

Утверждаю:

И.о. директора **ООО Столовая № 41**

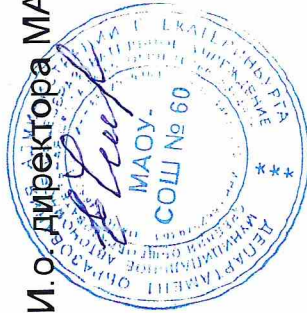
**И.В. Лепилина**



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 за счет средств субсидии бесплатное одноразовое питание (завтрак)  
1 - 4 класс, 85-20 руб.**

# 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	№ рецепта	Вес порции	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	A	B1	C	Fe	Ca	Mg	Фосфор
<b>1 нед. Понедельник</b>													
Завтрак		500	590,37	14,67	27,24	72,33	206,05	0,23	19,03	1,62	235,23	75,60	333,20
Бутерброд с маслом и сыром 10/15/25, порц		50	590,37	14,67	27,24	72,33	206,05	0,23	19,03	1,62	235,23	75,60	333,20
Каша пшеничная молочная с маслом, кг		250	213,00	5,84	14,94	14,58	108,75	0,03	0,20	0,03	110,15	7,60	98,45
Напиток витаминизированный "Витошка", кг	011355	250	371,27	8,83	12,30	56,23	97,30	0,20	18,83	1,59	125,08	68,00	234,75
	011340	200	6,10			1,53							
<b>1 нед. Вторник</b>													
Завтрак		500	558,34	21,81	13,80	90,47	101,34	0,17	4,93	1,18	133,26	28,10	207,79
Пудинг из творога с повидлом 130/20, кг	011779	150	558,34	21,81	13,80	90,47	101,34	0,17	4,93	1,18	133,26	28,10	207,79
Чай с сахаром, кг	011342	100	316,32	17,47	12,38	35,86	98,34	0,01	0,13	0,36	104,11	9,85	149,29
Фрукт, кг	011337	200	61,52	0,20	0,05	15,07	3,00	0,03	0,10	0,02	0,15	5,00	11,00
Батон витаминизированный, кг	011418	25	52,00	0,26	0,17	13,81		0,03	4,60	0,10	6,00	3,25	16,25
Хлеб ржаной, кг	011336	25	72,00	2,08	0,88	14,25		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
<b>1 нед. Среда</b>													
Завтрак		500	601,49	27,03	15,63	87,04	47,02	0,49	7,04	2,39	58,13	66,23	308,47
Котлета домашняя, кг	011547	80	601,49	27,03	15,63	87,04	47,02	0,49	7,04	2,39	58,13	66,23	308,47
Макаронные изделия отварные (масло слив), кг	011413	130	165,91	16,18	7,33	7,98	3,30	0,30	1,07	0,68	19,18	23,13	161,33
Соус томатный, кг	011550	40	210,24	6,08	4,97	34,75	36,04	0,05	2,19	0,33	4,00	4,64	10,46
Чай лимонный с сахаром, кг	011343	200	35,07	0,64	2,07	3,82	7,61	0,01	3,68	0,06	1,90	0,54	1,08
Батон витаминизированный, кг	011418	25	61,76	0,25	0,06	14,77	0,07	0,03	0,10	0,70	4,75	3,25	16,25
Хлеб ржаной, кг	011336	25	72,00	2,08	0,88	14,25		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
<b>1 нед. Четверг</b>													
Завтрак		510	561,28	15,15	21,16	88,72	167,58	0,08	0,30	0,64	189,58	63,07	226,46
Бутерброд с маслом сливочным 10/25, порц	011362	35	561,28	15,15	21,16	88,72	167,58	0,08	0,30	0,64	189,58	63,07	226,46
Каша Ассорти (греча, рис) с маслом, кг	011775	150	159,60	2,10	10,82	14,25	84,00	0,03	0,12	0,62	76,16	49,83	127,02
Напиток из цикория с молоком, кг	011339	200	225,34	5,08	6,68	37,24	58,38	0,05	0,18	0,02	108,27	9,99	82,89
Йогурт 125г, шт	011501	125	105,09	2,97	1,78	19,34	25,20						
<b>1 нед. Пятница</b>													
Завтрак		500	476,90	20,21	17,37	60,59	189,80	0,16	5,02	2,60	216,00	42,05	352,75
Омлет натуральный, кг	011358	150	476,90	20,21	17,37	60,59	189,80	0,16	5,02	2,60	216,00	42,05	352,75
Чай с молоком, кг	011344	200	209,88	14,23	14,96	3,58	172,80		0,12	1,79	126,85	18,30	248,25
Фрукт, кг	011337	100	86,52	1,85	1,04	17,47	14,00	0,03	0,20	0,02	60,15	5,50	46,00
Батон витаминизированный, кг	011418	25	52,00	0,26	0,17	13,81	3,00	0,03	4,60	0,10	6,00	5,00	11,00
Хлеб ржаной, кг	011336	25	72,00	2,08	0,88	14,25		0,03	0,10	0,70	4,75	3,25	16,25
<b>2 нед. Понедельник</b>													
Завтрак		500	585,71	12,84	26,91	73,09	219,59	0,16	5,24	0,49	240,81	31,53	247,41
Бутерброд с маслом и сыром 10/15/25, порц	011467	50	585,71	12,84	26,91	73,09	219,59	0,16	5,24	0,49	240,81	31,53	247,41
Каша рисовая молочная с маслом, кг	011341	250	213,00	5,84	14,94	14,58	108,75	0,03	0,03	0,03	110,15	7,60	98,45
Кисель с витаминами "Витошка", кг		250	350,21	7,00	11,97	52,76	110,81	0,05	0,22	0,46	130,66	23,93	148,96
<b>2 нед. Вторник</b>													
Завтрак		200	22,50	24,03	14,38	86,63	120,65	0,21	9,28	1,77	213,64	39,58	313,77
Кисель с витаминами "Витошка", кг	011341	200	565,10	24,03	14,38	86,63	120,65	0,21	9,28	1,77	213,64	39,58	313,77
Завтрак		500	565,10	24,03	14,38	86,63	120,65	0,21	9,28	1,77	213,64	39,58	313,77

011330	160	377,84	19,84	0,00	14,77	0,07	0,03	4,60	0,10	6,00	5,00	11,00
011343	200	61,76	0,26	0,00	13,81	3,00	0,03	4,60	0,10	4,75	3,25	16,25
011337	100	62,00	0,20	0,17	14,26		0,03			18,25	10,00	31,25
011418	25	72,00	2,08	0,88	11,48		0,10	0,10	0,70	115,70	90,80	310,02
011336	25	66,60	1,80	0,33	72,53	127,76	0,26	26,13	2,35	115,70	90,80	310,02
	500	548,99	21,36	19,83	72,53	127,76	0,26	26,13	2,35	115,70	90,80	164,82
	90	200,80	13,76	12,28	8,06	76,91	0,01	0,67	0,58	44,61	45,17	97,70
011468	160	158,17	3,52	6,29	23,67	51,83	0,13	25,27	1,06	47,94	32,38	
011412	200	61,52	0,20	0,05	15,07		0,03	0,10	0,02	0,15	3,25	16,25
011342	25	72,00	2,08	0,88	14,25		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
011418	25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,24	1,61	156,96	57,42	218,85
011336	25	563,51	15,01	21,44	87,28	159,30	0,12	0,24	1,61	156,96	57,42	218,85
	510	563,51	15,01	21,44	87,28	159,30	0,12	0,24	1,61	156,96	57,42	16,55
	35	159,60	2,10	10,82	14,25	84,00	0,03	0,12	0,71	74,54	30,57	120,90
011362	150	231,10	4,95	6,95	36,87	58,38	0,09	0,12	0,90	77,27	23,60	81,40
011356	200	101,56	2,95	1,79	18,29	16,92	0,00					
011608	125	71,25	5,00	1,88	17,88							
011501	500	492,35	21,14	18,65	60,69	191,34	0,16	5,02	2,52	260,00	43,29	377,73
	150	492,35	21,14	18,65	60,69	191,34	0,16	5,02	2,52	260,00	43,29	377,73
	200	225,33	15,16	16,24	3,69	174,34		0,12	1,70	170,85	19,54	273,23
	500	86,52	1,85	1,04	17,47	14,00		0,20	0,02	60,15	5,50	46,00
011359	200	52,00	0,26	0,17	13,81	3,00	0,03	4,60	0,10	6,00	5,00	11,00
011344	100	72,00	2,08	0,88	14,25		0,03			4,75	3,25	16,25
011337	25	72,00	2,08	0,88	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
011418	25	56,50	1,80	0,33	11,48							
011336	25	563,51	15,01	21,44	87,28	159,30	0,12	0,24	1,61	156,96	57,42	218,85

**2 нед. Четверг**

Завтрак  
 Бутерброд с маслом сливочным 10/25, порц  
 Каша Дружба (пшено, рис) с маслом, кг  
 Какао с молоком, кг  
 Йогурт 125г, шт  
 2 нед. Пятница  
 Завтрак  
 Омлет с сыром, кг  
 Чай с молоком, кг  
 Фрукт, кг  
 Батон витаминизированный, кг  
 Хлеб ржаной, кг