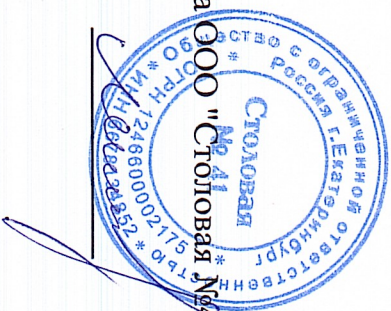


Утверждаю

И.О. Директора ООО "Столовая №41"

Лепилина И.В.



Согласовано

Директор МАОУ СОШ № 123

Старикова О.В.



Примерное меню завтраков (1 смена) и комплекса за родительскую плату (2 смена) на 10 дней для  
общеобразовательных учреждений города Екатеринбург (все районы города) в 2024-2025 году

(возрастная группа с 12 лет и старше)

Период действия меню: с 09.01.2025 по 31.05.2025



# Плановое меню по категории питающихся

Параметры: Организация: ООО Столовая № 41 г. Екат...  
 Категория питающихся: 5-11 классы  
 Тип планового меню: 128-56 (5-11) 1 смена

Организация	№ рецепта	Вес порции	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	A	B1	C	Fe	Ca	Mg	Фосфор
<b>1 нед. Понедельник</b>													
Завтрак	011856	555	721,24	28,56	19,97	108,91	1 049,90	0,55	26,69	7,80	93,38	82,95	473,96
Печенья по-строгановски, кг		100	189,12	14,29	12,29	8,90	1 000,00	0,23	26,39	5,23	41,08	18,29	256,24
Макаронные изделия отварные (масло слив), кг		180	291,11	8,42	6,88	48,12	49,90	0,06	0,10	0,85	13,90	34,15	121,97
Чай с сахаром, кг		200	61,52	0,20	0,05	15,07					0,15		
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг		50	123,00	3,85	0,42	25,35		0,17	0,10	0,70	20,00	20,50	64,50
Хлеб ржаной, кг		25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	1,00	18,25	10,00	31,25
<b>1 нед. Вторник</b>													
Завтрак	011530	550	784,54	30,74	20,66	115,53	317,02	0,53	9,27	3,40	122,67	85,05	407,78
Плов с курицей и куркумой 2, кг		250	543,27	24,83	19,86	63,94	316,95	0,27	5,39	1,64	82,52	54,01	310,95
Чай лимонный с сахаром, кг		200	61,76	0,25	0,06	14,77	0,07	0,17	0,10	0,06	1,90	0,54	1,08
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг		50	123,00	3,85	0,42	25,35		0,17	0,10	1,00	20,00	20,50	64,50
Хлеб ржаной, кг		50	123,00	3,85	0,42	25,35		0,17	0,10	1,00	20,00	20,50	64,50
<b>1 нед. Среда</b>													
Завтрак	011397	555	714,73	31,48	16,68	113,05	245,88	0,97	4,28	4,33	70,58	217,17	516,68
Гуляш из свинины, кг		100	193,06	17,17	10,35	7,19	215,64	0,56	3,98	0,78	19,49	27,55	191,14
Каша гречневая рассыпчатая, кг		180	280,66	8,46	16,68	53,96	30,24	0,14	0,10	1,84	12,69	159,12	229,79
Чай с сахаром, кг		200	61,52	0,20	0,05	15,07		0,17	0,10	0,02	0,15	20,50	64,50
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг		50	123,00	3,85	0,42	25,35		0,10	0,10	1,00	20,00	20,50	31,25
Хлеб ржаной, кг		25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	383,22
<b>1 нед. Четверг</b>													
Завтрак	011552	555	629,95	25,89	15,38	97,36	90,21	0,79	44,91	3,63	116,06	94,11	383,22
Тедгелька с рисом в томатном соусе (курица, свинина), кг		100	180,28	16,00	7,46	11,16	23,46	0,37	1,51	0,52	17,07	23,74	170,12
Картофельное пюре, кг		180	177,94	3,96	7,08	26,63	58,31	0,14	28,43	1,19	53,94	36,43	109,91
Напиток фруктовый с ягодами, кг		200	92,22	0,28	0,09	22,75	8,44	0,01	14,77	0,23	6,81	3,45	7,44
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг		50	123,00	3,85	0,42	25,35		0,17	0,10	1,00	20,00	20,50	64,50
Хлеб ржаной, кг		25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
<b>1 нед. Пятница</b>													
Завтрак	011400	550	607,05	27,51	8,98	100,94	343,48	0,67	156,15	4,47	85,08	84,73	330,60
Рагу из курицы с овощами и беби-картофелем, кг		250	290,75	21,18	7,96	34,45	343,48	0,40	25,95	2,49	46,63	52,63	234,85
Напиток из плодов шиповника, кг		200	136,80	0,68	0,28	29,66		0,01	130,00	0,28	0,20	1,60	64,50
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг		50	123,00	3,85	0,42	25,35		0,17	0,10	1,00	20,00	20,50	64,50
Хлеб ржаной, кг		50	123,00	3,85	0,42	25,35		0,17	0,10	1,00	20,00	20,50	64,50