



И.о. директора ООО Столовая № 41
Утверждаю:
И.В. Лепилина

Согласовано:

Директор МАОУ Гимназия № 120

И.А. Писклова



Примерное десятидневное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

Период действия 09.01.2025 - 31.05.2025 г..

Комплекс для учащихся с диагнозом непереносимость глютена

1 - 4 класс

Плановое меню по категории питающихся

Параметры: Организация: ООО Столовая № 41 г. Екат...
 Категория питающихся: 1-4 классы
 Тип планового меню: (1-4) 1 смена
 Процент отклонений:
 Столовая Равно (1-4) 1 смена" И
 Комплекс Равно "Безглютеновая диета"

Отбор:

Организация	Категория питающихся	Название	Номенклатура	№ рецепта	Детализация	Вес порции	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	A	B1	C	Fe	Ca	Mg	Фосфор
ООО Столовая № 41 г. Екатеринбург	1-4 классы			Вес брутто	Вес нетто												
1 нед. Понедельник	Завтрак	Закуска из морской капусты с яйцом, кг	1000	011511		500	536,32	13,68	18,78	78,36	236,72	0,33	5,02	4,45	122,72	138,86	297,80
				011504		100	130,80	6,49	9,56	5,11	75,00	0,05	1,50	2,26	109,20	65,90	110,10
				011342		200	344,00	6,99	9,17	58,18	161,72	0,28	3,42	2,17	13,37	72,96	187,70
						200	61,52	0,20	0,05	15,07	0,15	0,10	0,02	0,15	0,10	0,02	0,15
1 нед. Вторник	Завтрак	Смесь овощная с яйцом, кг	1000 г	011506		460	308,25	11,15	14,66	35,10	107,12	0,16	70,81	2,04	74,45	29,16	184,30
				011343		160	194,48	10,64	14,44	6,52	104,05	0,13	62,53	1,89	66,55	23,62	172,21
				011337		200	61,76	0,25	0,06	14,77	0,07	3,68	0,06	1,90	0,54	1,08	
						100	52,00	0,26	0,17	13,81	3,00	0,03	4,60	0,10	6,00	5,00	11,00
1 нед. Среда	Завтрак	Закуска из огурцов свежих с подсолнечным маслом, кг	1000 г	011369		500	644,71	20,28	25,15	86,12	203,29	0,23	139,91	3,55	34,61	167,30	331,06
				011414		160	249,47	7,52	4,92	47,97	26,88	0,13	130,00	0,28	0,20	1,60	204,26
				011348		200	136,80	0,68	0,28	29,66	0,01	10,58	2,59	84,23	23,70	275,97	
						200	393,80	17,03	20,22	36,42	213,37	0,05	10,58	2,59	84,23	23,70	275,97
1 нед. Четверг	Завтрак	Скрембл, кг	1000	011503		150	254,04	16,39	19,91	0,94	208,80	0,07	3,68	0,06	1,90	0,54	1,08
				011343		200	61,76	0,25	0,06	14,77	0,07	3,68	0,06	1,90	0,54	1,08	
				011337		150	78,00	0,39	0,26	20,72	4,50	0,05	6,90	0,15	9,00	7,50	16,50
						150	538,78	15,71	32,17	48,99	17,34	0,25	53,30	2,21	51,47	64,84	227,40
1 нед. Пятница	Завтрак	Закуска из помидоров и огурцов с маслом, кг	1000	011370		500	538,78	15,71	32,17	48,99	17,34	0,25	53,30	2,21	51,47	64,84	227,40
				011484		60	62,76	0,41	6,08	2,02	11,58	0,08	4,13	0,17	7,30	6,54	12,96
				011505		80	146,61	11,76	9,38	3,72	4,78	0,16	17,38	0,53	18,59	20,04	121,48
				011342		160	267,90	3,35	16,66	28,17	0,99	0,16	31,69	1,49	25,43	38,26	92,96
2 нед. Понедельник	Завтрак	Яйцо вареное, 1 шт	1 шт	011357		500	360,73	9,27	4,98	69,66	116,88	0,04	1,83	1,69	40,15	23,38	141,76
				011507		45	64,35	5,65	4,28	0,32	72,00	0,04	1,83	1,69	40,15	23,38	141,76
				011342		255	234,86	3,42	0,65	54,27	44,88	0,04	1,73	0,85	14,70	17,98	52,66
						200	61,52	0,20	0,05	15,07	0,05	0,10	0,02	0,15	0,10	0,02	0,15
2 нед. Вторник	Завтрак	Запеканка из тыквы с яблоками, кг	1000	011512		500	449,88	10,53	16,38	69,20	559,27	0,16	20,02	2,24	65,40	28,52	180,60
				011343		200	336,12	10,02	16,15	40,62	556,20	0,13	11,74	2,08	57,50	22,98	168,52
				011337		200	61,76	0,25	0,06	14,77	0,07	3,68	0,06	1,90	0,54	1,08	
						100	52,00	0,26	0,17	13,81	3,00	0,03	4,60	0,10	6,00	5,00	11,00
2 нед. Среда	Завтрак	Закуска из помидоров и огурцов с маслом, кг	1000	011370		500	600,65	16,22	33,76	60,12	91,05	0,17	36,83	2,32	75,83	87,21	256,42
				011468		60	62,76	0,41	6,08	2,02	11,58	0,01	4,13	0,17	7,30	6,54	12,96
				011505		80	178,49	12,24	10,92	7,17	67,48	0,16	0,59	0,51	39,65	40,16	146,51
				011347		160	267,90	3,35	16,66	28,17	0,99	0,16	31,69	1,49	25,43	38,26	92,96
2 нед. Четверг	Завтрак	Напиток фруктово-ягодный, кг	1000	011347		200	91,50	0,23	0,11	22,76	11,00	0,03	0,43	0,15	3,45	2,25	4,00
						200	417,16	16,37	24,95	32,48	227,28	0,03	14,29	2,56	81,69	27,32	268,96
						500	417,16	16,37	24,95	32,48	227,28	0,03	14,29	2,56	81,69	27,32	268,96
						500	417,16	16,37	24,95	32,48	227,28	0,03	14,29	2,56	81,69	27,32	268,96

Скромбл с жареными помидорами, кг	011510	1000	200	303,64	15,91	24,72	3,60	224,28	9,59	2,44	75,54	22,32	257,96
Чай с сахаром, кг	011342	1000	200	61,52	0,20	0,05	15,07		0,10	0,02	0,15		
Фрукт, кг	011337	1000 г	100	52,00	0,26	0,17	13,81	3,00	4,60	0,10	6,00	5,00	
2 нед. Пятница													
Завтрак													
Закуска из огурцов свежих с подсолнечным маслом, кг	011369	1000	500	542,22	30,52	21,31	57,05	265,14	0,65	0,03			11,00
Гуляш из курицы, кг	011423	1000 г	60	62,04	0,35	6,06	1,96	2,70	8,77	5,54	105,97	106,61	400,40
Горошница, кг	011495	1000 г	90	148,88	15,87	6,37	6,46	199,37	1,51	0,17	8,74	7,02	12,96
Чай лимонный с сахаром, кг		1000 г	150	269,53	14,04	8,83	33,86	63,00	3,58	0,63	16,08	25,86	161,10
	011343	1000	200	61,76	0,25	0,06	14,77	0,07	0,55	4,69	79,25	73,19	225,26
									3,68	0,06	1,90	0,54	1,08