

Приложение 8 к СанПиН 2.3./2.4.3590-20

ООО Столовая № 41

Утверждаю:

И.о. директора ООО Столовая № 41

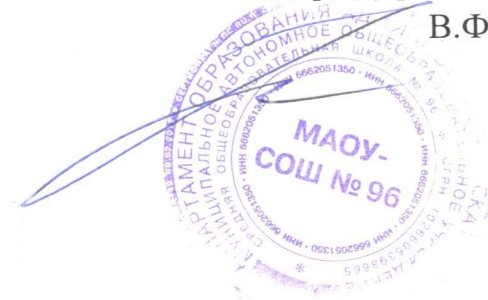
И.В. Лепилина



Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 96

В.Ф. Садрисламова



Примерное меню обедов (2 смена) на 10 дней для общеобразовательных учреждений
города Екатеринбурга (все районы города) в 2024-2025 году

(возрастная группа с 7 до 11 лет)

Период действия 09.01.2025 - 31.05.2025 г.

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ обедов для детей от 7 до 11 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мкг	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг
Понедельник, первая неделя																	
Обед																	
7/22	Салат из картофеля с соленым огурцом и луком репчатым	80	1,04	0,00	3,20	3,20	6,11	56,00	33,00	10,80	19,70	0,38	0,00	24,00	1,52	0,01	19,32
6/1	Уха из минтая	200	5,57	4,63	2,94	0,17	8,97	93,07	11,97	8,54	50,85	0,51	10,08	177,70	0,49	0,06	0,96
8/55	Гуляш из свинины	100	13,90	13,22	14,70	3,04	28,60	309,00	12,82	17,37	114,33	1,95	0,00	16,00	2,19	0,07	0,92
5/74	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150	2,70	0,04	4,00	0,59	21,53	124,83	18,00	30,25	80,83	1,29	19,80	22,92	0,20	0,13	6,20
11/18	Чай с малиной и сахаром	200	0,18	0,00	0,05	0,06	9,63	37,58	1,67	0,77	1,29	0,07	0,00	1,32	0,02	0,00	0,40
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,64	0,00	0,48	0,48	16,68	77,35	14,00	18,80	63,20	1,56	0,00	0,40	0,56	0,08	0,00
-	Хлеб ржаной витаминизированный	50	3,30	0,00	0,60	0,60	20,85	96,69	17,5	23,5	79	1,95	0	0,5	0,7	0,09	0
Итого за 'Обед'		820	29,33	17,89	25,97	8,14	112,37	794,52	108,96	110,03	409,20	7,71	29,88	242,84	5,68	0,44	27,80
Итого за день			29,33	17,89	25,97	8,14	112,37	794,52	108,96	110,03	409,20	7,71	29,88	242,84	5,68	0,44	27,80
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 7-11 лет)			77,00	54,00	79,00	60,00	335,00	2350,00	1100,00	250,00	110,00	12,00	700,00	700,00	700,00	1,40	60,00
Выполнение, %			38,09	33,13	32,87	13,57	33,54	33,81	9,91	44,01	372,00	64,25	4,27	34,69	0,81	31,43	46,33
Содержание, % от калорийности			20,00		32,00		48,00										
Соотношение Б:Ж:У			1,4:1:3,4														
Соотношение Са:Р			1:1,5														

