

Утверждаю:

И.О. директора ЕМУП Столовая № 41

Е.В.Гайнетдинова



Согласовано:

Директор МАУ СОШ № 10

А.В.Кузнецов



Примерное десятидневное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд

Период действия с 01.09.2022 г по 31.05.2023 г

Комплекс выпечка

Плановое меню по категории питающихся

Параметры: Категория питающихся: 1-4 классы
 Тип планового меню: 20-00 Комплекс/ выпечка родительская плата
 Отбор: Комплекс Равно "Основной"

Категория питающихся	День недели	Время	Название	Номенклатура	№ рецепта	Детализация	Вес порции	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	А	B1	C	Fe	Ca	Mg	Фосфор
1-4 классы	1 нед. Понедельник	Завтрак	Язык слоёный 75		58	75	75,0	337,32	5,22	16,38	44,51		0,09	0,08	0,65	15,60	8,06	47,09
	1 нед. Вторник	Завтрак	Ватрушка с повидлом 100		695	100	100,0	243,41	6,59	4,49	37,86		0,05	0,03	0,84	14,02	6,14	37,28
	1 нед. Среда	Завтрак	Пирожок печеный с яблоками 100		738	100	100,0	289,27	8,51	8,55	39,52		0,07	1,91	1,38	19,11	10,66	50,67
	1 нед. Четверг	Завтрак	Булочка с корицей 70		783	70	70,0	294,70	7,39	10,11	44,73		0,08	0,09	0,64	31,46	9,52	55,04
	1 нед. Пятница	Завтрак	Шаньга с картофелем 120		8/19	120	120,0	319,34	10,15	10,68	47,07		0,13	0,04	1,02	30,89	10,39	403,28
	2 нед. Понедельник	Завтрак	Булочка домашняя 90		769	90	90,0	379,55	9,56	14,02	55,64		0,11	0,09	0,86	17,24	10,14	59,04
	2 нед. Вторник	Завтрак	Ватрушка со сметаной 100г		695	100	100,0	369,15	11,81	12,09	55,21		0,13	0,09	1,06	43,94	14,17	88,35
	2 нед. Среда	Завтрак	Булочка с маком 70		ТТК№22	70	70,0	284,45	7,56	10,98	40,10		0,07	0,07	0,88	57,88	16,96	73,15
	2 нед. Четверг	Завтрак	Пирожок печеный с яблоками 100		738	100	100,0	289,27	8,51	8,55	39,52		0,07	1,91	1,38	19,11	10,66	50,67
	2 нед. Пятница	Завтрак	Ватрушка с повидлом 100		695	100	100,0	243,41	6,59	4,49	37,86		0,05	0,03	0,84	14,02	6,14	37,28
					695	100	100,0	243,41	6,59	4,49	37,86		0,05	0,03	0,84	14,02	6,14	37,28