

Утверждаю:

И.О. директора ЕМУП Столовая № 41

Н.С.Аристова



Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 10

А.В.Кузнецов



Примерное десятидневное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд

Период действия с 9.01.2023 г по 31.12.2023 г

Комплекс выпечка род. плата 20,00 руб.

Плановое меню по категории питающихся

Параметры:		Категория питающихся: 1-4 классы		Тип планового меню: 20-00 Комплекс/ выпечка родительская плата		Отбор:		Комплекс Равно "Основной"		Кал		Белки		Жиры		Углеводы		A		B1		C		Fe		Ca		Mg		Фосфор	
Категория питающихся		Вес порции		Кал		Белки		Жиры		Углеводы		A		B1		C		Fe		Ca		Mg		Фосфор							
День недели		Время		Название		Номенклатура		№ рецепта		Детализация		Вес брутто		Вес нетто																	
1-4 классы																															
1 нед. Понедельник		Завтрак		337,32		5,22		16,38		44,51		0,09		0,08		0,65		15,60		8,06		47,09									
		Язычок слоёный 75		75,0		5,22		16,38		44,51		0,09		0,08		0,65		15,60		8,06		47,09									
1 нед. Вторник		Завтрак		243,41		6,59		4,49		37,86		39,89		0,05		0,03		0,84		6,14		37,28									
		Ватрушка с повидлом 100		100,0		243,41		6,59		37,86		39,89		0,05		0,03		0,84		6,14		37,28									
1 нед. Среда		Завтрак		242,20		7,77		7,80		36,32		561,47		0,10		0,03		0,78		23,06		7,92		307,65							
		Шанга с картофелем 100		100,0		242,20		7,77		36,32		561,47		0,10		0,03		0,78		23,06		7,92		307,65							
1 нед. Четверг		Завтрак		236,93		7,39		4,91		41,84		32,09		0,08		0,08		0,60		28,71		9,02		51,06							
		Булочка с корицей 70		70,0		236,93		7,39		41,84		32,09		0,08		0,08		0,60		28,71		9,02		51,06							
1 нед. Пятница		Завтрак		289,27		8,51		8,55		39,52		56,17		0,07		1,91		1,38		19,11		10,66		50,67							
		Пирожок печеный с яблоками 100		100,0		289,27		8,51		39,52		56,17		0,07		1,91		1,38		19,11		10,66		50,67							
2 нед. Понедельник		Завтрак		379,55		9,56		14,02		55,64		92,66		0,11				0,86		17,24		10,14		59,04							
		Булочка домашняя 90		90,0		379,55		9,56		14,02		55,64		0,11				0,86		17,24		10,14		59,04							
2 нед. Вторник		Завтрак		369,15		11,81		12,09		55,21		90,15		0,13		0,09		1,06		43,94		14,17		88,35							
		Ватрушка со сметаной 100г		100,0		369,15		11,81		55,21		90,15		0,13		0,09		1,06		43,94		14,17		88,35							
2 нед. Среда		Завтрак		284,45		7,56		10,98		40,10		81,86		0,07		0,07		0,88		57,88		16,96		73,15							
		Булочка с маком 70		70,0		284,45		7,56		40,10		81,86		0,07		0,07		0,88		57,88		16,96		73,15							
2 нед. Четверг		Завтрак		289,27		8,51		8,55		39,52		56,17		0,07		1,91		1,38		19,11		10,66		50,67							
		Пирожок печеный с яблоками 100		100,0		289,27		8,51		39,52		56,17		0,07		1,91		1,38		19,11		10,66		50,67							
2 нед. Пятница		Завтрак		243,41		6,59		4,49		37,86		39,89		0,05		0,03		0,84		14,02		6,14		37,28							
		Ватрушка с повидлом 100		100,0		243,41		6,59		37,86		39,89		0,05		0,03		0,84		14,02		6,14		37,28							