

Приложение 8 к СанПин 2.3./2.4.3590-20

Согласовано:

Директор МАОУ Лицей № 173

С.В.Кунницкая



Период действия 2024 г.

Комплекс для учащихся с непереносимостью глютена

Плановое меню по категории питающихся

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

Организация	Вес	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	A	B1	C	Fe	Ca	Mg	Фосфор
Категория питающихся	порции											
1-4 классы												
1 нед. Понедельник		494,09	13,57	18,97	67,26	114,30	0,39		5,25	3,99	221,20	159,99
Завтрак	500	494,09	13,57	18,97	67,26	114,30	0,39		5,25	3,99	221,20	159,99
Закуска из морской капусты с яйцом, кг	100	118,30	6,17	10,27	0,32	112,50	0,14		5,00	1,13	44,75	90,40
Каша пшенная сладкая с тыквой, кг	200	312,41	6,90	8,57	51,88	1,80	0,25		2,81	163,62	58,59	169,90
Чай с сахаром, кг	200	63,38	0,50	0,13	15,07			0,25	0,05	0,05	12,83	11,00
1 нед. Вторник		331,58	12,77	16,26	32,72	165,27	0,08		12,99	3,97	71,66	28,50
Завтрак	460	331,58	12,77	16,26	32,72	165,27	0,08		12,99	3,97	71,66	28,50
Смесь овощная с яйцом, кг	160	221,14	11,84	15,74	8,15	160,14	0,05		0,06	1,68	40,97	8,43
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
Фрукт, кг	100	47,00	0,40	0,40	9,80	5,00	0,03		10,00	2,20	16,00	9,00
1 нед. Среда		571,42	20,89	24,30	66,90	277,60	0,38		138,64	6,87	52,78	157,94
Завтрак	500	571,42	20,89	24,30	66,90	277,60	0,38		138,64	6,87	52,78	157,94
Закуска из огурцов свежих с маслом, кг	60	59,88	0,38	6,05	1,62		0,02		3,78	0,28	10,73	7,65
Гуляш из говядины, кг	80	191,63	12,10	13,68	5,47	167,00	0,07		4,86	1,94	18,55	20,44
Каша гречневая рассыпчатая, кг	160	218,30	8,10	4,43	36,99	22,18	0,28		4,33	0,32	17,31	128,25
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 нед. Четверг		406,25	17,70	23,22	30,38	333,89	0,14		17,94	6,68	114,33	40,47
Завтрак	500	406,25	17,70	23,22	30,38	333,89	0,14		17,94	6,68	114,33	40,47
Скрембл, кг	150	272,31	16,57	22,50	0,91	326,25	0,09		17,94	6,68	114,33	40,47
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
Фрукт, кг	150	70,50	0,60	0,60	14,70	7,50	0,05		15,00	3,30	24,00	13,50
1 нед. Пятница		541,41	16,86	31,87	46,10	37,81	0,25		42,33	2,97	64,42	103,30
Завтрак	500	541,41	16,86	31,87	46,10	37,81	0,25		42,33	2,97	64,42	103,30
Закуска из помидоров и огурцов свежих с маслом, кг	60	63,00	0,47	6,07	0,91	32,82	0,02		8,10	0,38	10,01	9,09
Соте из куриного филе с овощами, кг	80	147,70	12,69	9,05	3,97	4,46	0,03		1,84	0,93	15,57	44,81
Картофель отварной, кг	160	267,33	3,20	16,63	26,15	0,53	0,19		32,14	1,61	26,02	38,40
Чай с сахаром, кг	200	63,38	0,50	0,13	15,07			0,25	0,05	0,05	12,83	11,00
2 нед. Понедельник		329,82	9,41	5,69	60,30	112,50	0,08		15,55	2,24	59,30	43,93
Завтрак	500	329,82	9,41	5,69	60,30	112,50	0,08		15,55	2,24	59,30	43,93
Яйцо вареное, 1 шт	45	70,65	5,72	5,18	0,32	112,50	0,03		1,14	1,14	26,22	5,49
Каша рисовая с фруктовато-ягодным вареньем, кг	255	195,79	3,19	0,38	44,91		0,05		15,30	1,05	20,26	27,44
Чай с сахаром, кг	200	63,38	0,50	0,13	15,07			0,25	0,05	0,05	12,83	11,00
2 нед. Вторник		382,00	10,11	16,86	47,11	142,14	0,10		16,94	8,10	478,73	59,28
Завтрак	500	382,00	10,11	16,86	47,11	142,14	0,10		16,94	8,10	478,73	59,28
Запеканка из тыквы с яблоками, кг	200	271,56	9,18	16,34	22,54	137,00	0,07		4,00	5,82	448,04	39,20
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

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
2 нед. Среда		597,14	15,39	34,89	55,39	104,32	0,34	45,22	2,86	59,98	70,10	243,31
Завтрак	500	597,14	15,39	34,89	55,39	104,32	0,34	45,22	2,86	59,98	70,10	243,31
Закуска из помидоров и огурцов свежих с маслом, кг	60	63,00	0,47	6,07	0,91	32,82	0,02	8,10	0,38	10,01	9,09	15,68
Суфле из минтая с рисом, кг	80	182,71	11,58	12,19	7,42	70,97	0,11	1,23	0,66	19,85	20,60	129,56
Картофель отварной, кг	160	267,33	3,20	16,63	26,15	0,53	0,19	32,14	1,61	26,02	38,40	95,32
Напиток фруктово-ягодный, кг	200	84,10	0,13		20,91		0,01	3,75	0,21	4,10	2,00	2,75
2 нед. Четверг		435,27	17,14	27,66	28,38	402,60	0,16	27,75	5,96	110,69	48,92	284,95
Завтрак	500	435,27	17,14	27,66	28,38	402,60	0,16	27,75	5,96	110,69	48,92	284,95
Скрембл с жареными помидорами, кг	200	324,90	16,24	27,13	3,51	397,60	0,13	17,50	3,71	81,87	28,92	253,35
Чай с сахаром, кг	200	63,38	0,50	0,13	15,07			0,25	0,05	12,83	11,00	20,60
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
2 нед. Пятница		520,40	31,89	18,84	56,09	244,59	0,64	12,19	6,36	129,50	157,55	399,41
Завтрак	500	520,40	31,89	18,84	56,09	244,59	0,64	12,19	6,36	129,50	157,55	399,41
Закуска из огурцов свежих с маслом, кг	60	59,88	0,38	6,05		1,62	0,02	3,78	0,28	10,73	7,65	16,64
Гуляш из курицы, кг	90	143,59	16,89	5,86	6,42	193,86	0,07	5,47	1,29	20,11	65,37	134,71
Горошница, кг	150	253,48	14,10	6,81	34,91	48,98	0,55		4,70	83,98	73,45	227,36
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

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 376304230083447847618637456882370283188412430375
Владелец Куницкая Светлана Владимировна
Действителен с 17.04.2024 по 17.04.2025