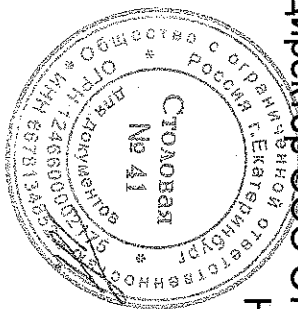


Утверждаю:

Директор ООО Столовая № 41  
Н.С. Аристова



A handwritten signature in black ink, appearing to be "Н.С. Аристова".

Согласовано:

Директор МАОУ СОЦЦ № 93  
О.Н. Усова



**Примерное десятидневное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд**

**Период действия 2024 г**

**Комплекс за счет средств субсидии бесплатное одноразовое питание (завтрак),**

**вариативное меню**

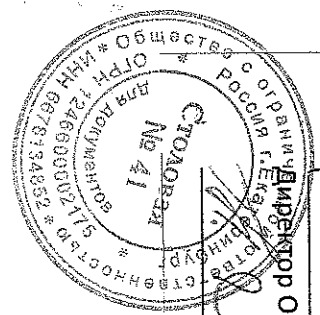
**5-11 класс, 98,52 руб.**

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

<b>2 нед. Понедельник</b>													
Завтрак													
	Соте из куриного филе с овощами и фасолью, кг	555	668,75	29,81	19,06	96,21	6,72	0,34	0,88	4,79	87,40	150,62	309,82
	Булгур с томатом, кг	110	204,08	17,17	12,44	5,93	6,35	0,04	3,08	1,53	23,50	62,93	131,28
	Чай с сахаром, кг	170	222,79	6,44	5,75	38,84	0,37	0,13	5,25	1,64	31,08	85,69	158,04
	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	200	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			1,00		20,00		
	Хлеб ржаной, кг	25	55,50	1,84	0,32	11,02			0,58				
<b>2 нед. Вторник</b>													
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	4,87	0,08	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			1,00		20,00		
	Хлеб ржаной, кг	20	44,40	1,47	0,26	8,82			0,46				
<b>2 нед. Среда</b>													
Завтрак													
	Рыба по-русски, филе минтая запеченное 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	20,91	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			1,00		20,00		
	Хлеб ржаной, кг	25	55,50	1,84	0,32	11,02			0,58				
<b>2 нед. Четверг</b>													
Завтрак													
	Паста с курицей в сливочном соусе, кг	555	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	280	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	200	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			1,00		20,00		
	Хлеб ржаной, кг	25	55,50	1,84	0,32	11,02			0,58				
<b>2 нед. Пятница</b>													
Завтрак													
	Поджарка мясная, кг	555	701,17	20,51	34,75	76,00	435,80	0,96	42,56	4,50	99,22	69,15	230,76
	Рагу овощное с фасолью и беби-картофелем, кг	100	299,10	11,25	26,28	4,75	208,80	0,65	6,10	1,15	22,14	25,57	136,35
	Чай лимонный с сахаром, кг	180	160,13	3,02	7,62	20,12	226,86	0,14	33,53	1,69	42,39	32,50	73,70
	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			1,00		20,00		
	Хлеб ржаной, кг	25	55,50	1,84	0,32	11,02			0,58				



Директор ООО Столовая №41

Аристова Н.С.

060224

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 460837604057956529703830632163952415623550190459

Владелец Усова Ольга Николаевна

Действителен с 16.10.2023 по 15.10.2024