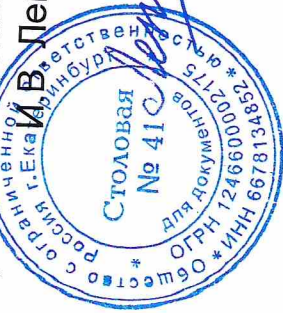


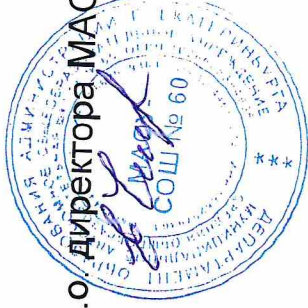
Утверждаю:

И.о. директора ~~ООО Столовая № 41~~

**И.В. Демидова**



Согласовано:  
И.о. директора ~~МАОУ СОШ № 60~~  
**Е.В. Чендева**



**Примерное десятидневное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд**  
**Период действия 04.10.2024 - 28.12.2024 г.**  
**Комплекс одноразовое питание (завтрак)**  
**5 - 11 класс (родительская плата), 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 Название	№ рецепта	Вес порции	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	A	B1	C	Fe	Ca	Mg	Фосфор
1 нед. Понедельник													
Обед		850	1 078,46	39,90	31,16	135,09	1 171,34	0,71	38,22	9,50	128,14	112,05	564,35
	011385	250	1 078,46	39,90	31,16	135,09	1 171,34	0,71	38,22	9,50	128,14	112,05	564,35
	011856	100	154,82	7,54	4,88	21,11	121,44	0,24	11,58	2,20	44,76	39,36	122,64
	011413	180	189,12	14,29	12,29	8,90	1 000,00	0,23	26,39	5,23	41,08	18,29	256,24
	011342	200	291,11	8,42	6,88	48,12	49,90	0,06	0,10	0,85	13,90	34,15	121,97
	010928	70	61,52	0,20	0,05	15,07					0,02	0,15	
	011335	25	263,90	5,73	6,53	17,74							
	011336	25	61,50	1,93	0,21	12,68							
		25	56,50	1,80	0,33	11,48							
1 нед. Вторник													
Обед		880	905,20	32,88	27,77	130,47	403,74	0,56	29,71	4,29	173,37	111,70	451,91
	011439	250	905,20	32,88	27,77	130,47	403,74	0,56	29,71	4,29	173,37	111,70	451,91
	011530	280	130,16	3,81	7,15	13,80	83,72	0,08	15,89	1,29	54,70	31,90	65,38
	011343	200	543,27	24,83	19,86	63,94	316,95	0,27	5,39	1,64	82,52	54,01	310,95
	011337	100	61,76	0,25	0,06	14,77	0,07		3,68	0,06	1,90	0,54	1,08
	011335	25	52,00	0,26	0,17	13,81	3,00	0,03	4,60	0,10	6,00	5,00	11,00
	011336	25	61,50	1,93	0,21	12,68		0,08	0,05	0,50	10,00	10,25	32,25
		25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
1 нед. Среда													
Обед		870	1 055,13	46,20	26,14	163,30	341,10	0,99	19,73	4,95	86,56	234,57	569,70
	011386	250	1 055,13	46,20	26,14	163,30	341,10	0,99	19,73	4,95	86,56	234,57	569,70
	011397	100	164,48	4,95	6,61	22,16	95,22	0,10	15,51	1,12	25,98	27,65	85,27
	011414	180	193,06	17,17	10,35	7,19	215,64	0,56	3,98	0,78	19,49	27,55	191,14
	011342	200	280,66	8,46	5,53	53,96	30,24	0,14	0,10	1,84	12,69	159,12	229,79
	010926	90	61,52	0,20	0,05	15,07					0,02	0,15	
	011335	25	237,42	11,70	3,06	40,77							
	011336	25	61,50	1,93	0,21	12,68							
		25	56,50	1,80	0,33	11,48							
1 нед. Четверг													
Обед		880	767,38	28,34	22,60	115,83	194,43	0,83	63,19	4,29	143,63	113,96	439,34
	011381	250	767,38	28,34	22,60	115,83	194,43	0,83	63,19	4,29	143,63	113,96	439,34
	011552	100	146,93	4,12	7,26	17,34	101,22	0,09	13,73	1,05	31,57	25,10	77,37
	011412	180	180,28	16,00	7,46	11,16	23,46	0,37	1,51	0,52	17,07	23,74	170,12
		200	177,94	3,96	7,08	26,63	58,31	0,14	28,43	1,19	53,94	36,43	109,91
	011337	100	92,22	0,28	0,09	22,75	8,44	0,01	14,77	0,23	6,81	3,45	7,44
	011335	25	52,00	0,26	0,17	13,81	3,00	0,03	4,60	0,10	6,00	5,00	11,00
	011336	25	61,50	1,93	0,21	12,68		0,08	0,05	0,50	10,00	10,25	32,25
		25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
1 нед. Пятница													
Обед		880	1 117,03	37,87	31,91	168,08	587,21	0,73	166,73	5,41	165,31	101,36	398,53
	011513	250	1 117,03	37,87	31,91	168,08	587,21	0,73	166,73	5,41	165,31	101,36	398,53
	011400	280	235,48	4,69	14,23	23,12	243,73	0,14	10,63	1,44	90,23	26,88	100,18
	011348	200	290,75	21,18	7,96	34,45	343,48	0,40	25,95	2,49	46,63	52,63	234,85
	011489	100	136,80	0,68	0,28	29,66							
		25	336,00	7,60	8,90	56,70							
	011335	25	61,50	1,93	0,21	12,68		0,08	0,05	0,50	10,00	10,25	32,25



Код	Наименование	Ед. изм.	Количество	Цена	Сумма	Код	Наименование	Ед. изм.	Количество	Цена	Сумма
011366	Суп гороховый куриный, кг	880	26,09	23,12	158,84	0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
011408	Ауш на свином, кг	880	36,09	131,12	158,84	1,09	21,52	5,95	102,59	245,61	595,25
011414	Каши гречневая рассыпчатая, кг	100	7,54	4,88	21,11	0,24	11,58	2,20	44,76	39,36	122,64
011343	Чай лимонный с сахаром, кг	200	15,57	14,92	3,32	4,09	0,50	0,56	8,99	21,34	167,24
011337	Фрукт, кг	100	61,76	0,26	0,06	30,24	0,14	1,84	12,69	159,12	229,79
011335	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	25	52,00	0,26	0,17	3,00	0,03	3,68	0,06	0,54	1,08
011336	Хлеб ржаной, кг	25	61,50	1,93	0,21	12,68	0,08	0,05	6,00	5,00	11,00
2 нед. Вторник											
011382	Борщ со сметаной, кг	250	56,50	1,80	11,48	11,48	0,10	0,70	18,25	10,00	32,25
011435	Фарш из курицы фарш, кг	100	207,70	16,43	13,36	4,45	0,08	16,58	1,17	43,21	66,13
011478	Рис пропаренный с курицей 2, кг	180	290,94	4,83	6,64	107,30	0,08	1,07	37,31	23,33	169,05
011342	Чай с сахаром, кг	200	61,52	0,20	0,05	15,07	0,13	0,23	46,92	18,75	98,98
010931	Бульон куриный со специями 80 г	90	339,30	7,37	8,40	22,81	0,08	0,05	10,00	10,25	32,25
011335	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	25	61,50	1,93	0,21	12,68	0,10	0,10	18,25	10,00	31,25
011336	Хлеб ржаной, кг	25	56,50	1,80	0,33	11,48	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
2 нед. Среда											
011386	Суп куриный с картофелем и макаронными изделиями, кг	880	760,29	29,04	19,35	121,05	0,52	89,78	4,73	185,58	472,70
011409	Фарш мясной с овощами в соусе, кг	250	164,48	4,95	6,61	22,16	0,10	15,51	1,12	25,98	85,27
011412	Картофельное пюре, кг	100	146,46	15,79	4,88	9,36	0,03	3,98	0,79	59,02	189,01
011337	Напиток яблочно-ягодный, кг	180	177,94	3,96	7,08	26,63	0,14	28,43	1,19	53,94	109,91
011335	Фрукт, кг	200	101,40	0,35	0,07	24,94	0,03	37,12	0,34	12,40	14,00
011336	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	100	52,00	0,26	0,17	13,81	0,03	4,60	0,10	6,00	11,00
011336	Хлеб ржаной, кг	25	61,50	1,93	0,21	12,68	0,08	0,05	10,00	10,25	32,25
2 нед. Четверг											
011387	Солянка домашняя со сметаной, кг	250	56,50	1,80	0,33	11,48	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
011522	Ромштекс куриный, кг	100	104,37	43,98	34,22	138,90	0,48	40,64	4,86	116,40	514,74
011539	Булгур с овощами и зеленой фасолью, кг	180	232,70	21,07	9,81	14,96	0,13	1,02	0,78	21,45	28,69
010925	Напиток фруктовый с ягодами, кг	200	92,22	0,28	0,09	22,75	0,03	7,65	1,48	31,90	161,18
011335	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	80	254,40	6,55	7,46	20,27	0,01	14,77	0,23	6,81	7,44
011336	Хлеб ржаной, кг	25	61,50	1,93	0,21	12,68	0,08	0,05	10,00	10,25	32,25
2 нед. Пятница											
011513	Суп-пюре с тыквой и гречками, кг	880	869,02	28,28	28,08	129,05	1,14	40,07	5,58	163,85	408,29
011392	Жаркое по-домашнему из свинины с картофелем, кг	280	869,02	28,28	28,08	129,05	1,14	40,07	5,58	163,85	408,29
011715	Напиток из смеси сухофруктов, кг	200	235,48	4,69	14,23	23,12	0,14	10,63	1,44	30,23	100,18
011337	Фрукт, кг	100	149,20	0,26	0,12	38,71	0,78	24,25	2,42	35,37	45,38
011335	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	25	52,00	0,26	0,17	13,81	0,03	4,60	0,10	6,00	11,00
011336	Хлеб ржаной, кг	25	61,50	1,93	0,21	12,68	0,08	0,05	10,00	10,25	32,25