

Утверждаю:

Директор ООО Столовая № 41

Н.С. Аристова



Приложение 8 к СанПин 2.3.12.4.3590-20

Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 96

В.Ф. Садрисламова



Примерное десятидневное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

Период действия 01.09.2025 - 31.12.2025

Комплекс за счет средств субсидии бесплатное одноразовое питание
для учащихся с диагнозом непереносимость глютена
1 - 4 класс, 108,64 руб

Плановое меню по категории питающихся

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

Категория питающихся: 1-4 классы безлуктенное

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

Организация

Категория питающихся

Название

1-4 классы

№ рецепта

Вес порции

Ккал

Белки

Жиры

Углеводы

A

B1

C

Fe

Ca

Mg

Фосфор

1 нед. Понедельник	Завтрак	Яйцо вареное, 1 шт	011357	500	487,21	19,05	18,01	63,63	226,80	0,17	3,85	3,20	171,01	71,82	415,95
		Каша пшеничная молочная с маслом, кг	011584	90	128,70	11,30	8,56	0,64	226,80	0,17	3,85	3,20	171,01	71,82	415,95
		Чай лимонный с сахаром, кг	011343	210	236,75	7,49	9,40	48,22	81,73	0,17	0,17	1,50	50,00	10,80	178,20
	1 нед. Вторник	Завтрак		200	61,76	0,25	0,06	14,77	0,07	0,17	3,68	0,06	118,51	60,48	236,67
2 нед. Среда	Завтрак	Смесь овощей с яйцом, кг	011506	500	356,62	13,76	18,27	37,03	133,07	0,19	82,86	2,47	89,34	34,52	226,27
		Чай с сахаром, кг	011342	200	243,10	13,30	18,05	8,16	130,07	0,19	82,86	2,47	89,34	34,52	226,27
		Фрукт, кг	011337	200	61,52	0,20	0,05	15,07	0,16	78,16	2,36	83,19	29,52	215,27	
	1 нед. Четверг	Завтрак		100	52,00	0,26	0,17	13,81	3,00	0,03	4,60	0,10	6,00	5,00	11,00
1 нед. Пятница	Завтрак	Закуска из огурцов свежих с подсолнечным маслом, кг	011369	500	520,49	22,13	18,98	69,00	240,30	0,59	8,11	2,31	39,34	169,69	374,11
		Поджарка из свинины без пшеницы, кг	011842	50	51,70	0,29	5,05	1,63	240,30	0,59	8,11	2,31	39,34	169,69	374,11
		Каша гречневая рассычатая, кг	011414	90	157,55	14,07	8,96	4,63	2,25	0,47	1,26	0,15	7,28	5,85	10,80
	1 нед. Суббота	Чай лимонный с сахаром, кг	011343	180	249,47	7,52	4,92	47,97	26,88	0,13	3,17	0,48	18,88	21,86	157,97
2 нед. Воскресенье	Завтрак	Закуска из помидоров и огурцов с маслом, кг	011370	500	413,97	7,23	9,13	78,54	80,84	0,10	4,86	0,95	107,69	71,44	180,36
		Омлет натуральный, кг	011358	200	300,46	6,77	8,90	49,66	80,84	0,10	4,86	0,95	107,69	71,44	180,36
		Чай с молоком, кг	011342	200	61,52	0,20	0,05	15,07	77,84	0,07	0,16	0,83	101,54	66,44	169,36
	1 нед. Вторник	Завтрак		100	52,00	0,26	0,17	13,81	3,00	0,03	4,60	0,10	6,00	5,00	11,00
2 нед. Среда	Завтрак	Закуска из морских капуст с яйцом, кг	011511	500	472,48	12,29	19,19	62,39	263,70	0,09	1,77	2,64	213,88	85,05	229,27
		Каша рисовая молочная с маслом, кг	011467	100	130,80	6,49	9,56	62,39	263,70	0,09	1,77	2,64	213,88	85,05	229,27
		Чай с сахаром, кг	011342	200	280,17	5,60	9,67	5,11	75,00	0,05	1,50	2,26	109,20	65,90	110,10
	1 нед. Четверг	Завтрак		200	61,52	0,20	0,05	15,07	88,65	0,04	0,17	0,37	104,53	19,15	119,17
2 нед. Пятница	Завтрак	Закуска творожно-морковная без пшеницы, кг	011846	500	411,24	18,73	13,99	55,39	414,86	0,09	13,00	0,68	136,56	23,49	192,44
		Чай лимонный с сахаром, кг	011343	150	271,48	18,09	13,68	19,91	410,29	0,04	2,42	0,47	126,66	15,45	174,66
		Фрукт, кг	011337	200	61,76	0,25	0,06	14,77	0,07	3,68	0,06	1,90	0,54	1,08	16,50
	2 нед. Суббота	Завтрак		150	78,00	0,39	0,26	20,72	4,50	0,05	6,90	0,15	9,00	7,50	16,50
					538,76	20,08	19,33	69,72	239,73	0,12	0,37	2,66	215,10	59,10	393,46

Завтрак													
Яйцо вареное, 1 шт													
Каша Дружба (пшено, рис) с маслом, кг													
Чай с молоком, кг													
011357	500	538,76	20,08	19,33	69,72	239,73	0,12	0,37	2,65	215,10	59,10	393,46	
011356	90	128,70	11,30	8,56	0,64	144,00			1,64	50,60	10,80	178,20	
011344	210	323,54	6,93	9,73	51,81	81,73	0,12	0,17	1,00	104,35	42,80	169,26	
2 нед. Четверг													
Завтрак													
Картофельное пюре 2, кг													
011941	500	318,16	18,04	7,52	46,75	485,00	0,19	0,20	0,02	60,15	5,50	46,00	
011903	160	131,35	3,60	2,61	45,75	485,00	0,19	30,08	1,99	123,55	80,47	293,91	
011342	90	104,79	13,77	4,74	25,08	20,16	0,14	27,00	1,13	45,55	34,10	100,10	
Чай с сахаром, кг													
011770	200	61,52	0,20	0,05	0,81	47,34		0,03	0,69	61,35	40,37	176,31	
Закуска морковные палочки, кг													
2 нед. Пятница													
Завтрак													
Закуска из помидоров и огурцов с маслом, кг													
011370	500	466,56	21,09	31,84	4,79	417,50	0,05	0,10	0,02	0,15	6,00	17,50	
011359	100	104,60	0,68	10,14	23,36	251,75		7,14	2,58	240,12	36,95	385,90	
011947	200	300,44	20,21	21,66	3,37	19,30		6,88	0,29	12,17	10,90	21,60	
Чай Каркаде с сахаром, кг													
011947	200	61,52	0,20	0,05	4,92	232,45		0,16	2,27	227,80	26,05	364,30	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 98160421728937443086516107854325912870385464152

Владелец Садрисламова Валентина Федоровна

Действителен с 25.10.2023 по 24.10.2024