

ООО Столовая № 41

Директор ООО Столовая № 41

Н.С. Аристова



Утверждаю:

Приложение 8 к СанПиН 2.3.12.4.3590-20

Директор МАУСОЦ № 140

А.В. Журавлева



Примерное десятидневное меню и пищевая ценность приг.отовляемых блюд

Период действия 2024 г.

Комплекс за счет средств субсидии бесплатное одноразовое питание (обед)

1 - 4 класс, 127-79 руб.

Плановое меню по категории питающихся

Параметры: Организация: ООО Столовая № 41 г. Екат...
 Категория питающихся: 1-4 классы
 Тип планового меню: 127-79 (1-4) 2 смена

Организация	Вес порции	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	A	B1	C	Fe	Ca	Mg	Фосфор
Категория питающихся												
1-4 классы												
1 нед. Понедельник												
Обед	715	766,08	32,23	25,97	100,69	216,11	0,41	19,00	5,48	106,11	70,91	276,75
Суп Минестроне куриный с брокколи и сметаной, кг	200	102,58	3,95	5,15	100,69	216,11	0,41	19,00	5,48	106,11	70,91	276,75
Голень куриная запечённая в сметанно томатном соусе,	90	236,67	18,74	16,71	10,07	13,88	0,07	12,30	0,99	30,78	16,97	50,08
Рис с овощами и куриной 2, кг	150	177,95	3,35	3,27	2,85	27,43	0,10	1,40	1,83	30,43	20,04	131,40
Чай смородиновый с сахаром, кг	200	70,38	0,48	0,11	34,52	174,79	0,06	2,31	0,91	18,24	26,31	78,90
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	50	123,00	3,86	0,41	16,87	0,02	0,02	3,00	0,17	6,67	7,59	16,37
Хлеб ржаной, кг	25	55,50	1,84	0,32	25,35		0,16		1,00	20,00		
1 нед. Вторник												
Обед	815	936,86	27,15	40,84	114,27	103,36	1,09	32,38	10,02	112,33	180,82	362,08
Борщ Морячок со сметаной, кг	200	105,25	3,28	6,00	114,27	103,36	1,09	32,38	10,02	112,33	180,82	362,08
Ауу мясное, кг	90	304,44	10,04	28,13	9,56	64,36	0,07	16,04	1,04	41,59	30,05	52,13
Каша гречневая рассыпчатая 2, кг	150	217,57	7,61	5,57	2,67	0,47	0,56	2,59	0,93	14,18	19,54	115,68
Налиток фруктово-ягодный, кг	200	84,10	0,13	5,57	34,95	33,52	0,26	4,06	4,06	16,46	120,23	180,53
Фрукт, кг	100	47,00	0,40	0,40	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	9,80	5,00	0,03	10,00	2,20	16,00	4,10	2,00
Хлеб ржаной, кг	25	55,50	1,84	0,32	25,35		0,16		1,00	20,00		
1 нед. Среда												
Обед	795	825,82	31,55	25,23	118,05	891,49	0,68	134,10	4,55	290,69	149,50	343,18
Рассолыник ленинградский со сметаной, кг	200	119,11	3,53	6,13	118,05	891,49	0,68	134,10	4,55	290,69	149,50	343,18
Тертелька с рисом в томатном соусе (курица, свинина),	90	211,89	12,91	13,63	12,52	80,82	0,09	11,76	1,02	28,80	20,18	68,16
Макаронные изделия отварные (масло слив), кг	150	213,74	5,96	4,29	9,45	18,35	0,29	2,09	1,03	20,61	41,63	130,42
Чай с сахаром, кг	200	63,38	0,50	0,13	38,55	32,32	0,09	0,88	0,88	12,45	8,69	48,00
Морковные палочки 80г	80	39,20	2,96	0,32	15,07			0,25	0,05	12,83	11,00	20,60
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	50	123,00	3,86	0,41	6,08	760,00	0,04	120,00	1,00	196,00	68,00	76,00
Хлеб ржаной, кг	25	55,50	1,84	0,32	25,35		0,16		1,00	20,00		
1 нед. Четверг												
Обед	715	770,64	33,55	24,62	106,04	329,87	0,53	15,58	6,01	131,70	172,26	381,45
Суп гороховый куриный, кг	200	119,88	6,28	3,41	106,04	329,87	0,53	15,58	6,01	131,70	172,26	381,45
Фрикасе из куриного филе, кг	90	187,33	15,67	12,23	16,47	90,58	0,20	9,56	1,91	40,12	32,10	99,78
Булгур с овощами и зеленой фасолью, кг	150	221,48	5,35	8,12	4,16	151,17	0,05	0,85	1,00	28,72	56,86	124,54
Чай лимонный с сахаром, кг	200	63,44	0,53	0,12	14,77	0,14	0,00	2,23	1,44	28,18	72,22	136,41
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	50	123,00	3,86	0,41	25,35		0,16	2,94	0,08	14,69	11,08	20,71
Хлеб ржаной, кг	25	55,50	1,84	0,32	11,02				1,00	20,00		
1 нед. Пятница												
Обед	715	656,33	28,68	12,88	105,04	447,77	0,51	174,42	5,62	99,07	115,92	273,09
Обед	715	656,33	28,68	12,88	105,04	447,77	0,51	174,42	5,62	99,07	115,92	273,09

	Суп куриный с картофелем и макаронными изделиями, кг	200	133,91	4,00	5,41	16,45	74,23	0,10	12,75	1,07	24,14	19,74	61,71
	Рагу из курицы с овощами и беби-картофелем, кг	240	242,32	18,66	6,60	27,78	286,75	0,23	31,67	2,65	48,73	94,58	209,78
	Напиток из плодов шиповника, кг	200	101,60	0,32	0,14	24,44	86,80	0,01	130,00	0,32	6,20	1,60	1,60
	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	50	123,00	3,86	0,41	25,35		0,16					
	Хлеб ржаной, кг	25	55,50	1,84	0,32	11,02		0,16					
	2 нед. Понедельник												
	Обед												
	Суп гороховый куриный, кг	715	747,56	35,60	20,76	104,83	358,55	0,50	34,59	5,93	101,81	140,94	352,96
	Плов с курицей и куркумой, кг	200	119,88	6,28	3,41	16,47	90,58	0,20	34,59	5,93	101,81	140,94	352,96
	Напиток витаминизированный "Витощка", кг	240	443,07	23,61	16,61	50,46	267,96	0,13	9,56	1,91	40,12	32,10	99,78
	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	200	6,10			1,53			6,20	2,45	41,69	108,84	253,18
	Хлеб ржаной, кг	50	123,00	3,86	0,41	25,35		0,16	18,83	1,00	20,00		
	2 нед. Вторник												
	Обед												
	Борщ со сметаной, кг	815	896,76	29,52	26,83	133,64	306,86	0,43	32,86	9,24	133,31	66,88	275,60
	Гуляш из говядины, кг	200	111,53	3,41	5,99	13,64	306,86	0,43	32,86	9,24	133,31	66,88	275,60
	Макаронные изделия отварные (масло слив), кг	90	215,59	13,61	15,40	6,15	81,06	0,06	16,99	1,14	41,19	20,19	53,36
	Компот из смеси сухофруктов, кг	150	213,74	5,96	4,29	38,55	187,88	0,08	5,47	2,18	20,87	23,00	147,84
	Фрукт, кг	200	130,40	0,44	0,02	31,76	0,60	0,09	0,40	0,88	12,45	8,69	48,00
	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	100	47,00	0,40	0,40	9,80	5,00	0,03	10,00	1,26	22,80	6,00	15,40
	Хлеб ржаной, кг	50	123,00	3,86	0,41	25,35		0,16	2,20	2,20	16,00	9,00	11,00
	2 нед. Среда												
	Обед												
	Соленька домашняя со сметаной, кг	715	730,69	26,39	26,16	97,64	129,47	0,58	40,87	4,77	117,03	77,21	309,46
	Суфле из минтая с рисом, кг	200	110,17	4,07	6,91	97,64	129,47	0,58	40,87	4,77	117,03	77,21	309,46
	Картофельное пюре, кг	90	205,55	13,03	13,72	7,69	14,33	0,12	10,74	0,93	24,07	17,52	57,45
	Напиток яблонно-смородиновый, кг	150	138,45	3,15	4,70	8,34	79,84	0,13	1,39	0,74	22,33	23,18	145,76
	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	200	98,02	0,42	0,10	21,43	34,97	0,15	24,15	1,15	47,07	31,37	93,99
	Хлеб ржаной, кг	50	123,00	3,86	0,41	25,35	0,32	0,03	4,60	0,37	3,56	5,14	12,26
	2 нед. Четверг												
	Обед												
	Суп-пюре с тыквой и грибами, кг	715	809,44	34,38	24,23	114,65	110,60	0,48	15,81	6,16	214,87	174,92	375,51
	Ромштекс куриный, кг	200	178,15	3,12	11,05	114,65	110,60	0,48	15,81	6,16	214,87	174,92	375,51
	Бульон с томатом, кг	90	192,77	19,34	7,25	16,73	103,57	0,10	7,03	1,41	133,68	19,34	71,61
	Чай лимонный с сахаром, кг	150	196,58	5,68	5,08	12,51	6,57	0,09	1,22	1,64	19,08	68,90	143,75
	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	200	63,44	0,53	0,12	34,27	0,32	0,12	4,63	1,45	27,42	75,61	139,44
	Хлеб ржаной, кг	50	123,00	3,86	0,41	25,35	0,14	0,00	2,94	0,08	14,69	11,08	20,71
	2 нед. Пятница												
	Обед												
	Закуска из квашеной капусты с маслом, кг	795	853,69	24,35	41,71	93,20	76,94	1,02	58,25	5,50	129,76	94,67	303,48
	Суп куриный с картофелем и макаронными изделиями, кг	80	86,32	1,30	8,06	93,20	76,94	1,02	58,25	5,50	129,76	94,67	303,48
	Жаркое по Домашнему с мясом и беби-картофелем, кг	240	391,58	12,85	27,38	16,45	74,23	0,10	12,75	1,07	24,14	19,74	61,71
	Чай с сахаром, кг	200	63,38	0,50	0,13	23,15	0,55	0,73	30,13	2,38	38,23	52,41	198,69
	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	50	123,00	3,86	0,41	25,35		0,16	0,25	0,05	12,83	11,00	20,60
	Хлеб ржаной, кг	25	55,50	1,84	0,32	11,02		0,16	1,00	1,00	20,00		

Плановое меню по категории питающихся

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

Категория питающихся: 1-4 классы

Тип планового меню: 85-20 (1-4) 1 смена

Организация	Вес порции	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	A	B1	C	Fe	Ca	Mg	Фосфор
1-4 классы												
1 нед. Понедельник												
Завтрак	555	595,51	19,70	21,75	90,67	146,52	0,17	0,75	1,73	305,26	58,88	284,72
Бутерброд с маслом и сыром 10/20/25, порц	55	202,30	7,18	13,34	14,25	107,30	0,03	0,14	0,16	205,95	14,25	138,15
Каша пшеничная молочная с маслом, кг	150	203,08	5,18	6,08	32,45	39,22	0,14	0,36	0,95	86,48	33,63	125,97
Чай с сахаром, кг	200	63,38	0,50	0,13	15,07			0,25	0,05	12,83	11,00	20,60
Йогурт 125г, шт	125	71,25	5,00	1,88	17,88							
Хлеб ржаной, кг	25	55,50	1,84	0,32	11,02				0,58			
1 нед. Вторник												
Завтрак	500	573,19	21,73	16,01	84,86	106,04	0,13	11,08	3,79	243,72	53,98	309,48
Пудинг из творога, кг	130	265,31	15,63	13,19	20,77	96,04	0,06	0,43	0,66	147,35	23,73	214,83
Повидло, кг	20	50,00	0,08		13,00			0,10	0,26	2,80		1,80
Чай с молоком, кг	200	89,88	1,90	1,38	17,42	5,00	0,01	0,55	0,10	72,83	18,00	65,60
Фрукт, кг	100	47,00	0,40	0,40	9,80	5,00	0,03	10,00	2,20	16,00	9,00	11,00
Батон витаминизированный, кг	25	65,50	1,88	0,73	12,85					4,75	3,25	16,25
Хлеб ржаной, кг	25	55,50	1,84	0,32	11,02				0,58			
1 нед. Среда												
Завтрак	500	605,20	29,94	12,99	92,27	41,19	0,22	4,15	3,24	51,79	92,49	231,90
Ромштекс куринный, кг	90	192,77	19,34	7,25	12,51	6,57	0,09	1,22	1,64	51,79	92,49	231,90
Макаронные изделия отварные (масло слив), кг	160	227,99	6,35	4,57	41,12	34,48	0,10	0,94	0,94	13,28	9,27	51,20
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
Батон витаминизированный, кг	25	65,50	1,88	0,73	12,85					4,75	3,25	16,25
Хлеб ржаной, кг	25	55,50	1,84	0,32	11,02				0,58			
1 нед. Четверг												
Завтрак	500	502,74	19,17	19,77	60,63	383,93	0,44	30,51	5,21	216,10	35,67	298,65
Омлет с сыром, кг	150	239,74	15,06	18,33	3,46	248,93	0,08	0,41	2,44	195,35	23,42	271,40
Кисель с витаминами "Витошка", кг	200	95,00			23,50	130,00	0,30	20,10				
Фрукт, кг	100	47,00	0,40	0,40	9,80	5,00	0,03	10,00	2,20	16,00	9,00	11,00
Батон витаминизированный, кг	25	65,50	1,88	0,73	12,85					4,75	3,25	16,25
Хлеб ржаной, кг	25	55,50	1,84	0,32	11,02				0,58			
1 нед. Пятница												
Завтрак	500	662,96	26,38	23,24	86,05	39,10	0,69	1,84	6,33	53,84	187,05	367,53
Котлета домашняя, кг	90	246,51	16,05	16,12	9,82	3,35	0,39	1,59	1,38	18,71	44,55	138,11
Каша гречневая рассыпчатая 2, кг	160	232,07	8,12	5,94	37,28	35,76	0,28	4,33	4,33	17,56	128,25	192,56
Чай с сахаром, кг	200	63,38	0,50	0,13	15,07			0,25	0,05	12,83	11,00	20,60
Батон витаминизированный, кг	25	65,50	1,88	0,73	12,85					4,75	3,25	16,25
Хлеб ржаной, кг	25	55,50	1,84	0,32	11,02				0,58			

2 нед. Понедельник													
Завтрак													
555	584,15	18,60	21,78	88,98	151,43	0,07	0,78	1,20	301,25	50,23	265,64		
55	202,30	7,18	13,34	14,25	107,30	0,03	0,14	0,16	205,95	14,25	138,15		
150	191,73	4,08	6,11	30,76	44,13	0,04	0,39	0,42	82,47	24,98	106,89		
200	63,38	0,50	0,13	15,07			0,25	0,05	12,83	11,00	20,60		
125	71,25	5,00	1,88	17,88									
25	55,50	1,84	0,32	11,02				0,58					
Хлеб ржаной, кг													
2 нед. Вторник													
Завтрак													
500	561,18	22,63	16,43	78,90	140,29	0,14	13,58	4,03	257,30	55,14	335,46		
130	264,14	16,55	13,16	19,36	125,75	0,07	0,44	1,13	160,46	25,01	243,70		
20	65,60	1,44	1,70	11,10	9,40	0,01	0,20	0,04	61,40	6,80	43,80		
200	63,44	0,53	0,12	14,77	0,14	0,00	2,94	0,08	14,69	11,08	20,71		
100	47,00	0,40	0,40	9,80	5,00	0,03	10,00	2,20	16,00	9,00	11,00		
25	65,50	1,88	0,73	12,85					4,75	3,25	16,25		
25	55,50	1,84	0,32	11,02				0,58					
Хлеб ржаной, кг													
2 нед. Среда													
Завтрак													
500	564,10	22,01	21,15	72,49	122,14	0,32	27,70	2,64	150,12	77,89	327,86		
90	205,55	13,03	13,72	8,34	79,84	0,13	1,39	0,74	22,33	23,18	145,76		
160	147,68	3,36	5,01	22,86	37,30	0,16	25,76	1,23	50,21	33,46	100,25		
200	89,88	1,90	1,38	17,42	5,00	0,01	0,55	0,10	72,83	18,00	65,60		
25	65,50	1,88	0,73	12,85					4,75	3,25	16,25		
25	55,50	1,84	0,32	11,02				0,58					
Хлеб ржаной, кг													
2 нед. Четверг													
Завтрак													
500	509,13	18,87	21,58	58,76	218,68	0,16	22,08	5,34	255,48	53,73	316,65		
150	225,18	12,12	17,87	58,76	218,68	0,16	22,08	5,34	255,48	53,73	316,65		
200	115,95	2,64	2,26	21,15	204,68	0,07	11,54	2,29	123,19	22,49	208,40		
100	47,00	0,40	0,40	9,80	9,00	0,03	0,54	0,28	111,54	18,99	81,00		
25	65,50	1,88	0,73	12,85	5,00	0,03	10,00	2,20	16,00	9,00	11,00		
25	55,50	1,84	0,32	11,02				0,58	4,75	3,25	16,25		
Хлеб ржаной, кг													
2 нед. Пятница													
Завтрак													
500	633,62	24,54	20,60	87,70	52,85	0,45	5,27	2,68	54,79	69,27	229,87		
100	235,44	14,34	15,14	10,50	20,39	0,33	2,33	1,14	22,90	46,26	144,92		
150	213,74	5,96	4,29	38,55	32,32	0,09	0,88	0,88	12,45	8,69	48,00		
200	63,44	0,53	0,12	14,77	0,14	0,00	2,94	0,08	14,69	11,08	20,71		
25	65,50	1,88	0,73	12,85					4,75	3,25	16,25		
25	55,50	1,84	0,32	11,02				0,58					
Хлеб ржаной, кг													
Макаронные изделия отварные (масло слив), кг													
Чай лимонный с сахаром, кг													
Батон витаминизированный, кг													
Хлеб ржаной, кг													

ООО Столовая № 41

Утверждаю:
Директор ООО Столовая № 41



Н.С. Аристова

Приложение 8 к СанПиН 2.3.1/2.4.3590-20

Согласовано:
Директор МАДУ СОШ № 140



А.В. Журавлева

Примерное десятидневное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд

Период действия 2024 г.

Комплекс за счет средств субсидии бесплатное двухразовое питание
5 - 11 класс, 246-31 руб.

Плановое меню по категории питающихся

Параметры: Организация: ООО Столовая № 41 г. Екат...
 Категория питающихся: 5-11 классы
 Тип планового меню: 246,31 (5-11) 2-х разовое

Организация	Вес порции	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	A	B1	C	Fe	Ca	Mg	Фосфор
Категория питающихся												
5-11 классы												
1 нед. Понедельник												
Завтрак												
Бутерброд с маслом и сыром 10/20/25, порц	150	203,08	5,18	6,08	32,45	39,22	0,14	0,36	0,95	86,48	11,00	20,60
Каша пшеничная молочная с маслом, кг	200	63,38	0,50	0,13	15,07			0,25	0,05	12,83		
Чай с сахаром, кг	125	71,25	5,00	1,88	17,88				0,58	120,84	82,64	319,65
Йогурт 125г, шт	25	55,50	1,84	0,32	11,02		0,44	22,69	6,68	38,48	21,22	62,60
Хлеб ржаной, кг	830	909,11	37,81	30,09	121,45	257,59	0,09	15,37	1,24	38,48	21,22	146,00
Обед												
Суп Минестроне крупный с брокколи и сметаной, кг	250	128,23	4,94	6,44	12,59	17,35	0,11	1,55	2,04	33,81	22,27	94,68
Голень куриная запеченная в сметанно томатном соусе, кг	100	262,97	20,82	18,57	3,17	30,48	0,07	2,77	1,09	21,89	31,57	16,37
Рис с овощами и курицей 2, кг	180	213,53	4,01	3,92	41,43	209,75	0,02	3,00	0,17	6,67	7,59	
Чай смородиновый с сахаром, кг	200	70,38	0,48	0,11	16,87	0,02	0,16		1,00	20,00		
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	50	123,00	3,86	0,41	25,35				1,15	199,72	137,71	391,65
Хлеб ржаной, кг	50	111,00	3,69	0,64	22,04		0,69	23,92	7,86	271,84	60,88	359,23
1 нед. Вторник												
Завтрак												
Пудинг из творога, кг	550	894,01	29,24	32,83	119,56	123,51	0,16	11,17	3,96	271,84	137,71	359,23
Повидло, кг	150	692,01	26,03	18,77	104,16	120,81	0,07	0,50	0,76	170,01	27,38	247,88
Чай с молоком, кг	25	306,13	18,04	15,22	23,96	110,81		0,13	0,33	3,50		2,25
Фрукт, кг	200	62,50	0,10	1,38	16,25		0,01	0,55	0,10	72,83	18,00	65,60
Батон витаминизированный, кг	100	47,00	0,40	0,40	9,80	5,00	0,03	10,00	2,20	16,00	9,00	11,00
Хлеб ржаной, кг	50	131,00	3,75	1,45	25,70		0,06		0,58	9,50	6,50	32,50
Обед												
Борщ Морячок со сметаной, кг	930	1096,01	32,45	46,90	134,97	126,20	1,22	36,68	11,77	127,60	214,55	424,07
Ау мясное, кг	250	131,56	4,10	7,50	11,95	80,45	0,09	20,05	1,31	51,99	37,56	65,16
Каша гречневая рассыпчатая 2, кг	100	338,27	11,15	31,26	2,97	0,53	0,62	2,88	1,04	15,76	21,71	128,53
Напиток фруктово-ягодный, кг	180	261,08	9,13	6,68	41,94	40,23	0,31	3,75	4,87	19,75	144,28	216,63
Фрукт, кг	200	84,10	0,13	0,40	20,91		0,01	10,00	0,21	4,10	2,00	2,75
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	100	47,00	0,40	0,41	9,80	5,00	0,03		2,20	16,00	9,00	11,00
Хлеб ржаной, кг	50	123,00	3,86	0,41	25,35		0,16		1,00	20,00		
1 нед. Среда												
Завтрак												
Роштокс крутный, кг	555	872,85	40,72	23,78	124,12	493,20	0,79	70,78	6,89	224,41	171,59	435,03
Макаронные изделия отварные (масло слив), кг	100	720,61	34,76	15,09	111,65	46,23	0,27	4,29	3,54	60,32	104,56	270,52
Чай лимонный с сахаром, кг	180	214,19	21,49	8,05	13,90	7,30	0,10	1,35	1,82	21,20	76,55	159,72
Батон витаминизированный, кг	200	266,49	7,15	5,14	46,26	38,79	0,11	2,94	1,06	14,94	10,43	57,60
Хлеб ржаной, кг	50	63,44	0,53	0,12	14,77	0,14	0,00		0,08	14,69	11,08	20,71
Обед												
Хлеб ржаной, кг	25	55,50	1,84	0,32	11,02		0,06		0,58	9,50	6,50	32,50
Обед	910	1025,08	46,67	32,48	136,59	940,18	1,31	137,27	10,25	388,50	238,62	599,54

250	148,89	4,41	7,66	15,65	101,02	0,11	14,70	1,27	36,01	25,22	85,20
100	235,44	14,34	15,14	10,50	20,39	0,33	2,33	1,14	22,90	46,26	144,92
180	304,18	16,92	8,17	41,89	58,77	0,66		5,64	100,77	88,14	272,83
200	63,38	0,50	0,13	15,07			0,25	0,05	12,83	11,00	20,60
80	39,20	2,96	0,32	6,08	760,00	0,04	120,00		196,00	68,00	76,00
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			
50	948,40	33,66	30,44	132,96	386,04	0,54	25,76	6,61	187,70	121,11	382,58
550	579,99	21,15	20,60	75,93	385,18	0,47	33,01	5,76	224,85	41,17	317,65
150	239,74	15,06	18,33	3,46	248,93	0,08	0,41	2,44	195,35	23,42	271,40
200	95,00			23,50	130,00	0,30	20,10				
125	58,75	0,50	0,50	12,25	6,25	0,04	12,50	2,75	20,00	11,25	13,75
50	131,00	3,75	1,45	25,70		0,06			9,50	6,50	32,50
25	55,50	1,84	0,32	11,02				0,58			
900	1 316,82	46,17	40,28	189,99	386,91	0,61	18,51	7,46	150,56	201,05	447,52
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	167,96	0,05	0,95	1,11	31,91	63,18	138,38
180	265,78	6,42	9,74	41,12	105,58	0,14	2,68	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
70	395,60	6,40	11,50	61,50							
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			
50	809,45	33,99	21,22	120,06	280,86	0,69	96,11	7,77	93,95	177,24	377,36
555	784,86	33,06	26,50	104,65	43,95	0,80	2,02	7,03	62,86	211,28	423,19
100	273,90	17,83	17,92	10,91	3,72	0,43	1,77	1,53	20,79	49,50	153,46
180	261,08	9,13	6,68	41,94	40,23	0,31	4,87	4,87	19,75	144,28	216,63
200	63,38	0,50	0,13	15,07		0,25		0,05	12,83	11,00	20,60
50	131,00	3,75	1,45	25,70		0,06			9,50	6,50	32,50
25	55,50	1,84	0,32	11,02				0,58			
880	834,04	34,92	15,95	135,47	517,78	0,59	190,20	8,52	125,04	143,20	331,52
250	167,39	5,00	6,76	20,56	92,78	0,13	15,93	1,34	30,18	24,68	77,13
280	282,70	21,76	7,69	32,41	334,54	0,27	36,95	3,09	56,86	110,34	244,75
200	101,60	0,32	0,14	24,44	86,80	0,01	130,00	0,32	6,20	1,60	1,60
50	48,35	0,29	0,29	10,66	3,66	0,02	7,32	1,62	11,81	6,58	8,05
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			
50	745,51	30,78	23,24	108,68	288,64	0,32	19,40	4,30	210,02	108,67	342,87
555	584,15	18,60	21,78	88,98	151,43	0,07	0,78	1,20	301,25	50,23	265,64
55	202,30	7,18	13,34	14,25	107,30	0,03	0,14	0,16	205,95	14,25	138,15
150	191,73	4,08	6,11	30,76	44,13	0,04	0,39	0,42	82,47	24,98	106,89
200	63,38	0,50	0,13	15,07			0,25	0,05	12,83	11,00	20,60
125	71,25	5,00	1,88	17,88							
25	55,50	1,84	0,32	11,02				0,58			
830	906,87	42,95	24,70	128,38	425,85	0,57	38,02	7,39	118,79	167,10	420,10
250	149,86	7,86	4,27	20,59	113,23	0,25	11,95	2,39	50,15	40,13	124,73
280	516,92	27,55	19,38	58,87	312,63	0,15	7,24	2,85	48,64	126,97	295,37
200	6,10			1,53			18,83				
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			

1 нед. Четверг

2 нед. Понедельник

Обед

Завтрак

Обед

Завтрак

Обед

2 нед. Вторник													
Завтрак													
Мексиканский Флан (творожный десерт), кг	550	865,28	31,17	25,41	126,65	258,22	0,33	25,70	7,37	225,25	70,08	357,56	
Слушанное молоко, кг	150	304,78	19,09	15,19	22,34	145,10	0,08	13,70	4,21	302,08	63,94	400,16	
Чай лимонный с сахаром, кг	25	82,00	1,80	2,13	13,88	11,75	0,02	0,51	1,30	185,15	28,86	281,20	
Фрукт, кг	200	63,44	0,53	0,12	14,77	0,14	0,00	0,25	0,05	76,75	8,50	54,75	
Батон витаминизированный, кг	100	47,00	0,40	0,40	9,80	5,00	0,03	2,94	0,08	14,69	11,08	20,71	
Хлеб ржаной, кг	50	131,00	3,75	1,45	25,70			10,00	2,20	16,00	9,00	11,00	
Обед	25	55,50	1,84	0,32	11,02		0,06			9,50	6,50	32,50	
Борщ со сметаной, кг	930	1 046,85	34,92	31,22	155,80	354,46	0,48	37,71	10,52	148,42	76,22	314,96	
Гуляш из говядины, кг	250	139,42	4,27	7,49	13,75	101,32	0,08	21,24	1,43	51,49	25,24	66,70	
Макаронные изделия отварные (масло слив), кг	100	239,54	15,12	17,11	6,84	208,75	0,09	6,08	2,42	23,18	25,56	164,27	
Компот из смеси сухофруктов, кг	180	256,49	7,15	5,14	46,26	38,79	0,11			14,94	10,43	57,60	
Фрукт, кг	200	130,40	0,44	0,02	31,76	0,60		0,40	1,06	22,80	6,00	15,40	
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	100	47,00	0,40	0,40	9,80	5,00	0,03	10,00	2,20	16,00	9,00	11,00	
Хлеб ржаной, кг	50	123,00	3,86	0,41	25,35		0,16			20,00			
2 нед. Среда	50	111,00	3,69	0,64	22,04								
Завтрак													
Суфле из минтая с рисом, кг	555	874,06	30,36	31,07	118,09	120,28	0,51	42,13	4,97	166,80	97,40	386,25	
Картофельное пюре, кг	100	670,90	25,75	24,02	89,13	135,68	0,38	31,07	2,88	163,63	87,90	372,84	
Чай с молоком, кг	180	166,13	3,78	5,63	9,27	88,71	0,14	1,54	0,82	24,82	25,75	161,96	
Батон витаминизированный, кг	200	89,88	1,90	1,38	25,72	41,97	0,18	28,98	1,38	56,48	37,65	112,78	
Хлеб ржаной, кг	50	131,00	3,75	1,45	17,42	5,00	0,01	0,55	0,10	72,83	18,00	65,60	
Обед	25	55,50	1,84	0,32	11,02		0,06			9,50	6,50	32,50	
Солонка домашняя со сметаной, кг	805	1 077,22	34,96	38,13	147,05	104,88	0,63	53,20	7,07	169,97	106,90	399,67	
Фишбургер с порбужей сыром и конс.оурцом, порц	250	137,72	5,09	8,64	9,61	17,91	0,15	13,42	1,16	30,08	21,91	71,82	
Картофель-бёби запеченный, кг	170	446,50	20,62	16,89	52,82	86,45	0,19	3,22	2,34	107,14	42,58	221,70	
Напиток яблочно-смородиновый, кг	110	222,48	3,21	11,65	26,10	0,19	0,19	31,96	1,55	19,19	37,28	93,90	
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	200	98,02	0,42	0,10	23,81	0,32	0,03	4,60	0,37	3,56	5,14	12,26	
Хлеб ржаной, кг	25	61,50	1,93	0,21	12,68		0,08	0,50	10,00				
2 нед. Четверг	50	111,00	3,69	0,64	22,04								
Завтрак													
Омлет с брокколи, кг	550	942,45	35,05	31,01	118,39	185,18	0,36	21,49	6,69	263,37	131,18	392,86	
Напиток из цикория с молоком, кг	596,69	21,62	23,55	73,34	233,07	0,19	24,35	5,83	270,84	59,83	348,45		
Фрукт, кг	160	240,19	12,92	19,06	4,20	218,32	0,08	12,31	2,44	131,40	23,99	222,30	
Батон витаминизированный, кг	200	115,95	2,64	2,26	21,15	9,00	0,03	0,54	0,28	111,54	18,99	81,00	
Хлеб ржаной, кг	115	54,05	0,46	0,46	11,27	5,75	0,03	11,50	2,53	18,40	10,35	12,65	
Обед	50	131,00	3,75	1,45	25,70		0,06			9,50	6,50	32,50	
Суп-пюре с тыквой и грибами, кг	25	55,50	1,84	0,32	11,02			0,58					
Ромштекс куринный, кг	910	1 288,21	48,48	38,46	163,43	137,29	0,54	18,63	7,56	255,90	202,53	437,27	
Булгур с томатом, кг	250	222,68	3,90	13,81	20,91	129,47	0,13	8,79	1,77	167,11	24,17	89,52	
Чай лимонный с сахаром, кг	100	214,19	21,49	8,05	13,90	7,30	0,10	1,35	1,82	21,20	76,55	159,72	
Булочка Пасадская с повидлом 80 г	180	235,90	6,81	6,09	41,12	0,39	0,14	5,56	1,74	32,91	90,73	167,33	
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	80	318,00	8,19	9,33	25,34								
2 нед. Пятница	50	123,00	3,86	0,41	25,35		0,16						
Завтрак	50	111,00	3,69	0,64	22,04								
Тертелька с рисом в томатном соусе (курица, свинина), кг	555	885,69	28,63	36,07	110,50	77,72	0,83	37,75	4,85	106,42	92,74	306,68	
Макаронные изделия отварные (масло слив), кг	100	235,44	14,34	15,14	108,50	59,31	0,49	5,27	2,86	62,03	74,26	255,72	
	180	256,49	7,15	5,14	46,26	38,79	0,11	2,33	1,14	22,90	46,26	144,92	
									1,06	14,94	10,43	57,60	

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
Батон витаминизированный, кг	50	131,00	3,75	1,45	25,70		0,06		0,58	9,50	6,50	32,50
Хлеб ржаной, кг	25	55,50	1,84	0,32	11,02							
Обед	930	1 029,51	29,66	49,97	112,74	96,13	1,17	70,24	6,85	150,81	111,22	357,64
Завулка из квашеной капусты с маслом, кг	100	107,90	1,62	10,08	2,70	2,70	0,02	18,90	0,54	43,20	14,40	28,10
Суп куриный с картофелем и макаронными изделиями, кг	250	167,39	5,00	6,76	20,56	92,78	0,13	15,93	1,34	30,18	24,68	77,13
Жаркое по Домашнему с мясом и беби-картофелем, кг	280	456,84	14,99	31,94	27,01	0,65	0,86	35,15	2,77	44,61	61,14	231,81
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	50	111,00	3,69	0,64	22,04				1,15			

ООО Столовая № 41

Утверждаю:
Директор ООО Столовая № 41

Н.С.Аристова



Handwritten signature of N.S. Aristova

Приложение 8 к СанПиН 2.3./2.4.3590-20

Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 140

А.В.Журавлева



Handwritten signature of A.V. Zhuravleva

Примерное десятидневное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

Период действия 2024 г.

Комплекс за счет средств субсидии бесплатное двухразовое питание

1 - 4 класс, 212-99 руб.

Плановое меню по категории питающихся

Параметры:

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

Категория питающихся: 1-4 классы

Тип планового меню: 212-99 (1-4) 2-х разовое

Организация

Категория питающихся

1-4 классы

1 нед. Понедельник

	Вес порции	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	A	B1	C	Fe	Ca	Mg	Фосфор
Завтрак												
Бутерброд с маслом и сыром 10/20/25, порц	555	680,79	25,96	23,86	95,68	181,32	0,29	9,87	3,60	205,69	64,89	280,73
Каша пшеничная молочная с маслом, кг	55	595,51	19,70	21,75	90,67	146,52	0,17	0,75	1,73	305,26	58,88	284,72
Чай с сахаром, кг	150	202,30	7,18	13,34	14,25	107,30	0,03	0,14	0,16	205,95	14,25	138,15
Йогурт 125г, шт	200	203,08	5,18	6,08	32,45	39,22	0,14	0,36	0,95	86,48	33,63	125,97
Хлеб ржаной, кг	125	63,38	0,50	0,13	15,07			0,25	0,05	12,83	11,00	20,60
Обед												
Суп Минестроне куриный с брокколи и сметаной, кг	25	71,25	5,00	1,88	17,88							
Голень куриная запеченная в сметанно томатном соусе, кг	715	55,50	1,84	0,32	11,02				0,58			
Рис с овощами и куриной 2, кг	200	766,08	32,23	25,97	100,69	216,11	0,41	19,00	5,48	106,11	70,91	276,75
Чай смородиновый с сахаром, кг	90	102,58	3,95	5,15	10,07	13,88	0,07	12,30	0,99	30,78	16,97	50,08
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	150	236,67	18,74	16,71	2,85	27,43	0,10	1,40	1,83	30,43	20,04	131,40
Хлеб ржаной, кг	200	177,95	3,35	3,27	34,52	174,79	0,06	2,31	0,91	18,24	26,31	78,90
1 нед. Вторник												
Завтрак												
Пудинг из творога, кг	50	123,00	3,86	0,41	25,35	0,02	0,02	3,00	0,17	6,67	7,59	16,37
Повидло, кг	25	55,50	1,84	0,32	11,02				1,00	20,00		
Чай с молоком, кг	500	755,02	24,44	28,42	99,56	104,70	0,61	21,73	6,90	178,03	117,40	335,78
Фрукт, кг	130	573,19	21,73	16,01	84,86	106,04	0,13	11,08	3,79	243,72	53,98	309,48
Батон витаминизированный, кг	20	265,31	15,63	13,19	20,77	96,04	0,06	0,43	0,66	147,35	23,73	214,83
Хлеб ржаной, кг	200	50,00	0,08		13,00			0,10	0,26	2,80		1,80
Обед												
Борщ Морячок со сметаной, кг	100	89,88	1,90	1,38	17,42	5,00	0,01	0,55	0,10	72,83	18,00	65,60
Ауу мясное, кг	25	47,00	0,40	0,40	9,80	5,00	0,03	10,00	2,20	16,00	9,00	11,00
Каша гречневая рассыпчатая 2, кг	25	65,50	1,88	0,73	12,85				0,58	4,75	3,25	16,25
Напиток фруктово-ягодный, кг	815	936,86	27,15	40,84	114,27	103,36	1,09	32,38	10,02	112,33	180,82	362,08
Фрукт, кг	200	105,25	3,28	6,00	9,56	64,36	0,07	16,04	1,04	41,59	30,05	52,13
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	150	304,44	10,04	28,13	2,67	0,47	0,56	2,59	0,93	14,18	19,54	115,68
Хлеб ржаной, кг	200	217,57	7,61	5,57	34,95	33,52	0,26		4,06	16,46	120,23	180,53
1 нед. Среда												
Завтрак												
Ромштекс куриный, кг	100	84,10	0,13	0,40	20,91			3,75	0,21	4,10	2,00	2,75
Макаронные изделия отварные (масло слив), кг	50	47,00	0,40	0,40	9,80	5,00	0,03	10,00	2,20	16,00	9,00	11,00
Чай лимонный с сахаром, кг	25	123,00	3,86	0,41	25,35				1,00	20,00		
Батон витаминизированный, кг	490	55,50	1,84	0,32	11,02				0,58			
	90	728,26	34,62	20,23	102,05	473,59	0,68	69,13	5,77	206,59	153,09	375,62
	150	590,95	29,55	12,70	89,70	39,03	0,21	4,15	3,18	50,96	91,91	228,70
	200	192,77	19,34	7,25	12,51	6,57	0,09	1,22	1,64	19,08	68,90	143,75
	25	213,74	5,96	4,29	38,55	32,32	0,09	2,94	0,88	12,45	8,69	48,00
	25	63,44	0,53	0,12	14,77	0,14	0,00		0,08	14,69	11,08	20,71
	25	65,50	1,88	0,73	12,85		0,03		0,08	4,75	3,25	16,25

	Хлеб ржаной, кг	25	55,50	1,84	0,32	11,02	106,27	223,57	0,29	23,22	6,63	195,30	61,01	305,53
2 нед. Вторник														
Завтрак	Мексиканский Флан (творожный десерт), кг	500	561,18	22,63	16,43	78,90	140,29	0,14	13,58	4,03	257,30	55,14	335,46	
	Слушное Молоко, кг	130	264,14	16,55	13,16	19,36	125,75	0,07	0,44	1,13	160,46	25,01	243,70	
	Чай лимонный с сахаром, кг	20	65,60	1,44	1,70	11,10	9,40	0,01	0,20	0,04	61,40	6,80	43,80	
	Фрукт, кг	200	63,44	0,53	0,12	14,77	0,14	0,00	2,94	0,08	14,69	11,08	20,71	
	Батон витаминизированный, кг	100	47,00	0,40	0,40	9,80	5,00	0,03	10,00	2,20	16,00	9,00	11,00	
	Хлеб ржаной, кг	25	65,50	1,88	0,73	12,85		0,03			4,75	3,25	16,25	
Обед														
	Борщ со сметаной, кг	815	896,76	29,52	26,83	133,64	306,86	0,43	32,86	9,24	133,31	66,88	275,60	
	Гуляш из говядины, кг	200	111,53	3,41	5,99	11,00	81,06	0,06	16,99	1,14	41,19	20,19	53,36	
	Макаронные изделия отварные (масло слив), кг	90	215,59	13,61	15,40	6,15	187,88	0,08	5,47	2,18	20,87	23,00	147,84	
	Компот из смеси сухофруктов, кг	150	213,74	5,96	4,29	38,55	32,32	0,09	0,40	0,88	12,45	8,69	48,00	
	Фрукт, кг	200	130,40	0,44	0,02	31,76	0,60	0,03	10,00	1,26	22,80	6,00	15,40	
	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	100	47,00	0,40	0,40	9,80	5,00	0,03	10,00	2,20	16,00	9,00	11,00	
	Хлеб ржаной, кг	50	123,00	3,86	0,41	25,35		0,16		1,00	20,00			
2 нед. Среда														
Завтрак														
	Суфле из минтая с рисом, кг	500	707,44	27,94	25,29	92,57	86,83	0,64	22,31	5,48	116,45	132,67	358,11	
	Картофельное пюре, кг	90	205,55	12,01	13,72	72,49	122,14	0,32	27,70	2,64	150,12	77,89	327,86	
	Чай с молоком, кг	160	147,68	3,36	5,01	8,34	79,84	0,13	1,39	0,74	22,33	23,18	145,76	
	Батон витаминизированный, кг	200	89,88	1,90	1,38	22,86	37,30	0,16	25,76	1,23	50,21	33,46	100,25	
	Хлеб ржаной, кг	25	65,50	1,88	0,73	12,85	5,00	0,01	0,55	0,10	72,83	18,00	65,60	
Обед														
	Солынка домашняя со сметаной, кг	715	850,77	33,86	29,44	112,64	51,52	0,95	16,93	8,32	82,79	187,45	388,35	
	Котлета домашняя, кг	200	110,17	4,07	6,91	7,69	14,33	0,12	10,74	0,93	24,07	17,52	57,45	
	Каша гречневая рассыпчатая 2, кг	90	246,51	16,05	16,12	9,82	3,35	0,39	1,59	1,38	18,71	44,55	138,11	
	Напиток яблочно-смординовый, кг	150	217,57	7,61	5,57	34,95	33,52	0,26	4,06	4,06	16,46	120,23	180,53	
	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	200	98,02	0,42	0,10	23,81	0,32	0,03	4,60	0,37	3,56	5,14	12,26	
	Хлеб ржаной, кг	50	123,00	3,86	0,41	25,35		0,16		1,00	20,00			
2 нед. Четверг														
Завтрак														
	Омлет с брокколи, кг	500	509,13	18,87	21,58	58,76	218,68	0,16	22,08	5,34	255,48	53,73	316,65	
	Напиток из цикория с молоком, кг	150	225,18	12,12	17,87	3,94	204,68	0,07	11,54	2,29	123,19	22,49	208,40	
	Фрукт, кг	200	115,95	2,64	2,26	21,15	9,00	0,03	0,54	0,28	111,54	18,99	81,00	
	Батон витаминизированный, кг	100	47,00	0,40	0,40	9,80	5,00	0,03	10,00	2,20	16,00	9,00	11,00	
	Хлеб ржаной, кг	25	65,50	1,88	0,73	12,85		0,03			4,75	3,25	16,25	
Обед														
	Сул-пюре с тыквой и грекками, кг	715	809,44	34,38	24,23	114,65	110,60	0,48	15,81	6,16	214,87	174,92	375,51	
	Ромштекс куринный, кг	200	178,15	3,12	11,05	16,73	103,57	0,10	7,03	1,41	133,68	19,34	71,61	
	Булгур с томатом, кг	90	192,77	19,34	7,25	12,51	6,57	0,09	1,22	1,64	19,08	68,90	143,75	
	Чай лимонный с сахаром, кг	150	196,58	5,68	5,08	34,27	0,32	0,12	4,63	1,45	27,42	75,61	139,44	
	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	20,00			
2 нед. Пятница														
Завтрак														
	Терфелья с рисом в томатном соусе (курица, говядина),	500	739,34	27,34	29,43	90,43	65,64	0,60	31,20	4,42	87,53	90,54	281,45	
		100	226,82	20,12	11,70	87,65	54,33	0,18	4,14	3,34	45,31	86,41	259,42	
						10,46	21,88	0,06	1,21	1,80	13,42	63,40	174,46	

Макаронные изделия отварные (масло слив), кг	150	213,74	5,96	4,29	38,55	32,32	0,09		0,88	12,45	8,69	48,00
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
Батон витаминизированный, кг	25	65,50	1,88	0,73	12,85		0,03			4,75	3,25	16,25
Хлеб ржаной, кг	25	55,50	1,84	0,32	11,02				0,58			
Обед	795	853,69	24,35	41,71	93,20	76,94	1,02	58,25	5,50	129,76	94,67	303,48
Закуска из квашеной капусты с маслом, кг	80	86,32	1,30	8,06	2,16	2,16	0,02	15,12	0,43	34,56	11,52	22,48
Суп куриный с картофелем и макаронными изделиями, кг	200	133,91	4,00	5,41	16,45	74,23	0,10	12,75	1,07	24,14	19,74	61,71
Жаркое по домашнему с мясом и беби-картофелем, кг	240	391,58	12,85	27,38	23,15	0,55	0,73	30,13	2,38	38,23	52,41	198,69
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			

Плановое меню по категории питающихся

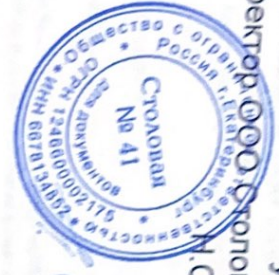
Параметры: Организация: ООО Столовая № 41 г. Екат...
 Категория питающихся: 5-11 классы
 Тип планового меню: 147-79 (5-11) 2 смена

Организация	Вес порции	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	A	B1	C	Fe	Ca	Mg	Фосфор
Категория питающихся	5-11 классы											
1 нед. Понедельник												
Обед												
Суп Минестроне куриный с брокколи и сметаной, кг	830	909,11	37,81	30,09	121,45	257,59	0,44	22,69	6,68	120,84	82,64	319,65
Голень куриная запеченная в сметанно томатном соусе,	250	128,23	4,94	6,44	12,59	17,35	0,09	15,37	1,24	38,48	21,22	62,60
Рис с овощами и кукумой 2, кг	100	262,97	20,82	18,57	3,17	30,48	0,11	1,55	2,04	33,81	22,27	146,00
Чай смородиновый с сахаром, кг	180	213,53	4,01	3,92	41,43	209,75	0,07	2,77	1,09	21,89	31,57	94,68
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	200	70,38	0,48	0,11	16,87	0,02	0,02	3,00	0,17	6,67	7,59	16,37
Хлеб ржаной, кг	50	123,00	3,86	0,41	25,35		0,16		1,00	20,00		
1 нед. Вторник												
Обед												
Борщ Морской со сметаной, кг	930	1 096,01	32,45	46,90	134,97	126,20	1,22	36,68	11,77	127,60	214,55	424,07
Ау мясное, кг	250	131,56	4,10	7,50	11,95	80,45	0,09	20,05	1,31	51,99	37,56	65,16
Каша гречневая рассыпчатая 2, кг	100	338,27	11,15	31,26	2,97	0,53	0,62	2,88	1,04	15,76	21,71	128,53
Напиток фруктово-ягодный, кг	180	261,08	9,13	6,68	41,94	40,23	0,31	3,75	4,87	19,75	144,28	216,63
Фрукт, кг	200	84,10	0,13	0,40	20,91		0,01	0,21	0,21	4,10	2,00	2,75
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	100	47,00	0,40	0,40	9,80	5,00	0,03	10,00	2,20	16,00	9,00	11,00
Хлеб ржаной, кг	50	123,00	3,86	0,41	25,35		0,16		1,00	20,00		
1 нед. Среда												
Обед												
Рассольник ленинградский со сметаной, кг	910	977,39	36,90	29,45	140,96	920,20	0,75	137,27	5,67	302,67	160,90	384,31
Тертелька с рисом в томатном соусе (курица, свинина),	250	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	100	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	180	256,49	7,15	5,14	46,26	38,79	0,11	0,25	1,06	14,94	10,43	57,60
Морковные палочки 80г	200	63,38	0,50	0,13	15,07			0,05	0,05	12,83	11,00	20,60
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	80	39,20	2,96	0,32	6,08	760,00	0,04	120,00	1,00	196,00	68,00	76,00
Хлеб ржаной, кг	50	123,00	3,86	0,41	25,35		0,16		1,00	20,00		
1 нед. Четверг												
Обед												
Суп гороховый куриный, кг	900	1 316,82	46,17	40,28	189,99	386,91	0,61	18,51	7,46	150,56	201,05	447,52
Филе из куриного филе, кг	250	149,86	7,86	4,27	189,99	386,91	0,61	18,51	7,46	150,56	201,05	447,52
Булгур с овощами и зеленой фасолью, кг	100	208,15	17,42	13,59	20,59	113,23	0,25	11,95	2,39	50,15	40,13	124,73
Чай лимонный с сахаром, кг	180	65,44	6,42	9,74	4,62	167,96	0,05	0,95	1,11	31,91	63,18	138,38
Березка 70 г	200	63,44	0,53	0,12	14,77	0,14	0,00	2,94	1,73	33,81	86,67	163,70
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	70	395,60	6,40	11,50	61,50			0,08	0,08	14,69	11,08	20,71
Хлеб ржаной, кг	50	123,00	3,86	0,41	25,35		0,16		1,00	20,00		
1 нед. Пятница												
Обед												
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	50	111,00	3,69	0,64	22,04				1,15			
Хлеб ржаной, кг	880	834,04	34,92	15,95	135,47	517,78	0,59	190,20	8,52	125,04	143,20	331,52

Суп куриный с картофелем и макаронными изделиями, кг	250	167,39	5,00	6,76	20,56	92,78	0,13	15,93	1,34	30,18	24,68	77,13
Рагу из курицы с овощами и беби-картофелем, кг	280	282,70	21,76	7,69	32,41	334,54	0,27	36,95	3,09	56,86	110,34	244,75
Напиток из плодов шиповника, кг	200	101,60	0,32	0,14	24,44	86,80	0,01	130,00	0,32	6,20	1,60	1,60
Яблоки печеные, кг	50	48,35	0,29	0,29	10,66	3,66	0,02	7,32	1,62	11,81	6,58	8,05
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	50	123,00	3,86	0,41	25,35		0,16		1,00	20,00		
Хлеб ржаной, кг	50	111,00	3,69	0,64	22,04			1,15				
2 нед. Понедельник												
Обед												
Суп гороховый куриный, кг	830	906,87	42,95	24,70	128,38	425,85	0,57	38,02	7,39	118,79	167,10	420,10
Плов с курицей и курдюком, кг	250	149,86	7,86	4,27	20,59	113,23	0,25	11,95	2,39	50,15	40,13	124,73
Напиток витаминизированный "Витошка", кг	200	516,92	27,55	19,38	58,87	312,63	0,15	7,24	2,85	48,64	126,97	295,37
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	200	6,10			1,53			18,83				
Хлеб ржаной, кг	50	123,00	3,86	0,41	25,35		0,16		1,00	20,00		
2 нед. Вторник												
Обед												
Борщ со сметаной, кг	930	1046,85	34,92	31,22	155,80	354,46	0,48	37,71	10,52	148,42	76,22	314,96
Гуляш из говядины, кг	250	139,42	4,27	7,49	13,75	101,32	0,08	21,24	1,43	51,49	25,24	66,70
Макаронные изделия отварные (масло слив), кг	100	239,54	15,12	17,11	6,84	208,75	0,09	6,08	2,42	23,18	25,56	164,27
Компот из смеси сухофруктов, кг	180	256,49	7,15	5,14	46,26	38,79	0,11	0,40	1,06	14,94	10,43	57,60
Фрукт, кг	200	130,40	0,44	0,02	31,76	0,60		10,00	1,26	22,80	6,00	15,40
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	100	47,00	0,40	0,40	9,80	5,00	0,03		2,20	16,00	9,00	11,00
Хлеб ржаной, кг	50	123,00	3,86	0,41	25,35		0,16		1,00	20,00		
2 нед. Среда												
Обед												
Солынка домашняя со сметаной, кг	805	1077,22	34,96	38,13	147,05	104,88	0,63	53,20	7,07	169,97	106,90	399,67
Фышбургер с горбушей сыром и консервами, порц	250	1077,22	34,96	38,13	147,05	104,88	0,63	53,20	7,07	169,97	106,90	399,67
Картофель-беби запеченный, кг	170	137,72	5,09	8,64	9,61	17,91	0,15	13,42	1,16	30,08	21,91	71,82
Напиток яблочно-смородиновый, кг	110	446,50	20,62	16,89	52,82	86,45	0,19	3,22	2,34	107,14	42,58	221,70
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	200	222,48	3,21	11,65	26,10	0,19	0,19	31,96	1,55	19,19	37,28	93,90
Хлеб ржаной, кг	25	98,02	0,42	0,10	23,81	0,32	0,03	4,60	0,37	3,56	5,14	12,26
2 нед. Четверг												
Обед												
Суп-пюре с тыквой и гречками, кг	910	1288,21	48,48	38,46	163,43	137,29	0,54	18,63	7,56	255,90	202,53	437,27
Ромштекс куриный, кг	250	222,68	3,90	13,81	20,91	129,47	0,13	8,79	1,77	167,11	24,17	89,52
Булгур с томатом, кг	100	214,19	21,49	8,05	13,90	7,30	0,10	1,35	1,82	21,20	76,55	159,72
Чай лимонный с сахаром, кг	180	235,90	6,81	6,09	41,12	0,39	0,14	5,56	1,74	32,91	90,73	167,33
Булочка Госдаская с повидлом 80 г	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	80	318,00	8,19	9,33	25,34							
Хлеб ржаной, кг	50	123,00	3,86	0,41	25,35		0,16		1,00	20,00		
2 нед. Пятница												
Обед												
Закуска из квашеной капусты с маслом, кг	930	1029,51	29,66	49,97	112,74	96,13	1,17	70,24	6,85	150,81	111,22	357,64
Суп куриный с картофелем и макаронными изделиями, кг	100	107,90	1,62	10,08	2,70	2,70	0,02	18,90	0,54	43,20	14,40	28,10
Жаркое по Домашнему с мясом и беби-картофелем, кг	250	167,39	5,00	6,76	20,56	92,78	0,13	15,93	1,34	30,18	24,68	77,13
Чай с сахаром, кг	200	456,84	14,99	31,94	27,01	0,65	0,86	35,15	2,77	44,61	61,14	231,81
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		

ООО Столовая № 41

Утверждаю:
Директор ООО Столовая № 41



Н.С.Аристова

Приложение в к СанПиН 2.3.2.4.3590-20

Согласовано:
Директор МАОУ СОШ № 140



А.В.Журавлева

Примерное десятидневное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд
Период действия 2024 г.

Комплекс за счет средств субсидии бесплатное одноразовое питание (обед)
5 - 11 класс, 147-79 руб.

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
Категория питающихся 5-11 классы												
1 нед. Понедельник												
Обед												
Суп Минестроне куриный с брокколи и сметаной, кг	830	909,11	37,81	30,09	121,45	257,59	0,44	22,69	6,68	120,84	82,64	319,65
Голень куриная запеченная в сметанно томатном соусе,	250	128,23	4,94	6,44	12,59	17,35	0,09	22,69	6,68	120,84	82,64	319,65
Рис с овощами и кружкой 2, кг	100	262,97	20,82	18,57	3,17	30,48	0,11	1,55	2,04	33,81	22,27	146,00
Чай смородиновый с сахаром, кг	180	213,53	4,01	3,92	41,43	209,75	0,07	2,77	1,09	21,89	31,57	94,68
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	200	70,38	0,48	0,11	16,87	0,02	0,02	3,00	0,17	6,67	7,59	16,37
Хлеб ржаной, кг	50	123,00	3,86	0,41	25,35				1,00	20,00		
Хлеб ржаной, кг	50	111,00	3,69	0,64	22,04				1,15			
1 нед. Вторник												
Обед												
Борщ Морячок со сметаной, кг	930	1 096,01	32,45	46,90	134,97	126,20	1,22	36,68	11,77	127,60	214,55	424,07
Азу мясное, кг	250	131,56	4,10	7,50	134,97	126,20	1,22	36,68	11,77	127,60	214,55	424,07
Каша гречневая рассыпчатая 2, кг	100	338,27	11,15	31,26	2,97	80,45	0,09	20,05	1,31	51,99	37,56	65,16
Напиток фруктово-ягодный, кг	180	261,08	9,13	6,88	41,94	40,23	0,31	2,88	1,04	15,76	21,71	128,53
Фрукт, кг	200	84,10	0,13	6,88	20,91		0,01	3,75	4,87	19,75	144,28	216,63
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	100	47,00	0,40	0,40	9,80	5,00	0,03	10,00	2,20	16,00	2,00	2,75
Хлеб ржаной, кг	50	123,00	3,86	0,41	25,35				1,00	20,00		11,00
Хлеб ржаной, кг	50	111,00	3,69	0,64	22,04				1,15			
1 нед. Среда												
Обед												
Рассольник ленинградский со сметаной, кг	910	977,39	36,90	29,45	140,96	920,20	0,75	137,27	5,67	302,67	160,90	384,31
Тефтели с рисом в томатном соусе (курица, свинина),	250	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	100	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	180	256,49	7,15	5,14	46,26	38,79	0,11	1,06	1,49	14,94	10,43	57,60
Морковные палочки 80г	200	63,38	0,50	0,13	15,07			0,25	0,05	12,83	11,00	20,60
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	80	39,20	2,96	0,32	6,08	760,00	0,04	120,00	1,00	196,00	68,00	76,00
Хлеб ржаной, кг	50	123,00	3,86	0,41	25,35				1,00	20,00		
Хлеб ржаной, кг	50	111,00	3,69	0,64	22,04				1,15			
1 нед. Четверг												
Обед												
Суп гороховый куриный, кг	900	1 316,82	46,17	40,28	189,99	386,91	0,61	18,51	7,46	150,56	201,05	447,52
Фрикасе из куриного филе, кг	250	149,86	7,86	4,27	189,99	386,91	0,61	18,51	7,46	150,56	201,05	447,52
Булгур с овощами и зеленой фасолью, кг	100	208,15	17,42	13,59	20,59	113,23	0,25	11,95	2,39	50,15	40,13	124,73
Чай лимонный с сахаром, кг	180	265,78	6,42	9,74	4,62	167,96	0,05	0,95	1,11	31,91	63,18	138,38
Березка 70 г	200	63,44	0,53	0,12	41,12	105,58	0,14	2,68	1,73	33,81	86,67	163,70
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	70	395,60	6,40	11,50	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	50	111,00	3,69	0,64	22,04				1,15			
1 нед. Пятница												
Обед												
Пятница	880	834,04	34,92	15,95	135,47	517,78	0,59	190,20	8,52	125,04	143,20	331,52

Суп куриный с картофелем и макаронными изделиями, кг	250	167,39	5,00	6,76	20,56	92,78	0,13	15,93	1,34	30,18	24,68	77,13
Рагу из курицы с овощами и беби-картофелем, кг	280	282,70	21,76	7,69	32,41	334,54	0,27	36,95	3,09	56,86	110,34	244,75
Напиток из плодов шиповника, кг	200	101,60	0,32	0,14	24,44	86,80	0,01	130,00	0,32	6,20	1,60	1,60
Рблики печенье, кг	50	48,35	0,29	0,29	10,66	3,66	0,02	7,32	1,62	11,81	6,58	8,05
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	50	123,00	3,86	0,41	25,35		0,16		1,00	20,00		
Хлеб ржаной, кг	50	111,00	3,69	0,64	22,04				1,15			420,10
2 нед. Понедельник												
Обед												
Суп гороховый куриный, кг	830	906,87	42,95	24,70	128,38	425,85	0,57	38,02	7,39	118,79	167,10	420,10
Плов с курицей и куркумой, кг	250	906,87	7,86	4,27	20,58	425,85	0,57	38,02	7,39	118,79	167,10	420,10
Напиток витаминизированный "Виташка", кг	280	516,92	27,55	19,38	58,87	312,63	0,15	7,24	2,85	48,64	126,97	295,37
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	200	6,10			1,53			18,83				
Хлеб ржаной, кг	50	123,00	3,86	0,41	25,35		0,16		1,00	20,00		
2 нед. Вторник												
Обед												
Борщ со сметаной, кг	930	1 046,85	34,92	31,22	155,80	354,46	0,48	37,71	10,52	148,42	76,22	314,96
Гуляш из говядины, кг	250	139,42	4,27	7,49	13,75	101,32	0,08	21,24	1,43	51,49	25,24	66,70
Макаронные изделия отварные (масло слив), кг	180	239,54	15,12	17,11	6,84	208,75	0,09	6,08	2,42	23,18	25,56	164,27
Комлот из смеси сухофруктов, кг	200	256,49	7,15	5,14	46,26	38,79	0,11	0,40	1,06	14,94	10,43	57,60
Фрукт, кг	100	130,40	0,44	0,02	31,76	0,60		0,40	1,26	22,80	6,00	15,40
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	100	47,00	0,40	0,40	9,80	5,00	0,03	10,00	2,20	16,00	9,00	11,00
Хлеб ржаной, кг	50	123,00	3,86	0,41	25,35		0,16		1,00	20,00		
2 нед. Среда												
Обед												
Солянка домашняя со сметаной, кг	805	1 077,22	34,96	38,13	147,05	104,88	0,63	53,20	7,07	169,97	106,90	399,67
Фишбургер с горбушей сыром и консервами, порц	250	137,72	5,09	8,64	9,61	17,91	0,15	53,20	1,16	30,08	21,91	71,82
Картофель-беби запеченный, кг	170	446,50	20,62	16,89	52,82	86,45	0,19	3,22	2,34	107,14	42,58	221,70
Напиток яблочно-смородиновый, кг	110	222,48	3,21	11,65	26,10	0,19	0,19	31,96	1,55	19,19	37,28	93,90
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	200	98,02	0,42	0,10	23,81	0,32	0,03	4,60	0,37	3,56	5,14	12,26
Хлеб ржаной, кг	25	61,50	1,93	0,21	12,68		0,08		0,50	10,00		
2 нед. Четверг												
Обед												
Суп-пюре с тыквой и гречками, кг	910	1 288,21	48,48	38,46	163,43	137,29	0,54	18,63	7,56	255,90	202,53	437,27
Ромштекс куриный, кг	250	222,66	3,90	13,81	20,91	129,47	0,13	8,79	1,77	167,11	24,17	89,52
Булгур с томатом, кг	100	214,19	21,49	8,05	13,90	7,30	0,10	1,35	1,82	21,20	76,55	159,72
Чай лимонный с сахаром, кг	180	235,90	6,81	6,09	41,12	0,39	0,14	5,56	1,74	32,91	90,73	167,33
Булочка Песадская с повидлом 80 г	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	80	318,00	8,19	9,33	25,34				1,00	20,00		
Хлеб ржаной, кг	50	123,00	3,86	0,41	25,35		0,16		1,15			
2 нед. Пятница												
Обед												
Закуска из квашеной капусты с маслом, кг	930	1 029,51	29,66	49,97	112,74	96,13	1,17	70,24	6,85	150,81	111,22	357,64
Суп куриный с картофелем и макаронными изделиями, кг	100	107,90	1,62	10,08	2,70	2,70	0,02	18,90	0,54	43,20	14,40	28,10
Жаркое по домашнему с мясом и беби-картофелем, кг	280	456,84	14,99	31,94	20,56	92,78	0,13	15,93	1,34	30,18	24,68	77,13
Чай с сахаром, кг	200	63,38	0,50	0,13	15,07	0,65	0,86	35,15	2,77	44,61	61,14	231,81
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	50	123,00	3,86	0,41	25,35		0,16	0,25	1,00	20,00		20,60
Хлеб ржаной, кг	50	111,00	3,69	0,64	22,04				1,00			

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

Организация	Вес порции	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	A	B1	C	Fe	Ca	Mg	Фосфор
Категория питающихся 5-11 классы												
1 нед. Понедельник												
Завтрак	555	718,38	31,04	23,36	96,03	240,22	0,34	4,57	4,74	88,52	64,84	261,28
Голень куриная запечённая в сметанно томатном соусе,	100	262,97	20,82	18,57	96,03	240,22	0,34	4,57	4,74	88,52	64,84	261,28
Рис с овощами и куриной 2, кг	180	213,53	4,01	3,92	3,17	30,48	0,11	1,55	2,04	33,81	22,27	146,00
Чай с сахаром, кг	200	63,38	0,50	0,13	41,43	209,75	0,07	2,77	1,09	21,89	31,57	94,68
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	50	123,00	3,86	0,41	15,07		0,25	0,25	0,05	12,83	11,00	20,60
Хлеб ржаной, кг	25	55,50	1,84	0,32	25,35		0,16		1,00	20,00		
1 нед. Вторник												
Завтрак	555	861,95	26,11	38,68	102,20	40,75	1,10	6,63	7,69	59,60	167,99	347,91
Азу мясное, кг	100	338,27	11,15	31,26	102,20	40,75	1,10	6,63	7,69	59,60	167,99	347,91
Каша гречневая рассыпчатая 2, кг	180	261,08	9,13	6,68	2,97	0,53	0,62	2,88	1,04	15,76	21,71	128,53
Напиток фруктовое-ягодный, кг	200	84,10	0,13	0,13	41,94	40,23	0,31	4,87	19,75	144,28	216,63	216,63
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	50	123,00	3,86	0,41	20,91		0,01	3,75	0,21	4,10	2,00	2,75
Хлеб ржаной, кг	25	55,50	1,84	0,32	25,35		0,16		1,00	20,00		
1 нед. Среда												
Завтрак	555	733,80	27,69	21,15	108,21	59,18	0,60	2,58	3,82	70,67	67,68	223,11
Тертелька с рисом в томатном соусе (курица, свинина),	100	235,44	14,34	15,14	108,21	59,18	0,60	2,58	3,82	70,67	67,68	223,11
Макаронные изделия отварные (масло слив), кг	180	256,49	7,15	5,14	10,50	20,39	0,33	2,33	1,14	22,90	46,26	144,92
Чай с сахаром, кг	200	63,38	0,50	0,13	46,26	38,79	0,11	1,06	1,49	14,94	10,43	57,60
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	50	123,00	3,86	0,41	15,07		0,25	0,25	0,05	12,83	11,00	20,60
Хлеб ржаной, кг	25	55,50	1,84	0,32	25,35		0,16		1,00	20,00		
1 нед. Четверг												
Завтрак	555	715,87	30,08	24,19	96,88	273,68	0,36	6,56	4,50	100,41	160,92	322,79
Фрикасе из куриного филе, кг	100	208,15	17,42	13,59	96,88	273,68	0,36	6,56	4,50	100,41	160,92	322,79
Булгур с овощами и зеленой фасолью, кг	180	265,78	6,42	9,74	4,62	167,96	0,05	0,95	1,11	31,91	63,18	138,38
Чай лимонный с сахаром, кг	200	63,44	0,53	0,12	41,12	105,58	0,14	2,68	1,73	33,81	86,67	163,70
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	50	123,00	3,86	0,41	14,77	0,14	0,00	2,94	0,08	14,69	11,08	20,71
Хлеб ржаной, кг	25	55,50	1,84	0,32	25,35		0,16		1,00	20,00		
1 нед. Пятница												
Завтрак	555	524,58	27,97	8,56	83,85	334,54	0,43	37,20	4,71	89,68	121,34	265,35
Рагу из курицы с овощами и беби-картофелем, кг	280	282,70	21,76	7,69	83,85	334,54	0,43	37,20	4,71	89,68	121,34	265,35
Чай с сахаром, кг	200	63,38	0,50	0,13	32,41	334,54	0,27	36,95	3,09	56,86	110,34	244,75
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	50	123,00	3,86	0,41	15,07		0,25	0,25	0,05	12,83	11,00	20,60
Хлеб ржаной, кг	25	55,50	1,84	0,32	25,35		0,16		1,00	20,00		
2 нед. Понедельник												
Завтрак	555	758,80	33,76	20,24	110,31	312,63	0,32	7,49	4,47	81,47	137,97	315,97
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	25	55,50	1,84	0,32	11,02		0,16		0,58	20,00		
Хлеб ржаной, кг	555	758,80	33,76	20,24	110,31	312,63	0,32	7,49	4,47	81,47	137,97	315,97

Плов с курлицей и куркумой, кг	280	516,92	27,55	19,38	58,87	312,63	0,15	7,24	2,85	48,64	126,97	295,37
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							
2 нед. Вторник												
Завтрак												
Гуляш из говядины, кг	555	804,93	28,42	23,01	121,23	248,14	0,37	6,48	6,32	80,93	41,99	237,27
Макаронные изделия отварные (масло слив), кг	100	239,54	15,12	17,11	121,23	248,14	0,37	6,48	6,32	80,93	41,99	237,27
Компот из смеси сухофруктов, кг	180	256,49	7,15	5,14	6,84	208,75	0,09	6,08	2,42	23,18	25,56	164,27
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	200	130,40	0,44	0,02	46,26	38,79	0,11	0,40	1,06	14,94	10,43	57,60
Хлеб ржаной, кг	50	123,00	3,86	0,41	31,76	0,60		0,40	1,26	22,80	6,00	15,40
2 нед. Среда												
Завтрак												
Филе минтая с овощами в соусе, кг	555	609,94	24,56	14,82	94,78	228,79	0,54	40,35	4,15	108,93	71,44	279,65
Картофельное пюре, кг	100	167,28	14,65	8,34	94,78	228,79	0,54	40,35	4,15	108,93	71,44	279,65
Напиток яблочно-смородиновый, кг	180	166,13	3,78	5,63	8,88	186,50	0,18	6,77	0,82	28,88	28,65	154,61
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	200	98,02	0,42	0,10	25,72	41,97	0,18	28,98	1,38	56,48	37,65	112,78
Хлеб ржаной, кг	50	123,00	3,86	0,41	23,81	0,32	0,03	4,60	0,37	3,56	5,14	12,26
2 нед. Четверг												
Завтрак												
Ромштекс куринный, кг	555	691,96	34,52	15,00	106,46	7,69	0,40	7,16	5,18	86,93	178,28	347,65
Булгур с томатом, кг	100	214,19	21,49	8,05	106,46	7,69	0,40	7,16	5,18	86,93	178,28	347,65
Чай с сахаром, кг	180	235,90	6,81	6,09	13,90	7,30	0,10	1,35	1,82	21,20	76,55	159,72
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	200	63,38	0,50	0,13	41,12	0,39	0,14	5,56	1,74	32,91	90,73	167,33
Хлеб ржаной, кг	50	123,00	3,86	0,41	15,07		0,16	0,25	0,05	12,83	11,00	20,60
2 нед. Пятница												
Завтрак												
Жаркое по домашнему с мясом и беби-картофелем, кг	555	698,78	21,23	32,80	78,15	0,78	1,02	38,09	4,43	79,29	72,22	252,52
Чай лимонный с сахаром, кг	280	456,84	14,99	31,94	27,01	0,65	0,86	35,15	2,77	44,61	61,14	231,81
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	20,00		
Хлеб ржаной, кг	25	55,50	1,84	0,32	11,02				0,58			

Утверждаю:

Директор ООО Столовая № 41

Н.О. Аристова



Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 140

А.В. Журавлева



Примерное десятидневное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

Период действия 2024 г.

Комплекс одноразовое питание (завтрак)

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

Организация	Категория питающихся	Вес порции	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	A	B1	C	Fe	Ca	Mg	Фосфор	
5-11 классы	1 нед. Понедельник Завтрак	Голень куриная запеченная в сметанно томатном соусе,	555	718,38	31,04	23,36	96,03	240,22	0,34	4,57	4,74	88,52	64,84	261,28
		Рис с овощами и куркумой 2, кг	100	262,97	20,82	18,57	3,17	30,48	0,11	1,55	2,04	33,81	22,27	146,00
		Чай с сахаром, кг	180	213,53	4,01	3,92	41,43	209,75	0,07	2,77	1,09	21,89	31,57	94,68
		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	0,58	20,00		
		1 нед. Вторник Завтрак	555	861,95	26,11	38,68	102,20	40,75	1,10	6,63	7,69	59,60	167,99	347,91
		Азу мясное, кг	100	338,27	11,15	31,26	2,97	0,53	0,62	2,88	1,04	15,76	21,71	128,53
		Каша гречневая рассыпчатая 2, кг	180	261,08	9,13	6,68	41,94	40,23	0,31	4,87	1,97	19,75	144,28	216,63
		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			1,00	0,58	20,00		
1 нед. Среда Завтрак	555	733,80	27,69	21,15	108,21	59,18	0,60	2,58	3,82	70,67	67,68	223,11		
Тедфелка с рисом в томатном соусе (курица, свинина), Макаронные изделия отварные (масло слив), кг	100	235,44	14,34	15,14	10,50	20,39	0,33	2,33	3,82	70,67	67,68	223,11		
Чай с сахаром, кг	180	256,49	7,15	5,14	48,26	38,79	0,11	1,06	1,44	14,94	10,43	57,60		
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	0,58	20,00				
1 нед. Четверг Завтрак	555	715,87	30,08	24,19	96,88	273,68	0,36	6,56	4,50	100,41	160,92	322,79		
Фрижасе из куриного филе, кг	100	208,15	17,42	13,59	4,62	167,96	0,05	0,95	1,11	31,91	63,18	138,38		
Булгур с овощами и зеленой фасолью, кг	180	265,78	6,42	9,74	41,12	105,58	0,14	2,68	1,73	33,81	86,67	163,70		
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			1,00	0,58	20,00				
1 нед. Пятница Завтрак	555	524,58	27,97	8,56	83,85	334,54	0,43	37,20	4,71	89,68	121,34	265,35		
Рагу из курицы с овощами и беби-картофелем, кг	280	282,70	21,76	7,69	32,41	334,54	0,27	36,95	3,09	56,86	110,34	244,75		
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			1,00	0,58	20,00				
Хлеб ржаной, кг	25	55,50	1,84	0,32	11,02			0,58	0,58	10,00				
2 нед. Понедельник Завтрак	555	758,80	33,76	20,24	110,31	312,63	0,32	7,49	4,47	81,47	137,97	315,97		
					110,31	312,63	0,32	7,49	4,47	81,47	137,97	315,97		

Плов с курицей и куркумой, кг	280	516,92	27,55	19,38	58,87	312,63	0,15	7,24	2,85	48,64	120,97	20,60
Чай с сахаром, кг	200	63,38	0,50	0,13	15,07			0,25	0,05	12,83	11,00	
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			
2 нед. Вторник												
Хлеб ржаной, кг	555	804,93	28,42	23,01	121,23	248,14	0,37	6,48	6,32	80,93	41,99	237,27
Завтрак	100	239,54	15,12	17,11	6,84	208,75	0,09	6,08	2,42	23,18	25,56	164,27
Гуляш из говядины, кг	180	256,49	7,15	5,14	46,26	38,79	0,11	0,40	1,06	14,94	10,43	57,60
Макаронные изделия отварные (масло слив), кг	200	130,40	0,44	0,02	31,76	0,60			1,26	22,80	6,00	15,40
Компот из смеси сухофруктов, кг	50	123,00	3,86	0,41	25,35		0,16		1,00	20,00		
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	25	55,50	1,84	0,32	11,02				0,58			
Хлеб ржаной, кг	25	609,94	24,56	14,82	94,78	228,79	0,54	40,35	4,15	108,93	71,44	279,65
2 нед. Среда												
Завтрак	555	609,94	24,56	14,82	94,78	228,79	0,54	40,35	4,15	108,93	71,44	279,65
Филе минтая с овощами в соусе, кг	100	167,28	14,65	8,34	8,88	186,50	0,18	6,77	0,82	28,88	28,65	154,61
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
Напиток яблочно-смородиновый, кг	200	98,02	0,42	0,10	23,81	0,32	0,03	4,60	0,37	3,56	5,14	12,26
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			
2 нед. Четверг												
Завтрак	555	691,96	34,52	15,00	106,46	7,69	0,40	7,16	5,18	86,93	178,28	347,65
Ромштекс куринный, 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 томатом, кг	180	235,90	6,81	6,09	41,12	0,39	0,14	5,56	1,74	32,91	90,73	167,33
Хлеб 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			
2 нед. Пятница												
Завтрак	555	698,78	21,23	32,80	78,15	0,78	1,02	38,09	4,43	79,29	72,22	252,52
Жаркое по домашнему с мясом и беби-картофелем, кг	280	456,84	14,99	31,94	27,01	0,65	0,86	35,15	2,77	44,61	61,14	231,81
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			

Утверждаю:

Директор ООО Столовая № 41
Н.С. Аристова



Handwritten signature of N.S. Aristova

Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 140
А.В. Журавлева



Handwritten signature of A.V. Zhuravleva

Примерное десятидневное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

Период действия 2024 г.

Комплекс ГПД

1 - 4 класс (родительская плата), 127-79 руб.

Плановое меню по категории питающихся

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

Категория питающихся: 1-4 классы

Тип планового меню: 127,79 ГПД

Организация	Категория питающихся	Вес порции	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	A	B1	C	Fe	Ca	Mg	Фосфор		
1 нед. Понедельник	Обед	Суп Минестроне куриный с брокколи и сметаной, кг	715	766,08	32,23	25,97	100,69	216,11	0,41	19,00	5,48	106,11	70,91	276,75	
		Голень куриная запечённая в сметанно томатном соусе,	200	102,58	3,95	5,15	10,07	13,88	0,07	12,30	0,99	30,78	16,97	276,75	
		Рис с овощами и куркумой 2, кг	90	236,67	18,74	16,71	2,85	27,43	0,10	1,40	1,83	30,43	20,04	50,08	
		Чай смородиновый с сахаром, кг	150	177,95	3,35	3,27	34,52	174,79	0,06	2,31	0,91	18,24	26,31	131,40	
		Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	200	70,38	0,48	0,11	16,87	0,02	0,02	3,00	0,17	6,67	7,59	78,90	
		Хлеб ржаной, кг	50	123,00	3,86	0,41	25,35		0,16		1,00	20,00		16,37	
		1 нед. Вторник	Обед	25	55,50	1,84	0,32	11,02				0,58			
		Борщ Морячок со сметаной, кг	815	936,86	27,15	40,84	114,27	103,36	1,09	32,38	10,02	112,33	180,82	362,08	
		Азу мясное, кг	200	105,25	3,28	6,00	114,27	103,36	1,09	32,38	10,02	112,33	180,82	362,08	
		Каша гречневая рассыпчатая 2, кг	90	304,44	10,04	28,13	9,56	64,36	0,07	16,04	1,04	41,59	30,05	52,13	
		Напиток фруктово-ягодный, кг	150	217,57	7,61	5,57	2,67	0,47	0,56	2,59	0,93	14,18	19,54	115,68	
		Фрукт, кг	200	84,10	0,13		34,95	33,52	0,26	3,75	4,06	16,46	120,23	180,53	
		Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	100	47,00	0,40	0,40	20,91		0,01	2,21	2,21	4,10	2,00	2,75	
		Хлеб ржаной, кг	50	123,00	3,86	0,41	9,80	5,00	0,03	10,00	2,20	16,00	9,00	11,00	
1 нед. Среда	Обед	25	55,50	1,84	0,32	11,02				1,00	20,00				
Рассолник ленинградский со сметаной, кг	795	825,82	31,55	25,23	118,05	891,49	0,68	134,10	4,55	290,69	149,50	343,18			
Тертелька с рисом в томатном соусе (курица, свинина),	200	119,11	3,53	6,13	118,05	891,49	0,68	134,10	4,55	290,69	149,50	343,18			
Макаронные изделия отварные (масло слив), кг	90	211,89	12,91	13,63	12,52	80,82	0,09	11,76	1,02	28,80	20,18	68,16			
Чай с сахаром, кг	150	213,74	5,96	4,29	9,45	18,35	0,29	2,09	1,03	20,61	41,63	130,42			
Морковные палочки 80г	200	63,38	0,50	0,13	38,55	32,32	0,09	0,25	0,88	12,45	8,69	48,00			
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	80	39,20	2,96	0,32	15,07		0,04	120,00	0,05	12,83	11,00	20,60			
Хлеб ржаной, кг	50	123,00	3,86	0,41	6,08	760,00	0,16		1,00	196,00	68,00	76,00			
1 нед. Четверг	Обед	25	55,50	1,84	0,32	11,02				0,58	20,00				
Суп гороховый куриный, кг	715	770,64	33,55	24,62	106,04	329,87	0,53	15,58	6,01	131,70	172,26	381,45			
Фрикасе из куриного филе, кг	200	119,88	6,28	3,41	106,04	329,87	0,53	15,58	6,01	131,70	172,26	381,45			
Булгур с овощами и зеленой фасолью, кг	90	187,33	15,67	12,23	16,47	90,58	0,20	9,56	1,91	40,12	32,10	99,78			
Чай лимонный с сахаром, кг	150	221,48	5,35	8,12	4,16	151,17	0,05	0,85	1,00	28,72	56,86	124,54			
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	200	63,44	0,53	0,12	34,26	87,99	0,11	2,23	1,44	28,18	72,22	136,41			
Хлеб ржаной, кг	50	123,00	3,86	0,41	14,77	0,14	0,00	2,94	0,08	14,69	11,08	20,71			
1 нед. Пятница	Обед	25	55,50	1,84	0,32	11,02				1,00	20,00				
Суп Минестроне куриный с брокколи и сметаной, кг	715	766,08	32,23	25,97	100,69	216,11	0,41	19,00	5,48	106,11	70,91	276,75			
Голень куриная запечённая в сметанно томатном соусе,	200	102,58	3,95	5,15	10,07	13,88	0,07	12,30	0,99	30,78	16,97	276,75			
Рис с овощами и куркумой 2, кг	90	236,67	18,74	16,71	2,85	27,43	0,10	1,40	1,83	30,43	20,04	50,08			
Чай смородиновый с сахаром, кг	150	177,95	3,35	3,27	34,52	174,79	0,06	2,31	0,91	18,24	26,31	131,40			
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	200	70,38	0,48	0,11	16,87	0,02	0,02	3,00	0,17	6,67	7,59	78,90			
Хлеб ржаной, кг	50	123,00	3,86	0,41	25,35		0,16		1,00	20,00		16,37			
1 нед. Суббота	Обед	25	55,50	1,84	0,32	11,02				0,58					
Борщ Морячок со сметаной, кг	815	936,86	27,15	40,84	114,27	103,36	1,09	32,38	10,02	112,33	180,82	362,08			
Азу мясное, кг	200	105,25	3,28	6,00	114,27	103,36	1,09	32,38	10,02	112,33	180,82	362,08			
Каша гречневая рассыпчатая 2, кг	90	304,44	10,04	28,13	9,56	64,36	0,07	16,04	1,04	41,59	30,05	52,13			
Напиток фруктово-ягодный, кг	150	217,57	7,61	5,57	2,67	0,47	0,56	2,59	0,93	14,18	19,54	115,68			
Фрукт, кг	200	84,10	0,13		34,95	33,52	0,26	3,75	4,06	16,46	120,23	180,53			
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	100	47,00	0,40	0,40	20,91		0,01	2,21	2,21	4,10	2,00	2,75			
Хлеб ржаной, кг	50	123,00	3,86	0,41	9,80	5,00	0,03	10,00	2,20	16,00	9,00	11,00			
1 нед. Воскресенье	Обед	25	55,50	1,84	0,32	11,02				1,00	20,00				
Рассолник ленинградский со сметаной, кг	795	825,82	31,55	25,23	118,05	891,49	0,68	134,10	4,55	290,69	149,50	343,18			
Тертелька с рисом в томатном соусе (курица, свинина),	200	119,11	3,53	6,13	118,05	891,49	0,68	134,10	4,55	290,69	149,50	343,18			
Макаронные изделия отварные (масло слив), кг	90	211,89	12,91	13,63	12,52	80,82	0,09	11,76	1,02	28,80	20,18	68,16			
Чай с сахаром, кг	150	213,74	5,96	4,29	9,45	18,35	0,29	2,09	1,03	20,61	41,63	130,42			
Морковные палочки 80г	200	63,38	0,50	0,13	38,55	32,32	0,09	0,25	0,88	12,45	8,69	48,00			
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	80	39,20	2,96	0,32	15,07		0,04	120,00	0,05	12,83	11,00	20,60			
Хлеб ржаной, кг	50	123,00	3,86	0,41	6,08	760,00	0,16		1,00	196,00	68,00	76,00			
1 нед. Понедельник	Обед	25	55,50	1,84	0,32	11,02				0,58	20,00				
Суп гороховый куриный, кг	715	770,64	33,55	24,62	106,04	329,87	0,53	15,58	6,01	131,70	172,26	381,45			
Фрикасе из куриного филе, кг	200	119,88	6,28	3,41	106,04	329,87	0,53	15,58	6,01	131,70	172,26	381,45			
Булгур с овощами и зеленой фасолью, кг	90	187,33	15,67	12,23	16,47	90,58	0,20	9,56	1,91	40,12	32,10	99,78			
Чай лимонный с сахаром, кг	150	221,48	5,35	8,12	4,16	151,17	0,05	0,85	1,00	28,72	56,86	124,54			
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	200	63,44	0,53	0,12	34,26	87,99	0,11	2,23	1,44	28,18	72,22	136,41			
Хлеб ржаной, кг	50	123,00	3,86	0,41	14,77	0,14	0,00	2,94	0,08	14,69	11,08	20,71			
1 нед. Вторник	Обед	25	55,50	1,84	0,32	11,02				1,00	20,00				
Суп Минестроне куриный с брокколи и сметаной, кг	715	766,08	32,23	25,97	100,69	216,11	0,41	19,00	5,48	106,11	70,91	276,75			
Голень куриная запечённая в сметанно томатном соусе,	200	102,58	3,95	5,15	10,07	13,88	0,07	12,30	0,99	30,78	16,97	276,75			
Рис с овощами и куркумой 2, кг	90	236,67	18,74	16,71	2,85	27,43	0,10	1,40	1,83	30,43	20,04	50,08			
Чай смородиновый с сахаром, кг	150	177,95	3,35	3,27	34,52	174,79	0,06	2,31	0,91	18,24	26,31	131,40			
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	200	70,38	0,48	0,11	16,87	0,02	0,02	3,00	0,17	6,67	7,59	78,90			
Хлеб ржаной, кг	50	123,00	3,86	0,41	25,35		0,16		1,00	20,00		16,37			
1 нед. Среда	Обед	25	55,50	1,84	0,32	11,02				0,58					
Борщ Морячок со сметаной, кг	815	936,86	27,15	40,84	114,27	103,36	1,09	32,38	10,02	112,33	180,82	362,08			
Азу мясное, кг	200	105,25	3,28	6,00	114,27	103,36	1,09	32,38	10,02	112,33	180,82	362,08			
Каша гречневая рассыпчатая 2, кг	90	304,44	10,04	28,13	9,56	64,36	0,07	16,04	1,04	41,59	30,05	52,13			
Напиток фруктово-ягодный, кг	150	217,57	7,61	5,57	2,67	0,47	0,56	2,59	0,93	14,18	19,54	115,68			
Фрукт, кг	200	84,10	0,13		34,95	33,52	0,26	3,75	4,06	16,46	120,23	180,53			
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	100	47,00	0,40	0,40	20,91		0,01	2,21	2,21	4,10	2,00	2,75			
Хлеб ржаной, кг	50	123,00	3,86	0,41	9,80	5,00	0,03	10,00	2,20	16,00	9,00	11,00			
1 нед. Четверг	Обед	25	55,50	1,84	0,32	11,02				1,00	20,00				
Рассолник ленинградский со сметаной, кг	795	825,82	31,55	25,23	118,05	891,49	0,68	134,10	4,55	290,69	149,50	343,18			
Тертелька с рисом в томатном соусе (курица, свинина),	200	119,11	3,53	6,13	118,05	891,49	0,68	134,10	4,55	290,69	149,50	343,18			
Макаронные изделия отварные (масло слив), кг	90	211,89	12,91	13,63	12,52	80,82	0,09	11,76	1,02	28,80	20,18	68,16			
Чай с сахаром, кг	150	213,74	5,96	4,29	9,45	18,35	0,29	2,09	1,03	20,61	41,63	130,42			
Морковные палочки 80г	200	63,38	0,50	0,13	38,55	32,32	0,09	0,25	0,88	12,45	8,69	48,00			
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	80	39,20	2,96	0,32	15,07		0,04	120,00	0,05	12,83	11,00	20,60			
Хлеб ржаной, кг	50	123,00	3,86	0,41	6,										

Суп куриный с картофелем и макаронными изделиями, кг	200	133,91	4,00	5,41	16,45	74,23	0,10	12,75	1,07	24,14	19,74	61,71
Рагу из курицы с овощами и беби-картофелем, кг	240	242,32	18,66	6,60	27,78	286,75	0,23	31,67	2,65	48,73	94,58	209,78
Напиток из плодов шиповника, кг	200	101,60	0,32	0,14	24,44	86,80	0,01	130,00	0,32	6,20	1,60	1,60
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				
2 нед. Понедельник												
Обед												
Суп гороховый куриный, кг	715	747,56	35,60	20,76	104,83	358,55	0,50	34,59	5,93	101,81	140,94	352,96
Плов с курицей и куркумой, кг	200	119,88	6,28	3,41	16,47	90,58	0,20	9,56	1,91	40,12	32,10	99,78
Напиток витаминизированный "Витшока", кг	240	443,07	23,61	16,61	50,46	267,96	0,13	6,20	2,45	41,69	108,84	253,18
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	200	6,10			1,53			18,83				
Хлеб ржаной, кг	50	123,00	3,86	0,41	25,35		0,16		1,00	20,00		
2 нед. Вторник												
Обед												
Борщ со сметаной, кг	25	55,50	1,84	0,32	11,02			0,58				
Гуляш из говядины, кг	815	896,76	29,52	26,83	133,64	306,86	0,43	32,86	9,24	133,31	66,88	275,60
Макаронные изделия отварные (масло слив), кг	200	111,53	3,41	5,99	11,00	306,86	0,43	32,86	9,24	133,31	66,88	275,60
Фрукт, кг	90	215,59	13,61	15,40	6,15	187,88	0,08	5,47	2,18	20,87	23,00	147,84
Компот из смеси сухофруктов, кг	150	213,74	5,96	4,29	38,55	32,32	0,09	0,40	0,88	12,45	8,69	48,00
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	200	130,40	0,44	0,02	31,76	0,60	0,03	10,00	1,26	22,80	6,00	15,40
Хлеб ржаной, кг	100	47,00	0,40	0,40	9,80	5,00	0,03	1,00	2,20	16,00	9,00	11,00
2 нед. Среда												
Обед												
Солынка домашняя со сметаной, кг	25	55,50	1,84	0,32	11,02			0,58				
Котлета домашняя, кг	715	850,77	33,86	29,44	112,64	51,52	0,95	16,93	8,32	82,79	187,45	388,35
Каша гречневая рассыпчатая 2, кг	200	110,17	4,07	6,91	7,69	14,33	0,12	10,74	0,93	24,07	17,52	57,45
Напиток яблочно-смородиновый, кг	90	246,51	16,05	16,12	9,82	3,35	0,39	1,59	1,38	18,71	44,55	138,11
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	150	217,57	7,61	5,57	34,95	33,52	0,26	4,06	4,06	16,46	120,23	180,53
Хлеб ржаной, кг	200	98,02	0,42	0,10	23,81	0,32	0,03	4,60	0,37	3,56	5,14	12,26
2 нед. Четверг												
Обед												
Суп-пюре с тыквой и гречками, кг	25	55,50	1,84	0,32	11,02			0,58				
Ромштекс куриный, кг	809,44	809,44	34,38	24,23	114,65	110,60	0,48	15,81	6,16	214,87	174,92	375,51
Булгур с томатом, кг	715	809,44	34,38	24,23	114,65	110,60	0,48	15,81	6,16	214,87	174,92	375,51
Чай лимонный с сахаром, кг	200	178,15	3,12	11,05	16,73	103,57	0,10	7,03	1,41	133,68	19,34	71,61
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	90	192,77	19,34	7,25	12,51	6,57	0,09	1,22	1,64	19,08	68,90	143,75
Хлеб ржаной, кг	150	196,58	5,68	5,08	34,27	0,32	0,12	4,63	1,45	27,42	75,61	139,44
2 нед. Пятница												
Обед												
Закуска из квашеной капусты с маслом, кг	200	63,44	0,53	0,12	14,77	0,14	0,00	2,94	0,08	14,69	11,08	20,71
Суп куриный с картофелем и макаронными изделиями, кг	50	123,00	3,86	0,41	25,35		0,16		1,00	20,00		
Жаркое по домашнему с мясом и беби-картофелем, кг	25	55,50	1,84	0,32	11,02			0,58				
Чай с сахаром, кг	795	853,69	24,35	41,71	93,20	76,94	1,02	58,25	5,50	129,76	94,67	303,48
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	80	86,32	1,30	8,06	2,16	2,16	0,02	15,12	0,43	34,56	11,52	22,48
Хлеб ржаной, кг	200	133,91	4,00	5,41	16,45	74,23	0,10	12,75	1,07	24,14	19,74	61,71
2 нед. Суббота												
Обед												
Жаркое по домашнему с мясом и беби-картофелем, кг	240	391,58	12,85	27,38	23,15	0,55	0,73	30,13	2,38	38,23	52,41	198,69
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				