

Утверждаю

Директор ООО "Комфорт"

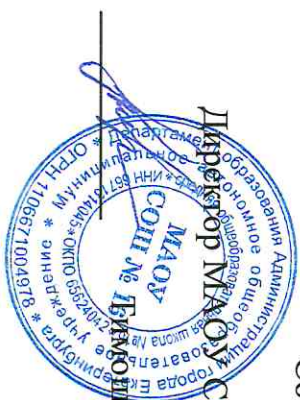
Поматигилов С.С.



Согласовано

Директор МАДОУ СОШ № 16

Пимолкина А.С.



Примерное меню завтраков (1 смена) и комплекса за родительскую плату (2 смена) на 10 дней для
общеобразовательных учреждений города Екатеринбург (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

Среда, первая неделя

Завтрак

7/58	Завсуска томат свежий	30	0,16	0,00	0,02	0,02	0,49	2,80	4,51	2,74	4,70	0,12	0,00	1,00	0,02	0,00	0,98
9/17	Пилов из пшеницы (безро куринное) с куркумой	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	
-	Хлеб пшеничный 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
-	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 "Завтрак"		25,06	19,44	24,39	10,01	102,96	719,14	70,62	100,32	388,02	5,47	31,03	358,30	5,68	0,30	2,98
-	Итого за день		25,06	19,44	24,39	10,01	102,96	719,14	70,62	100,32	388,02	5,47	31,03	358,30	5,68	0,30	2,98
-	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, %		27,84	0,00	26,51	0,00	26,88	26,44	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	39,81	0,00	18,75	4,26

Содержание, % от калорийности

12,00

39,00

49,00

Соотношение Б:Ж:У

1:1,4:4

Соотношение Са:Р

1:6:9

Четверг, первая неделя

Завтрак

7/52	Горошек зеленый	20	0,16	0,00	0,02	0,02	0,49	2,80	4,51	2,74	4,70	0,12	0,00	1,00	0,02	0,00	0,98
8/26	Терфети мясные (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	Пиоре 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 пиюлов 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	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
-	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 "Завтрак"		24,25	12,58	25,40	3,99	117,52	786,80	115,93	106,06	383,54	7,23	29,77	235,87	3,99	0,63	108,08
-	Итого за день		24,25	12,58	25,40	3,99	117,52	786,80	115,93	106,06	383,54	7,23	29,77	235,87	3,99	0,63	108,08
-	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, %		26,94	0,00	27,61	0,00	30,68	28,93	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	26,21	0,00	39,38	154,40

Содержание, % от калорийности

20,00

16,00

64,00

Соотношение Б:Ж:У

2:8:19

Соотношение Са:Р

0:04

