

Утверждаю:

И.О. директора ЕМУП Столовая №41

Е.В.Гайнетдинова



Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 26

Н.А. Ляпина



**Примерное десятидневное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд**

**Период действия с 26.09.2022 г по 31.12.2022 г**

**Комплекс Суп. 25-00**

# Плановое меню по категории питающихся

Параметры: Категория питающихся: 1-4 классы

Тип планового меню: 25 сул

Отбор: Комплекс Равно "Школа 26"

Категория питающихся	День недели	Время	Название	Номенклатура	№ рецепта	Детализация	Вес порции	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	А	В1	С	Fe	Ca	Mg	Фосфор	Вес	Детализация
																			Вес	Вес нетто
1-4 классы																				
1 нед. Понедельник																				
		Обед	Щи из капусты с картофелем со сметаной 250/5		120/3	250/5	255,0	116,38	1,87	6,31	13,29	149,82	0,10	19,02	0,81	29,04	20,16	56,40	120/3	250/5
		1 нед. Вторник	Обед	Сул гороховый	139	250	250,0	187,78	8,43	5,07	27,30	116,21	0,36	11,59	2,97	54,79	51,70	56,40	139	250
		1 нед. Среда	Обед	Борщ, Морщюк со сметаной 250/5	25	250/5	255,0	111,86	1,83	6,20	12,26	92,23	0,08	20,46	0,99	46,23	36,90	51,22	25	250/5
		1 нед. Четверг	Обед	Сул-пюре из разных овощей 250	167/3	250	250,0	103,47	2,50	5,05	12,46	145,56	0,06	3,25	0,53	61,83	16,44	68,65	167/3	250
		1 нед. Пятница	Обед	Сул с макаронными изделиями.	148	250	250,0	128,55	2,39	5,07	15,80	145,56	0,06	3,25	0,53	61,83	16,44	68,65	148	250
		2 нед. Понедельник	Обед	Сул крестьянский со сметаной 250/5	120/3	250/5	255,0	124,73	2,55	6,50	14,09	92,23	0,10	20,11	0,82	33,98	22,07	60,25	120/3	250/5
		2 нед. Вторник	Обед	Сул-пюре из картофеля с гречками 250/10.	171	250/10	260,0	136,77	3,85	3,89	21,74	65,25	0,14	19,12	1,04	62,89	28,48	98,05	171	250/10
		2 нед. Среда	Обед	Борщ с капустой и картофелем со сметаной 250/5,	110	250/5	255,0	125,39	2,09	6,21	15,35	108,84	0,08	19,37	1,24	42,81	24,48	57,06	110	250/5
		2 нед. Четверг	Обед	Сул картофельный с крупной (пшено), сметаной и курдюцей 250/5/20	138	250/5	255,0	152,20	8,54	4,55	19,44	107,07	0,15	15,40	1,35	25,09	47,41	115,85	138	250/5
		2 нед. Пятница	Обед	Сул из овощей со сметаной 250/5.	132/3	250/5	255,0	129,92	2,31	7,33	13,80	112,99	0,11	25,62	0,91	33,88	23,20	62,63	132/3	250/5