

ООО Столовая № 41

И.о. Директора ООО Столовая № 41

И.В. Лепилина



Утверждаю:

Приложение 8 к СанПиН 2.3.12.4.3590-20

Согласовано:

Директор МАОУ Лицей № 173

С.В. Кунницкая



**Примерное десятидневное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд**

**Период действия 09.01.2025 - 31.05.2025 г.**

**Комплекс за счет средств субсидии бесплатное однократное питание (завтрак)**

**1 - 4 класс, 108,64 руб.**

# Плановое меню по категории питающихся

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

Категория питающихся: 1-4 классы

Тип планового меню: 108-64 (1-4) 1 смена

Организация Название	№ рецепта	Вес порции	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	A	B1	C	Fe	Ca	Mg	Фосфор
<b>1 нед. Понедельник</b>													
Завтрак													
Бутерброд с маслом и сыром 10/15/25, порц	011355	505	590,37	14,67	27,24	72,33	206,05	0,23	19,03	1,62	235,23	75,60	333,20
Каша пшеница молочная с маслом, кг	011336	50	213,00	5,84	14,94	14,58	108,75	0,03	0,03	0,03	110,15	7,60	98,45
Хлеб ржаной, кг	011337	230	371,27	8,83	12,30	56,23	97,30	0,20	0,20	1,59	125,08	68,00	234,75
Кисель с витаминами "Витолка", кг	011341	25	56,50	1,80	0,33	11,48	0,03	0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
<b>1 нед. Вторник</b>													
Завтрак													
Пудинг из творога со стученкой 130/20, кг	011779	500	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	150	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	100	52,00	0,26	0,17	13,81	0,07	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	0,07	0,03	0,10	0,33	4,75	3,25	16,25
<b>1 нед. Среда</b>													
Завтрак													
Котлета домашняя, кг	011547	540	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	100	207,39	20,23	9,17	9,97	4,13	0,38	7,04	2,39	58,13	66,23	308,47
Соус томатный, кг	011560	150	210,24	6,08	4,97	34,75	36,04	0,05	1,33	0,86	23,98	28,91	201,66
Чай лимонный с сахаром, кг	011343	40	35,07	0,64	2,07	3,82	7,61	0,01	2,19	0,62	10,04	24,67	88,09
Батон витаминизированный, кг	011418	200	61,76	0,25	0,06	14,77	0,07	0,01	3,68	0,33	4,00	4,54	10,46
Хлеб ржаной, кг	011336	25	72,00	2,08	0,88	14,25	0,07	0,03	0,10	0,06	1,90	0,54	1,08
<b>1 нед. Четверг</b>													
Завтрак													
Бутерброд с маслом сливочным 10/25, порц	011362	510	561,28	15,15	21,16	88,72	167,58	0,08	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
Каша Ассорти (греча, рис) с маслом, кг	011775	35	159,60	2,10	10,82	14,25	84,00	0,03	0,30	0,64	189,58	63,07	226,46
Напиток из цикория с молоком, кг	011339	150	225,34	5,08	6,68	37,24	58,38	0,05	0,30	0,64	189,58	63,07	226,46
Йогурт 125г, шт	011501	200	105,09	2,97	1,78	19,34	25,20	0,05	0,12	0,62	76,16	49,83	127,02
<b>1 нед. Пятница</b>													
Завтрак													
Омлет натуральный, кг	011358	500	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	150	209,88	14,23	14,96	3,58	172,80	0,16	5,02	2,60	216,00	42,05	352,75
Фрукт, кг	011337	200	86,52	1,85	1,04	17,47	14,00	0,03	0,12	1,79	126,85	18,30	248,25
Батон витаминизированный, кг	011418	100	52,00	0,26	0,17	13,81	3,00	0,03	0,20	0,02	60,15	5,50	46,00
Хлеб ржаной, кг	011336	25	72,00	2,08	0,88	14,25	0,07	0,03	4,60	0,10	6,00	5,00	11,00
		25	56,50	1,80	0,33	11,48	0,07	0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25

<b>2 нед. Понедельник</b>													
Завтрак													
Бутерброд с маслом и сыром 10/15/25, порц	011467	505	565,71	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	011467	50	213,00	5,84	14,94	14,58	108,75	0,03	5,24	0,49	240,81	31,53	247,41
Батон витаминизированный, кг	011418	230	350,21	7,00	11,97	52,76	110,81	0,05	0,22	0,46	130,66	23,93	148,96
Кисель с витаминами "Витошка", кг	011341	25	72,00	2,08	0,88	14,25		0,03			4,75	3,25	16,25
<b>2 нед. Вторник</b>													
Завтрак													
Мексиканский Флан со стружкой 130/20, кг	011780	500	565,10	24,03	14,38	86,63	120,65	0,21	9,28	1,77	213,64	39,58	313,77
Чай лимонный с сахаром, кг	011343	150	322,84	19,64	12,95	86,63	120,65	0,21	9,28	1,77	213,64	39,58	313,77
Фрукт, кг	011337	200	61,76	0,25	0,06	32,32	117,58	0,05	0,90	0,91	182,74	20,79	254,19
Батон витаминизированный, кг	011418	100	52,00	0,26	0,17	14,77	0,07	0,03	3,68	0,06	1,90	0,54	11,08
Хлеб ржаной, кг	011336	25	72,00	2,08	0,88	14,25	3,00	0,03	4,60	0,10	6,00	5,00	11,00
<b>2 нед. Среда</b>													
Завтрак													
Суфле из минтая с рисом, кг	011468	500	548,99	21,36	19,83	11,48	127,75	0,26	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
Картофельное пюре, кг	011412	90	200,80	13,76	12,28	72,53	127,75	0,26	26,13	2,35	115,70	90,80	310,02
Чай с сахаром, кг	011342	160	158,17	3,52	6,29	8,06	75,91	0,01	0,67	0,58	44,61	45,17	164,82
Батон витаминизированный, кг	011418	200	61,52	0,20	0,05	23,67	51,83	0,13	25,27	1,06	47,94	32,38	97,70
Хлеб ржаной, кг	011336	25	72,00	2,08	0,88	14,25		0,03	0,10	0,02	0,15	3,25	16,25
<b>2 нед. Четверг</b>													
Завтрак													
Бутерброд с маслом сливочным 10/25, порц	011362	510	563,51	15,01	21,44	87,28	159,30	0,12	0,24	0,70	18,25	10,00	31,25
Каша Дружба (пшено, рис) с маслом, кг	011356	35	159,60	2,10	10,82	87,28	159,30	0,12	0,24	1,61	156,96	57,42	218,85
Какао с молоком, кг	011608	150	231,10	4,95	6,95	14,25	84,00	0,03	0,24	1,61	156,96	57,42	218,85
Йогурт 125г, шт	011501	200	101,56	2,95	1,79	36,87	58,38	0,09	0,12	0,71	74,54	30,57	120,90
<b>2 нед. Пятница</b>													
Завтрак													
Омлет с сыром, кг	011359	500	492,35	21,14	18,65	60,69	191,34	0,16	5,02	2,52	260,00	43,29	377,73
Чай с молоком, кг	011344	150	225,33	15,16	16,24	60,69	191,34	0,16	5,02	2,52	260,00	43,29	377,73
Фрукт, кг	011337	200	86,52	1,85	1,04	3,69	174,34		0,12	1,70	170,85	19,54	273,23
Батон витаминизированный, кг	011418	100	52,00	0,26	0,17	17,47	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
		25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25