,53	437,27
Сулг-поре с тыквой и гречками, к	250	222,68	3,90	13,81	20,91	0,13	8,79	1,82	167,11	24,17	89,52
Ромштекс куриный, к	100	214,19	21,49	8,05	13,90	0,10	1,35	1,82	21,20	76,55	159,72
Булгур с томатом, к	180	235,90	6,81	6,09	41,12	0,39	5,56	1,74	32,91	90,73	167,33
Чай лимонный с сахаром, к	200	63,44	0,53	0,12	14,77	0,00	2,94	0,08	14,69	11,08	20,71
Хлеб витаминизированный пшеничный, к	50	123,00	3,86	0,41	25,35	0,16		1,00	20,00		





*[Handwritten signature]*

Аристова Н.С.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 460837604057956529703830632163952415623550190459

Владелец Усова Ольга Николаевна

Действителен с 16.10.2023 по 15.10.2024