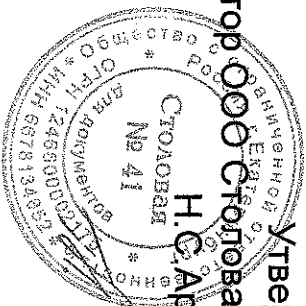


Утверждаю:

Директор ООО Столовая № 41

Н.С. Аристова



Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 93

О.Н. Усова



Примерное десятидневное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

Период действия 2024 г

Комплекс одnorазовое питание (завтрак), вариативное меню

5-11 класс (родительская плата), 98,52 руб.

Плановое меню по категории питающихся

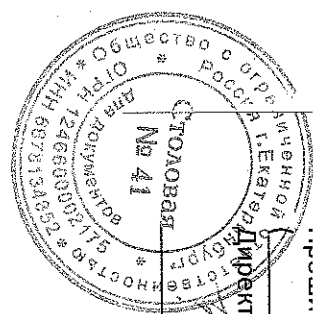
Параметры: Организация: ООО Столовая № 41 г. Екат...

Категория питающихся: 5-11 классы
Тип планового меню: 98-52 (5-11) 1 смена (2)

Организация	Вес порции	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	A	B1	C	Fe	Ca	Mg	Фосфор
Категория питающихся												
5-11 классы		723,96	34,31	18,65	107,17	218,11	0,41	4,60	5,05	93,45	176,80	350,42
1 нед. Понедельник		555	723,96	34,31	18,65	107,17	218,11	0,41	4,60	5,05	93,45	350,42
Завтрак	100	214,19	21,49	8,05	13,90	7,30	0,10	1,35	1,82	21,20	76,55	159,72
Ромштекс куриный, кг	180	267,90	6,61	9,74	41,83	210,81	0,15	3,00	1,60	39,43	89,25	170,10
Булгур с овощами, кг	200	63,38	0,50	0,13	15,07		0,16	0,25	0,05	12,83	11,00	20,60
Чай с сахаром, кг	50	123,00	3,86	0,41	25,35				1,00	20,00		
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	25	55,50	1,84	0,32	11,02		0,71	5,52	0,58	59,83	61,93	213,81
Хлеб ржаной, кг	25	792,98	30,81	23,80	114,46	42,51	0,71	5,52	4,38	59,83	61,93	213,81
1 нед. Вторник		555	792,98	30,81	23,80	114,46	42,51	5,52	4,38	59,83	61,93	213,81
Завтрак	100	273,90	17,83	17,92	10,91	3,72	0,43	1,77	1,53	20,79	49,50	153,46
Котлета домашняя, кг	180	256,49	7,15	5,14	46,26	38,79	0,11	3,75	1,06	14,94	10,43	57,60
Макаронные изделия отварные (масло слив), кг	200	84,10	0,13	0,41	20,91		0,01	0,21	1,00	4,10	2,00	2,75
Напиток фруктово-ягодный, кг	50	123,00	3,86	0,41	25,35		0,16	3,75	0,21	20,00		
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	25	55,50	1,84	0,32	11,02		1,13	6,35	7,65	74,72	180,85	373,58
Хлеб ржаной, кг	25	802,06	26,59	33,82	98,14	249,03	1,13	6,35	7,65	74,72	180,85	373,58
1 нед. Среда		555	802,06	26,59	33,82	98,14	249,03	6,35	7,65	74,72	180,85	373,58
Завтрак	100	299,10	11,25	26,28	4,75	208,80	0,65	6,10	1,15	22,14	25,57	136,35
Поджарка мясная, кг	180	261,08	9,13	6,68	41,94	40,23	0,31	4,87	0,87	19,75	144,28	216,63
Каша гречневая рассыпчатая 2, кг	200	63,38	0,50	0,13	15,07			0,25	0,05	12,83	11,00	20,60
Чай с сахаром, кг	50	123,00	3,86	0,41	25,35		0,16	3,75	1,00	20,00		
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	25	55,50	1,84	0,32	11,02		0,26	24,72	3,86	117,93	104,82	258,02
Хлеб ржаной, кг	25	588,05	28,70	14,84	84,01	38,12	0,26	24,72	3,86	117,93	104,82	258,02
1 нед. Четверг		555	588,05	28,70	14,84	84,01	38,12	24,72	3,86	117,93	104,82	258,02
Завтрак	100	158,32	18,65	7,61	4,05	35,67	0,05	0,12	1,31	39,31	63,38	159,48
Суджле из мяса гурицы, кг	180	187,79	3,82	6,37	28,83	2,31	0,05	21,66	0,89	43,94	30,36	77,84
Рис припущенный с брокколи, кг	200	63,44	0,53	0,12	14,77	0,14	0,00	2,94	1,00	14,69	11,08	20,71
Чай лимонный с сахаром, кг	50	123,00	3,86	0,41	25,35		0,16	3,75	1,00	20,00		
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	25	55,50	1,84	0,32	11,02		0,45	30,78	5,04	123,12	70,91	279,38
Хлеб ржаной, кг	25	670,98	30,81	25,07	80,32	72,44	0,45	30,78	5,04	123,12	70,91	279,38
1 нед. Пятница		555	670,98	30,81	25,07	80,32	72,44	30,78	5,04	123,12	70,91	279,38
Завтрак	100	262,97	20,82	18,57	3,17	30,48	0,11	1,55	2,04	33,81	22,27	146,00
Голень куриная запеченная в сметанно томатном соусе,	180	166,13	3,78	5,63	25,72	41,97	0,18	28,98	1,38	56,48	37,65	112,78
Картофельное пюре, кг	200	63,38	0,50	0,13	15,07		0,16	0,25	0,05	12,83	11,00	20,60
Чай с сахаром, кг	50	123,00	3,86	0,41	25,35				1,00	20,00		
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	25	55,50	1,84	0,32	11,02				0,58			

2 нед. Понедельник												
Завтрак												
Соте из куриного филе с овощами и фасолью, кг	110	204,08	17,17	12,44	5,93	6,35	0,04	3,08	1,53	23,50	62,93	131,28
Булгур с томатом, кг	170	222,79	6,44	5,75	38,84	0,37	0,13	5,25	1,64	31,08	85,69	158,04
Чай с сахаром, кг	200	63,38	0,50	0,13	15,07			0,25	0,05	12,83	11,00	20,60
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	50	123,00	3,86	0,41	25,35		0,16	1,00	0,58	20,00		
Хлеб ржаной, кг	25	55,50	1,84	0,32	11,02			0,58				
2 нед. Вторник												
Завтрак												
Котлета домашняя, кг	550	750,33	32,81	23,70	101,47	28,80	0,91	4,71	7,94	74,94	204,85	390,36
Каша гречневая рассыпчатая, кг	100	273,90	17,83	17,92	10,91	3,72	0,43	1,77	1,53	20,79	49,50	153,46
Чай лимонный с сахаром, кг	180	245,59	9,11	4,99	41,62	24,95	0,31	1,77	4,87	19,47	144,28	216,19
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	200	63,44	0,53	0,12	14,77	0,14	0,00	2,94	0,08	14,69	11,08	20,71
Хлеб ржаной, кг	50	123,00	3,86	0,41	25,35		0,16	1,00	0,46	20,00		
2 нед. Среда												
Завтрак												
Рыба по-русски, филе минтая замороженное с картофелем,	555	623,58	29,61	14,77	93,16	329,11	0,57	36,16	4,77	123,48	74,00	328,15
Напиток фруктово-ягодный, кг	280	360,98	23,78	14,03	35,87	329,11	0,40	32,41	2,99	99,38	72,00	325,40
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	200	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	0,58	20,00		
2 нед. Четверг												
Завтрак												
Паста с курицей в сливочном соусе, кг	280	779,20	35,08	29,72	92,24	22,03	0,29	0,47	3,73	146,99	97,91	267,53
Чай с сахаром, кг	200	537,32	28,87	28,85	40,80	22,03	0,13	0,22	2,11	114,16	86,91	246,93
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	25	55,50	1,84	0,32	11,02			0,58				
2 нед. Пятница												
Завтрак												
Поджарка мясная, кг	100	299,10	11,25	26,28	4,75	208,80	0,65	6,10	1,15	22,14	25,57	136,35
Рагу овощное с фасолью и беби-картофелем, кг	180	160,13	3,02	7,62	20,12	226,86	0,14	33,53	1,69	42,39	32,50	73,70
Чай лимонный с сахаром, кг	200	63,44	0,53	0,12	14,77	0,14	0,00	2,94	0,08	14,69	11,08	20,71
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	50	123,00	3,86	0,41	25,35		0,16	1,00	0,58	20,00		
Хлеб ржаной, кг	25	55,50	1,84	0,32	11,02			0,58				

30.06.2016
12:00
1710



Директор ООО Столובה №41
[Signature]
Аристова Н.С.

Листов

060224

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 460837604057956529703830632163952415623550190459

Владелец Усова Ольга Николаевна

Действителен с 16.10.2023 по 15.10.2024