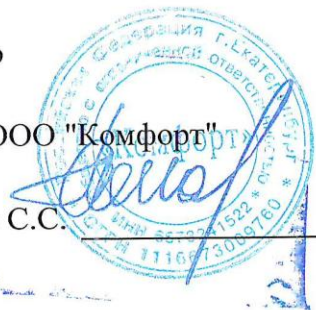


Утверждаю

Директор ООО "Комфорт"

Поматиллов С.С.



Согласовано

Директор МАОУ лицей № 109

Кудимова Ю. А.



Примерное 2-х разовое меню для детей с исключением молока и молочных продуктов на 10 дней для общеобразовательных учреждений города Екатеринбурга (все районы города) в 2024-2025 году

(возрастная группа с 7 до 11 лет)

Период действия меню: с 09.01.2025 по 31.05.2025

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ 2-х разового питания для детей от 7 до 11 лет, с исключением молока и молочных продуктов

[illegible]

[illegible]

Завтрак

Итого за 'Завтрак'

Обед

Итого за 'Обед'

Итого за день

Выполнение, %

Содержание, % от
калорийности

Соотношение Б:Ж:У

Соотношение Са:Р

[illegible]

Завтрак

Обед

Итого за 'Обел'

[illegible]

[illegible]

Завтрак

[illegible]

[illegible]

Завтрак

[illegible]

Пятница, вторая неделя		Суббота, третья неделя						Воскресенье, четвертая неделя						Понедельник, пятая неделя					
Завтрак		Обед						Ужин						Завтрак					
4/57	Яйцо отварное	50	6,35	6,35	5,75	0,00	0,35	78,48	27,50	6,00	96,00	1,25	125,00	130,00	0,30	0,04	0,00		
2/73 (MP 2.4.0162-19 № 54-29к-2020)	Каша вязкая геркулесовая на воде с растительным маслом	200	6,03	0,00	12,83	12,83	34,92	275,69	28,88	61,48	153,40	1,78	0,00	0,00	5,20	0,19	0,00		
12/2	Соус из малины	30	0,14	0,00	0,09	0,09	9,20	36,14	7,41	3,70	6,74	0,23	0,00	5,84	0,11	0,00	1,77		
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		
-	Батон пшеничный витаминизированный	20	1,54	0,00	0,60	0,60	10,66	53,90	4,40	6,60	17,00	0,40	0,00	0,00	0,34	0,03	0,00		
-	Хлеб ржаной витаминизированный	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		
Итого за 'Завтрак'		520	15,56	6,35	19,55	13,81	77,22	536,03	75,59	87,18	304,74	4,48	125,00	136,04	6,23	0,30	1,77		
Обед																			
7/14	Салат из квашеной капусты с зеленью и маслом растительным	80	0,92	0,00	3,99	3,99	12,82	85,90	19,24	26,81	38,89	0,51	0,00	1440,00	2,05	0,04	3,53		
6/57 (2004 № 139)	Суп картофельный с бобовыми	250	12,44	2,91	7,77	3,20	55,16	208,00	43,14	39,60	106,65	2,47	18,36	411,80	1,99	0,22	5,10		
8/26	Тефтели мясные (говядина, свинина) с отрубями	90	12,67	11,68	18,98	2,12	16,12	262,00	13,04	22,55	131,51	1,79	0,00	0,00	1,73	0,30	0,11		
5/8 (2004 № 516)	Макаронные изделия отварные с маслом растительным	150	5,65	0,04	4,07	0,66	35,42	200,44	13,23	7,91	43,99	0,81	19,80	22,28	0,86	0,06	0,00		
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	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 витаминизированный	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'		830	36,44	14,63	35,86	11,02	180,71	1010,46	124,20	128,95	419,63	8,68	38,16	2070,76	8,38	0,75	104,74		
Итого за день			52,00	20,98	55,41	24,83	257,93	1546,49	199,79	216,13	724,37	13,16	163,16	2206,80	14,61	1,05	106,51		
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 7-11 лет)			46,20	0,00	47,40	0,00	201,00	1410,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	700,00	0,00	1,40	60,00		
Выполнение, %			112,55	0,00	116,90	0,00	128,32	109,68	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	315,26	0,00	75,00	177,52		
Содержание, % от калорийности			17,00		31,00		52,00												
Соотношение Б:Ж:У			1,2:1:3,8																
Соотношение Са:Р			1:1,4																
Итого за период			491,11	115,44	498,15	120,12	2291,58	14660,45	979,75	1076,94	3478,91	65,47	605,49	11064,02	67,49	101,88	522,16		
Среднее за период			49,11	11,54	49,82	12,01	229,16	1466,05	97,98	107,69	347,89	6,55	60,55	1106,40	6,75	10,19	52,22		
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 7-11 лет)			46,20	0,00	47,40	0,00	201,00	1410,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	700,00	0,00	1,40	60,00		
Выполнение, %			106,30	0,00	105,09	0,00	114,01	103,97	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	158,06	0,00	727,70	87,03		
Содержание, % от калорийности			13,40		30,58		0,00												
* Блюда (изделия) изготовлены с использованием йодированной соли																			