

Утверждаю:

Директор ООО Столовая № 41

Н.С. Аристова



Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 92

Е.Ю. Косов

Примерное десятидневное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

Период действия 10.11.2025 - 31.12.2025

Комплекс за счет средств субсидии бесплатное однократное питание (завтрак)

1 - 4 класс, 108,64 руб.

Плановое меню по категории питающихся

Параметры: Организация: ООО Столовая № 41 г. Екат...

Категория питающихся: 1-4 классы

Тип планового меню: 108-64 (1-4) 1 смена

Организация	Вес	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	A	B1	C	Fe	Ca	Mg	Фосфор
Категория питающихся	порции											
Название	№ рецепта											
1-4 классы												
1 нед. Понедельник												
Завтрак												
Бутерброд с сыром 10/25, порц	011864	500	580,87	16,96	14,49	95,93	90,45	0,41	19,18	2,63	211,06	81,08 328,01
Каша пшенная молочная с маслом, кг	011355	35	107,60	4,57	3,62	14,47	16,50	0,03	19,18	2,63	211,06	81,08 328,01
Напиток витаминизированный "Витошка", кг	011340	190	282,17	6,71	9,35	42,73	73,95	0,15	0,15	1,21	95,06	51,68 178,41
Батон витаминизированный, кг	011418	200	6,10			1,53			18,83			
Хлеб ржаной, кг	011336	25	72,00	2,08	0,88	14,25		0,03	0,20	1,40	4,75	3,25 16,25
		50	113,00	3,60	0,65	22,95		0,20	0,20	1,40	36,50	20,00 62,50
1 нед. Вторник												
Завтрак												
Запеканка из творога со сгущенкой 130/20, кг	012000	500	576,15	20,59	13,43	95,75	73,13	0,20	5,35	1,32	168,22	32,60 235,13
Чай Каркаде с сахаром, кг	011947	150	334,13	16,25	12,01	41,14	70,13	0,04	5,35	1,32	168,22	32,60 235,13
Фрукт, кг	011337	200	61,52	0,20	0,05	15,07		0,10	0,10	0,02	0,15	14,35 176,63
Батон витаминизированный, кг	011418	100	52,00	0,26	0,17	13,81		0,03	4,60	0,10	6,00	5,00 11,00
Хлеб ржаной, кг	011418	25	72,00	2,08	0,88	14,25		0,03	0,10	0,70	4,75	3,25 16,25
	011336	25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00 31,25
1 нед. Среда												
Завтрак												
Котлета домашняя, кг	011547	500	626,39	29,85	14,43	97,44	30,67	0,60	4,98	3,16	57,76	181,25 434,33
Каша гречневая рассыпчатая, кг	011414	90	186,65	18,20	8,25	97,44	30,67	0,60	4,98	3,16	57,76	181,25 434,33
Чай лимонный с сахаром, кг	011343	160	249,47	7,52	4,92	8,97	3,72	0,34	1,20	0,77	21,58	26,02 181,50
Батон витаминизированный, кг	011418	200	61,76	0,25	0,06	47,97	26,88	0,13		1,63	11,28	141,44 204,26
Хлеб ржаной, кг	011336	25	72,00	2,08	0,88	14,25	0,07		3,68	0,06	1,90	0,54 1,08
		25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,03	0,10	0,70	4,75	3,25 16,25
1 нед. Четверг												
Завтрак												
Бутерброд с сыром 10/25, порц	011864	505	661,57	17,56	16,05	111,73	116,12	0,29	0,48	1,78	267,22	69,74 341,67
Каша Дружба (пшено, рис) с маслом, кг	011356	35	107,60	4,57	3,62	111,73	116,12	0,29	0,48	1,78	267,22	69,74 341,67
Чай с молоком, кг	011344	220	338,95	7,26	10,19	14,47	16,50	0,03		0,02	74,75	6,15 70,85
Батон витаминизированный, кг	011418	200	86,52	1,85	1,04	54,07	85,62	0,13	0,18	1,05	109,32	44,84 177,32
Хлеб ржаной, кг	011336	25	72,00	2,08	0,88	14,25	14,00		0,20	0,02	60,15	5,50 46,00
		25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,03	0,10	0,70	4,75	3,25 16,25
1 нед. Пятница												
Завтрак												
Курица в сырном соусе, кг	011953	505	633,14	29,49	13,26	97,74	56,83	0,28	0,32	1,82	83,47	66,73 339,23
Макаронные изделия отварные (масло слив), кг	011413	80	128,53	16,32	5,40	97,74	56,83	0,28	0,32	1,82	83,47	66,73 339,23
Чай с сахаром, кг	011342	150	242,59	7,02	5,73	2,60	15,25	0,07	0,12	0,39	43,98	21,77 173,83
Батон витаминизированный, кг	011418	200	61,52	0,20	0,05	40,10	41,58	0,05	0,10	0,71	11,58	28,46 101,64
Хлеб ржаной, кг	011336	50	144,00	4,15	1,75	28,50		0,06	0,10	0,02	0,15	6,50 32,50
		25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00 31,25
2 нед. Понедельник												
Завтрак												
	011336	505	657,80	12,33	22,60	101,48	181,51	0,20	0,39	1,12	143,28	37,56 195,13
			657,80	12,33	22,60	101,48	181,51	0,20	0,39	1,12	143,28	37,56 195,13

2 нед. Вторник	Бутерброд с маслом сливочным 10/25, порц														
	011362	35	159,60	2,10	10,82	14,25	84,00	0,03				5,15	3,25	16,55	
	Каша рисовая молочная с маслом, кг														
	011467	220	308,18	6,16	10,53	46,43	97,51	0,05	0,19	0,40		114,98	21,06	131,08	
	Чай Каркаде с сахаром, кг														
011947	200	61,52	0,20	0,05	15,07				0,10	0,02		0,15			
2 нед. Вторник	Батон витаминизированный, кг														
	011418	25	72,00	2,08	0,88	14,25		0,03				4,75	3,25	16,25	
	Хлеб ржаной, кг														
	011336	25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,70			18,25	10,00	31,25	
	Завтрак														
2 нед. Среда	Омлет натуральный, кг														
	011358	525	524,14	20,69	17,26	72,14	175,87	0,19	8,50	2,64		162,50	40,34	324,08	
	Чай лимонный с сахаром, кг														
	011343	150	209,88	14,23	14,96	72,14	175,87	0,19	8,50	2,64		162,50	40,34	324,08	
	Фрукт, кг														
011337	200	61,76	0,25	0,06	3,58	172,80		0,12	1,79		126,85	18,30	248,25		
2 нед. Среда	Батон витаминизированный, кг														
	011418	100	52,00	0,26	0,17	14,77	0,07		3,68	0,06		1,90	0,54	1,08	
	Хлеб ржаной, кг														
	011418	50	144,00	4,15	1,75	28,50		0,03	4,60	0,10		6,00	5,00	11,00	
	011336	25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,06				9,50	6,50	32,50	
2 нед. Четверг	Завтрак														
	Бутерброд с сыром 10/25, порц														
	011864	505	653,12	17,75	15,66	112,29	116,12	0,23	0,48	1,65		269,60	97,98	350,64	
	Каша Ассорти (греча, рис) с маслом, кг														
	011775	35	107,60	4,57	3,62	14,47	16,50	0,03	0,48	1,65		269,60	97,98	350,64	
2 нед. Четверг	Чай с молоком, кг														
	011344	220	330,50	7,45	9,79	54,62	85,62	0,07	0,18	0,91		111,70	73,08	186,29	
	Батон витаминизированный, кг														
	011418	25	72,00	2,08	1,04	17,47	14,00		0,20	0,02		60,15	5,50	46,00	
	011336	25	56,50	1,80	0,88	14,25		0,03				4,75	3,25	16,25	
2 нед. Четверг	Хлеб ржаной, кг														
	011336	25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,70			18,25	10,00	31,25	
	Завтрак														
	Гуляш из свинины, кг														
	011397	500	617,59	23,99	12,07	106,04	154,90	0,59	6,84	3,18		79,36	120,06	349,89	
2 нед. Пятница	Булгур с маслом, кг														
	011915	60	115,83	10,30	6,21	4,31	129,39	0,34	2,39	0,47		79,36	120,06	349,89	
	Чай с сахаром, кг														
	011342	140	183,24	5,74	3,41	35,21	25,52	0,00	4,15	1,30		11,70	16,53	114,69	
	Батон витаминизированный, кг														
011418	200	61,52	0,20	0,05	15,07			0,10	0,02		21,51	77,03	140,20		
2 нед. Пятница	Хлеб ржаной, кг														
	011418	50	144,00	4,15	1,75	28,50		0,06				9,50	6,50	32,50	
	Завтрак														
	011336	50	113,00	3,60	0,65	22,95		0,20	1,40			36,50	20,00	62,50	
	Бутерброд с маслом сливочным 10/25, порц														
011362	500	635,59	14,56	20,85	100,82	157,98	0,49	5,38	2,76		153,62	81,22	309,43		
2 нед. Пятница	Каша пшеничная молочная с маслом, кг														
	011584	35	159,60	2,10	10,82	14,25	84,00	0,03	5,38	2,76		153,62	81,22	309,43	
	Кисель с витаминами "Витолка", кг														
	011341	200	22,50	6,78	8,50	43,62	73,95	0,15	1,36			5,15	3,25	16,55	
	Батон витаминизированный, кг														
011418	25	72,00	2,08	0,88	14,25		0,08	5,03			107,22	54,72	214,13		
2 нед. Пятница	Хлеб ржаной, кг														
	011336	50	113,00	3,60	0,65	22,95		0,20	1,40			36,50	20,00	62,50	