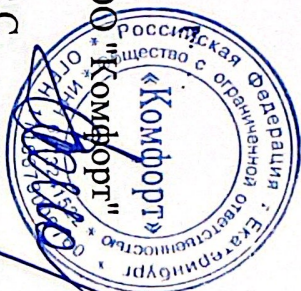


Утверждаю

Директор ООО «Комфорт»

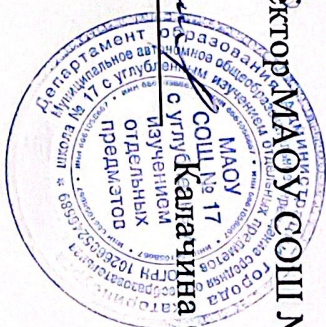
Помагилов С.С.



Согласовано

Директор МАОУ СОШ № 17

Давыдова О.В.



Примерное меню обедов (2 смена) на 10 дней для общеобразовательных учреждений
города Екатеринбургa (все районы города) в 2024-2025 году

(возрастная группа с 12 лет и старше)

Период действия меню: со 02.09.2024 по 31.12.2024

Средн. первая неделя

7/75	Салат из белокочанной капусты с яблоками, морковью и растительным маслом	100	1,40	0,00	6,00	6,00	7,70	94,00	40,50	33,52	48,61	0,70	0,00	1800,00	2,56	0,05	34,70
6/57 (2004 № 139)	Суп картофельный с бобовыми	250	12,44	2,91	7,77	3,20	22,16	208,00	43,14	39,60	106,65	2,47	18,36	411,80	1,99	0,22	5,10
9/17	Плов из птицы (безро курице) с курдюком	250	19,44	19,44	23,37	8,98	55,36	508,50	37,71	59,98	256,92	2,19	31,03	356,50	4,54	0,14	2,00
11/56	Чай "Каркаде" с сахаром	200	0,18	0,00	0,04	0,05	13,75	53,14	0,40	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	3,30	0,00	0,60	0,60	20,85	96,69	17,5	23,5	79	1,95	0	0,5	0,7	0,09	0
-	Хлеб ржаной витаминизированный	50	3,30	0,00	0,60	0,60	20,85	96,69	17,5	23,5	79	1,95	0	0,5	0,7	0,09	0
-	Итого за "Обед"	40,06	22,35	38,38	19,43	143,67	1057,02	156,75	180,10	570,18	9,20	49,39	2569,30	10,49	0,59	41,80	
-	Итого за день	40,06	22,35	38,38	19,43	143,67	1057,02	156,75	180,10	570,18	9,20	49,39	2569,30	10,49	0,59	41,80	
-	Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 12 лет и старше)	90,00	0,00	92,00	0,00	383,00	2720,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	900,00	0,00	1,60	70,00	
-	Выполнение, %	44,51	0,00	41,72	0,00	37,51	38,86	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	285,48	0,00	36,88	59,71	
-	Соержание, % от калорийности	12,00		37,00		51,00											

Соотношение Б:Ж:У 1:1,3:4,1
Соотношение Са:Р 1:4,7

Четверг, первая неделя

7/59	Салат из свежих томатов с растительным маслом	100	1,00	1,00	6,10	6,10	3,50	77,00	14,70	18,50	52,23	1,10	0,00	1508,85	3,73	0,05	23,00
6/2	Борщ с морской капустой	250	5,31	3,21	10,73	8,00	16,16	176,44	50,08	49,84	80,93	3,42	7,32	435,96	4,42	0,05	8,23
8/26	Тертый мясной (говядина, свиная) с отрубями	100	14,07	11,68	18,98	2,12	20,00	321,00	13,04	22,55	131,51	1,79	0,00	0,00	1,73	0,30	0,11
5/58	Пюре картофельное	180	3,94	0,90	5,11	0,56	27,50	170,20	55,83	39,29	117,14	1,44	29,77	37,99	0,21	0,16	10,99
11/53	Напиток из плодов шиповника	200	0,80	0,00	0,33	0,33	36,17	138,10	14,55	3,88	3,79	0,76	0,00	196,08	0,91	0,01	96,00
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	50	3,30	0,00	0,60	0,60	20,85	96,69	17,5	23,5	79	1,95	0	0,5	0,7	0,09	0
-	Хлеб ржаной витаминизированный	50	3,30	0,00	0,60	0,60	20,85	96,69	17,5	23,5	79	1,95	0	0,5	0,7	0,09	0
-	Итого за "Обед"	31,72	16,79	42,45	18,31	145,03	1076,11	183,20	181,06	543,60	12,41	37,09	2179,88	12,40	0,75	138,33	
-	Итого за день	31,72	16,79	42,45	18,31	145,03	1076,11	183,20	181,06	543,60	12,41	37,09	2179,88	12,40	0,75	138,33	
-	Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 12 лет и старше)	90,00	0,00	92,00	0,00	383,00	2720,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	900,00	0,00	1,60	70,00	
-	Выполнение, %	35,24	0,00	46,14	0,00	37,87	39,56	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	242,21	0,00	46,88	197,61	
-	Соержание, % от калорийности	17,00		24,00		59,00											

Соотношение Б:Ж:У 1,6:1,5:7
Соотношение Са:Р 1:2,2

Вторник, 17 мая 2016

Обед

7/19	Салат из моркови, сахара и масла, с растительным маслом	100	1,34	0,00	3,03	3,03	19,97	104,92	24,26	33,94	49,18	0,64	0,00	1860,00	1,69	0,05	4,47
6/70	Рассольник Ленинградский со сметаной	250	5,55	3,05	12,08	8,04	17,95	199,79	36,63	29,91	93,98	1,38	16,71	420,37	4,26	0,09	6,07
10/5	Филе минтая тушенное с овощами	120	19,44	16,21	23,37	8,98	55,36	508,50	31,71	59,98	256,92	2,19	31,03	356,50	4,54	0,11	2,00
5/58	Пюре картофельное	180	3,94	0,90	5,11	0,56	27,50	170,20	55,83	39,29	117,14	1,44	29,77	37,99	0,21	0,16	10,99
11/1	Напиток ассорти из красных ягод	200	0,14	0,00	0,10	0,10	21,64	83,96	5,43	1,33	2,98	0,14	0,00	1,60	0,20	0,00	1,20
-	Хлеб пшеничный выпеченный	20	1,32	0,00	0,24	0,24	8,34	38,68	7,00	9,40	31,60	0,78	0,00	0,20	0,28	0,04	0,00
-	Хлеб ржаной выпеченный	40	2,64	0,00	0,48	0,48	16,68	77,35	14,00	18,80	63,20	1,56	0,00	0,40	0,56	0,08	0,00
-	Итого за 'Обед'	34,37	20,16	44,41	21,43	167,44	1183,40	174,86	192,65	615,00	8,13	77,51	2677,06	11,74	0,53	24,73	
-	Итого за день	34,37	20,16	44,41	21,43	167,44	1183,40	174,86	192,65	615,00	8,13	77,51	2677,06	11,74	0,53	24,73	
-	Норма (СмДпИ 2.3/2.4.3590-20 12 лет и старше)	90,00	0,00	92,00	0,00	383,00	2720,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	900,00	0,00	1,60	70,00	
-	Выполнение, %	38,19	0,00	48,27	0,00	43,72	43,51	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	297,45	0,00	33,13	35,33	
-	Соержание, % от калорийности	14,00		43,00		43,00											

Соотношение Б:Ж:У 1:1,4:3,2
Соотношение Са:Р 1:2,1

Среда, 18 мая 2016

Обед

7/22	Салат из картофеля с соевым маслом и другим растительным	100	1,31	0,00	4,00	4,00	7,64	69,94	41,22	13,53	24,63	0,48	0,00	30,00	1,90	0,01	24,15
6/73	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	250	5,44	3,21	11,25	7,07	12,32	168,07	55,93	27,52	75,99	1,25	17,06	430,69	3,87	0,07	12,36
8/81	Гречка по-Дарски с мясом и овощами (свинина 6%)	250	29,86	17,85	11,66	3,41	59,24	489,40	25,81	22,88	136,80	1,91	10,20	14,12	1,35	0,27	3,23
11/56	Чай с сахаром	200	0,18	0,00	0,04	0,05	13,75	53,14	0,40	0,00	0,00	0,04	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
-	Хлеб пшеничный выпеченный	50	3,30	0,00	0,60	0,60	20,85	96,69	17,5	23,5	79	1,95	0	0,5	0,7	0,09	0
-	Хлеб ржаной выпеченный	30	1,98	0,00	0,36	0,36	12,51	58,01	10,50	14,10	47,40	1,17	0,00	0,30	0,42	0,05	0,00
-	Итого за 'Обед'	43,07	21,06	27,91	15,49	126,31	935,25	151,36	101,53	363,82	6,80	27,26	475,61	8,24	0,49	39,74	
-	Итого за день	43,07	21,06	27,91	15,49	126,31	935,25	151,36	101,53	363,82	6,80	27,26	475,61	8,24	0,49	39,74	
-	Норма (СмДпИ 2.3/2.4.3590-20 12 лет и старше)	90,00	0,00	92,00	0,00	383,00	2720,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	900,00	0,00	1,60	70,00	
-	Выполнение, %	46,74	0,00	30,34	0,00	32,98	34,38	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	52,85	0,00	30,63	56,77	
-	Соержание, % от калорийности	13,00		34,00		53,00											

Соотношение Б:Ж:У 1:1,2:4,1
Соотношение Са:Р 1:4,4

