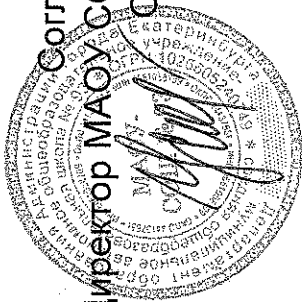


ООО Столовая № 41

Приложение 8 к СанПин 2.3.12.4.3590-20



И.о. директора ООО Столовая № 41
И.В. Пелипина



Согласовано:
Директор MAOU СОШ № 93
О.Н.Усова

Примерное десятидневное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

Период действия 09.01.2025 - 31.05.2025 г.

**Комплекс за счет средств субсидии бесплатное одноразовое питание (завтрак)
5 - 11 класс, 128,56 руб.**

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	Вес порции	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	A	B1	C	Fe	Ca	Mg	Фосфор
Категория питающихся	№ рецепта											
День недели	Название											
Номенклатура	Вес брутто											
1 нед. Понедельник	Завтрак											
	Голень куриная запечённая в сметанно томатном соусе, кг	749,31	31,81	22,14	103,04	74,60	0,43	1,14	3,40	75,93	84,44	382,45
	Макаронные изделия отварные (масло слив), кг	100	217,18	17,54	103,04	74,60	0,43	1,14	3,40	75,93	84,44	382,45
	Чай с сахаром, кг	180	291,11	8,42	3,03	24,70	0,10	0,84	0,83	23,64	19,79	164,73
	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	200	61,52	0,20	0,05	48,12	0,06	0,85	0,85	13,90	34,15	121,97
	Хлеб ржаной, кг	50	123,00	3,85	15,07	15,07	0,17	0,10	0,02	0,15	20,50	64,50
1 нед. Вторник	Завтрак											
	Плов с курицей и куркумой 2, кг	550	784,54	30,74	115,53	317,02	0,53	9,27	3,40	122,67	85,05	407,78
	Чай лимонный с сахаром, кг	250	543,27	24,83	115,53	317,02	0,53	9,27	3,40	122,67	85,05	407,78
	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	200	61,76	0,25	63,94	316,95	0,27	5,38	1,64	82,52	54,01	310,95
	Хлеб ржаной, кг	50	123,00	3,85	14,77	0,07	0,17	3,68	0,06	1,90	0,54	1,08
1 нед. Среда	Завтрак											
	Гуляш из свинины, кг	555	714,73	31,48	114,48	11,48	0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	64,50
	Каша гречневая рассыпчатая, кг	100	193,06	17,17	113,05	245,88	0,97	4,28	4,33	70,58	217,17	516,68
	Чай с сахаром, кг	180	280,66	8,46	7,19	215,64	0,56	3,98	0,78	19,49	27,55	191,14
	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	200	61,52	0,20	53,96	30,24	0,14	0,10	1,84	12,69	159,12	229,79
	Хлеб ржаной, кг	50	123,00	3,85	15,07	0,07	0,17	0,10	0,02	0,15	20,50	64,50
1 нед. Четверг	Завтрак											
	Тестелья с рисом в томатном соусе (курица, свинина), кг	555	629,95	25,89	114,48	25,35	0,17	0,10	0,10	20,00	20,50	64,50
	Картофельное пюре, кг	100	180,28	16,00	97,36	90,21	0,79	44,91	3,63	116,06	94,11	383,22
	Напиток фруктовый с ягодами, кг	180	177,94	3,96	11,16	23,46	0,37	1,51	0,52	17,07	23,74	170,12
	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	200	92,22	0,28	26,63	58,31	0,14	28,43	1,19	53,94	36,43	109,91
	Хлеб ржаной, кг	50	123,00	3,85	22,75	8,44	0,01	14,77	0,23	6,81	3,45	7,44
1 нед. Пятница	Завтрак											
	Рагу из курицы с овощами и беби-картофелем, кг	550	607,05	27,51	114,48	11,48	0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	64,50
	Напиток из плодов шиповника, кг	250	290,75	21,18	100,94	343,48	0,87	156,15	4,47	85,08	84,73	330,60
	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	200	136,80	0,68	34,45	343,48	0,40	25,95	2,49	46,63	52,63	234,85
	Хлеб ржаной, кг	50	123,00	3,85	29,66	0,07	0,01	130,00	0,28	0,20	1,60	64,50
2 нед. Понедельник	Завтрак											
	Азу из свинины, кг	555	735,28	29,93	108,88	34,40	0,90	5,39	4,16	61,83	211,50	493,86
	Каша гречневая рассыпчатая, кг	100	213,36	15,57	108,88	34,40	0,90	5,39	4,16	61,83	211,50	493,86
	Чай лимонный с сахаром, кг	180	280,66	8,46	3,32	4,09	0,50	1,51	0,56	8,99	21,34	167,24
	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	200	61,76	0,25	53,96	30,24	0,14	130,00	0,28	0,20	1,60	229,79
	Хлеб ржаной, кг	50	123,00	3,85	14,77	0,07	0,17	3,68	0,06	1,90	0,54	1,08
2 нед. Вторник	Завтрак											
	Фрикасе из куриного филе, кг	555	739,65	27,11	107,91	208,18	0,48	1,60	2,97	122,63	72,94	363,78
	Рис пропаренный с куркумой-2, кг	100	207,70	16,43	107,91	208,18	0,48	1,60	2,97	122,63	72,94	363,78
	Чай с сахаром, кг	180	290,94	4,83	4,45	157,83	0,09	1,07	0,40	37,31	23,70	169,05
	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	200	61,92	0,20	51,56	50,35	0,13	0,23	0,85	46,82	18,75	98,98
	Хлеб ржаной, кг	50	123,00	3,85	15,07	0,05	0,17	0,10	0,02	0,15	20,50	64,50
2 нед. Среда	Завтрак											
	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	200	92,22	0,28	25,35	11,48	0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	64,50
	Хлеб ржаной, кг	50	123,00	3,85	11,48	0,07	0,17	0,10	0,02	0,15	20,50	64,50

Завтрак		555	606,31	25,75	12,78	97,76	245,05	0,47	69,73	4,02	163,61	131,42	408,68
Филе минтая с овощами в соусе, кг		100	146,46	15,79	4,88	9,36	183,73	0,03	3,88	0,79	59,02	58,69	189,01
Картофельное пюре, кг	011409	180	177,94	3,96	7,08	26,63	58,31	0,14	28,43	1,19	53,94	36,43	109,91
Напиток яблочно-ягодный, кг	011412	200	101,40	0,35	0,07	24,94	3,00	0,03	37,12	0,34	12,40	5,80	14,00
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	50	123,00	3,85	0,42	25,35		0,17	0,10	1,00	20,00	20,50	64,50
Хлеб ржаной, кг	011336	25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
2 нед. Четверг													
Завтрак		555	770,01	33,58	20,38	115,53	126,06	0,42	23,65	4,19	98,41	149,85	455,67
Ромштекс куриный, кг		100	232,70	21,07	9,81	14,96	7,30	0,13	1,02	0,78	21,45	28,69	191,30
Бульон с овощами и зеленой фасолью, кг	011522	180	265,59	6,59	9,73	41,00	110,31	0,03	7,66	1,48	31,90	87,21	161,18
Напиток фруктовый с ягодами, кг	011539	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	011335	50	123,00	3,85	0,42	25,35		0,17	0,10	1,00	20,00	20,50	64,50
Хлеб ржаной, кг	011336	25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
2 нед. Пятница													
Завтрак		550	643,04	25,26	14,48	104,80	10,19	1,05	24,89	4,54	77,62	80,28	329,36
Жаркое по-домашнему из свинины с картофелем, кг	011392	250	314,34	19,34	13,62	29,27	9,39	0,78	24,25	2,42	35,37	45,38	222,61
Напиток из смеси сухофруктов, кг	011715	200	149,20	0,26	0,12	38,71	0,80		0,44	0,42	4,00	4,40	11,00
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	50	123,00	3,85	0,42	25,35		0,17	0,10	1,00	20,00	20,50	64,50
Хлеб ржаной, кг	011336	50	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25