

ЕМУП Столовая № 41

Приложение 8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Утверждаю:
И.О. директора ЕМУП Столовая № 41
Н.С.Аристова



Согласовано:
Директор МАОУ СОШ № 97
В.И.Казарин



Примерное десятидневное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд
Период действия с 01.09.2023 по 31.12.2023
Комплекс 1-4 классы, 81,02 руб. 1 смена

Плановое меню по категории питающихся

Параметры: Организация: ЕМУП Столовая № 41 г. Ека...
 Категория питающихся: 1-4 классы
 Тип планового меню: 81-02 (1-4) 1 смена

Организация	Вес порции	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	A	B1	C	Fe	Ca	Mg	Фосфор
Организация												
Категория питающихся												
1-4 классы												
1 нед. Понедельник												
Завтрак		590,24	19,78	22,13	88,47	148,02	0,18	0,82	1,54	322,93	60,53	299,41
Бутерброд с маслом и сыром 10/20/30, порц	531	590,24	19,78	22,13	88,47	148,02	0,18	0,82	1,54	322,93	60,53	299,41
Каша пшеничная молочная с маслом, кг	60	215,40	7,55	13,48	16,82	107,30	0,04	0,14	0,16	206,90	14,90	141,40
Чай с сахаром, кг	150	211,03	5,60	6,45	33,15	40,72	0,14	0,45	0,97	104,48	35,73	139,47
Йогурт 125г, шт	180	57,04	0,45	0,11	13,56				0,23	0,04	11,54	9,90
Хлеб ржаной, кг	125	71,25	5,00	1,88	17,88							18,54
1 нед. Вторник												
Завтрак	16	35,52	1,18	0,21	7,05				0,37			
Лудинг из творога, кг	506	563,49	23,12	17,67	76,56	120,65	0,14	13,54	3,41	233,79	54,55	320,32
Сгущенное молоко, кг	150	306,13	18,04	15,22	23,96	110,81	0,07	0,50	0,73	166,70	27,18	247,21
Чай лимонный с сахаром, кг	10	32,80	0,72	0,85	5,55	4,70	0,01	0,10	0,02	30,70	3,40	21,90
Фрукт, кг	200	63,44	0,53	0,12	14,77	0,14	0,00	2,94	0,08	14,69	11,08	20,71
Батон витаминизированный, кг	100	47,00	0,40	0,40	9,80	5,00	0,03	10,00	2,20	16,00	9,00	11,00
Хлеб ржаной, кг	30	78,60	2,25	0,87	15,42							
1 нед. Среда												
Завтрак	16	35,52	1,18	0,21	7,05				0,37			
Гуляш из говядины, кг	500	664,40	25,93	22,31	90,77	225,20	0,22	6,02	3,85	111,84	53,59	280,94
Макаронные изделия отварные, кг	90	215,59	13,61	15,40	90,77	225,20	0,22	6,02	3,85	111,84	53,59	280,94
Чай с молоком, кг	150	213,74	5,96	4,29	6,15	187,88	0,08	5,47	2,18	20,87	23,00	147,84
Батон витаминизированный, кг	200	89,88	1,90	1,38	38,55	32,32	0,09		0,88	12,45	8,69	48,00
Хлеб ржаной, кг	30	78,60	2,25	0,87	17,42	5,00	0,01	0,55	0,10	72,83	18,00	65,60
1 нед. Четверг												
Завтрак	30	66,60	2,21	0,39	15,42				0,03		5,70	3,90
Бутерброд с сыром 20/30, порц	500	598,94	26,26	28,57	13,23				0,69			
Омлет натуральный, кг	50	149,20	7,45	6,23	57,75	319,90	0,18	10,91	5,74	440,59	61,03	467,09
Напиток из цикория с молоком, кг	130	242,39	14,30	19,43	15,42	42,00	0,04	0,14	0,14	205,70	14,90	139,50
Фрукт, кг	200	115,95	2,64	2,26	2,56	263,90	0,08	0,23	2,67	107,35	18,14	235,59
Хлеб ржаной, кг	100	47,00	0,40	0,40	21,15	9,00	0,03	0,54	0,28	111,54	18,99	81,00
1 нед. Пятница												
Завтрак	20	44,40	1,47	0,26	8,82	5,00	0,03	10,00	2,20	16,00	9,00	11,00
Суфле из мяса курицы, кг	500	486,95	25,12	11,85	70,85	93,53	0,23	26,34	3,16	102,37	105,42	283,61
Картофельное пюре, кг	90	132,89	16,82	5,74	70,85	93,53	0,23	26,34	3,16	102,37	105,42	283,61
Чай с сахаром, кг	150	145,49	3,33	4,73	4,21	58,55	0,04	0,11	1,19	35,86	57,05	144,22
Батон витаминизированный, кг	200	63,38	0,50	0,13	22,92	34,98	0,16	25,98	1,23	47,99	33,48	99,29
Хлеб ржаной, кг	30	78,60	2,25	0,87	15,07			0,25	0,05	12,83	11,00	20,60
2 нед. Понедельник												
Завтрак	30	66,60	2,21	0,39	15,42				0,03		5,70	3,90
Бутерброд с маслом и сыром 10/20/30, порц	531	579,39	18,41	22,53	85,63	152,07	0,08	0,79	1,00	309,06	50,73	272,93
Каша рисовая молочная с маслом, кг	60	215,40	7,55	13,48	16,82	107,30	0,04	0,14	0,16	206,90	14,90	141,40
Чай с сахаром, кг	150	200,18	4,23	6,85	30,32	44,77	0,04	0,43	0,43	90,61	25,93	112,99
	180	57,04	0,45	0,11	13,56				0,23	0,04	11,54	9,90

Прошито и пронумеровано _____ листов

и.о. Директора ЕМУП Столовая №41

Аристова Н.С.

№61023



Faint, illegible text or table content, possibly a ledger or list, visible through the paper.

Faint, illegible text or table content, possibly a ledger or list, visible through the paper.