

ЕМУП Столовая № 41

Приложение 8 к СанПиН 2.3.12.4.3590-20

Утверждаю:

И.О. директора ЕМУП Столовая № 41

Н.С. Аристова
Столовая
№ 41



Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 26

Н.А. Ляпина



Примерное десятидневное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

Период действия с 9.01.2023 по 31.12.2023

1-4 класс (обеды) 90,00

12/19/2	200/10/5	07/0/04	25/0/04	72/30	11/24	0,39	37,04	4,21	94,75	97,92	302,73
Рисоланы витаминизированный со сметаной и курицей 200/10/5		210,0	117,77	3,39	6,25	11,99	72,80	0,08	10,98	23,60	22,23
Котлеты "Хугорские" по 90	80	90,0	166,71	16,26	8,36	6,58	3,24	0,08	1,17	17,38	40,72
Пюре картофельное 150	150	150,0	148,10	3,23	5,21	21,99	35,10	0,16	25,74	1,20	42,84
Чай с сахаром	200	200,0	60,56	0,10	0,03	14,99			0,05	2,83	35,77
Хлеб витаминизированный пшеничный	20	20,0	49,20	1,55	0,17	10,14					2,20
Хлеб ржаной	15	15,0	33,30	1,11	0,19	6,61					8,00
2 нед. Среды											
Обед											
Борщ с капустой и картофелем со сметаной 200/5	110	690,0	629,04	33,95	15,53	88,39	217,21	0,45	18,78	7,04	85,37
Колбаса "Витаминная" 90	64	205,0	96,39	1,65	5,15	10,96	92,14	0,05	16,14	0,90	38,96
Каша гречневая рассычатая 150	90	90,0	133,10	20,78	3,68	4,78	91,06	0,05	0,59	1,30	14,60
Чай лимонный 5	150	150,0	231,39	7,96	6,20	36,01	33,91	0,27	4,26	16,88	74,46
Хлеб витаминизированный пшеничный	200	200,0	62,26	0,15	0,03	15,14	0,10		2,05	0,08	126,22
Хлеб ржаной	25	25,0	61,50	1,94	0,21	12,68			4,93	2,80	189,44
2 нед. Четверг											
Обед											
Суп-пюре из разных овощей с гречками 200/5.	167/3	695,0	710,69	29,16	23,54	95,34	327,34	0,30	11,26	3,44	132,46
Фрикасе из филе птицы 50/50	205,0	107,78	2,95	4,13	15,03	117,59	0,07	6,59	0,73	64,96	90,82
Макаронные изделия отварные 150	100,0	21,42	17,28	14,21	3,41	177,10	0,05	0,82	1,13	39,24	63,46
Напиток ягодный	150,0	212,59	5,75	4,80	36,70	32,65	0,09	0,87	14,16	8,54	140,36
Хлеб витаминизированный пшеничный	200	200,0	84,10	0,13	20,91				3,75	0,21	4,10
Хлеб ржаной	25	25,0	61,50	1,94	0,21	12,68			0,50	10,00	2,75
2 нед. Пятница											
Обед											
Суп с макаронными изделиями и курицей 200/5 ТТК	5	685,0	559,27	26,65	18,25	70,81	502,52	0,33	22,13	3,61	98,42
Пюре картофельное с морковью	22	205,0	112,34	3,62	4,38	12,78	61,43	0,04	1,27	0,47	98,42
Клеи мясные 90	150	150,0	143,12	2,94	6,03	20,21	417,54	0,16	20,81	1,00	57,33
Чай с сахаром	48	90,0	149,65	16,97	7,38	3,87	17,55	0,06	1,69	18,50	29,77
Хлеб витаминизированный пшеничный	628	200,0	60,56	0,10	0,03	14,99			0,05	0,05	45,68
Хлеб ржаной	20	20,0	49,20	1,55	0,17	10,14					2,20
	20	20,0	44,40	1,47	0,26	8,82			0,07	0,40	8,00