

Утверждаю:

Директор ООО Столовая № 41

Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 92
Е.Ю.Косов

Н.С. Аристова
Столовая
№ 41



Примерное десятидневное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

Период действия 10.11.2025 - 31.12.2025

Комплекс за счет средств субсидии бесплатное двухразовое питание

1 - 4 класс, 271,59 руб.

Плановое меню по категории питающихся

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

Категория питающихся: 1-4 классы

Тип планового меню: 271-59 (1-4) 2-х разовое

Организация	Вес порции	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	A	B1	C	Fe	Ca	Mg	Фосфор
Категория питающихся												
Название	№ рецепта											
1-4 классы												
1 нед. Понедельник												
Завтрак												
Бутерброд с сыром 10/25, порц	011864	500	1446,22	48,78	36,05	236,46	1129,98	1,12	52,83	11,92	337,67	192,39
Каша пшенная молочная с маслом, кг	011355	35	580,87	16,96	14,49	95,93	90,45	0,41	19,18	2,63	211,06	81,08
Напиток витаминизированный "Витошка", кг	011340	190	107,60	4,57	3,62	14,47	16,50	0,03	0,02	0,02	74,75	6,15
Батон витаминизированный, кг	011418	200	282,17	6,71	9,35	42,73	73,95	0,15	0,15	1,21	95,06	51,68
Хлеб ржаной, кг	011336	25	6,10			1,53			18,83			
		25	72,00	2,08	0,88	14,25		0,03			4,75	3,25
		50	113,00	3,60	0,65	22,95		0,20	0,20	1,40	36,50	20,00
Обед		715	865,35	31,82	21,55	140,53	1039,53	0,71	33,65	9,29	126,61	111,31
Суп гороховый куриный, кг	011385	200	123,86	6,03	3,90	16,89	97,15	0,19	3,26	1,76	35,81	31,49
Печень по-строгановски, кг	011856	90	170,21	12,86	11,06	8,01	900,00	0,20	4,71	36,97	16,46	
Макаронные изделия отварные (масло слив), кг	011413	150	242,59	7,02	5,73	40,10	41,58	0,05	0,71	11,58	28,46	
Напиток из смеси сухофруктов, кг	011715	200	149,20	0,26	0,12	38,71	0,80		0,44	0,42	4,00	4,40
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	50	123,00	3,85	0,42	25,35		0,17	0,10	0,70	20,00	20,50
Хлеб ржаной, кг	011336	25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	1,00	18,25	10,00
1 нед. Вторник												
Завтрак												
Запеканка из творога со сгущенкой 130/20, кг	012000	500	1387,20	50,82	36,97	213,18	411,84	0,75	26,56	5,51	322,86	135,46
Чай Каркаде с сахаром, кг	011947	150	334,13	16,25	12,01	95,75	73,13	0,20	5,35	1,32	168,22	32,60
Фрукт, кг	011337	200	61,52	0,20	0,05	41,14	70,13	0,04	0,55	0,50	139,07	14,35
Батон витаминизированный, кг	011418	100	52,00	0,26	0,17	13,81		0,03	0,10	0,02	0,15	
Хлеб ржаной, кг	011336	25	72,00	2,08	0,88	14,25		0,03	4,60	0,10	6,00	5,00
		25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,70	1,00	18,25	10,00
Обед		715	811,05	30,24	23,54	117,44	338,71	0,56	21,21	4,20	154,64	102,86
Борщ Морячок со сметаной, кг	011439	200	104,13	3,05	5,72	11,04	66,97	0,06	12,71	1,03	43,76	25,52
Плов с курлией и куриной 2, кг	011530	240	465,66	21,29	17,02	54,80	271,67	0,23	4,62	1,41	70,73	46,30
Чай лимонный с сахаром, кг	011343	200	61,76	0,25	0,06	14,77	0,07		3,68	0,06	1,90	0,54
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	50	123,00	3,85	0,42	25,35		0,17	0,10	1,00	20,00	2

1 нед. Четверг	Чай с сахаром, кг	011342	200	61,52	0,20	0,05	15,07	0,10	0,02	0,15	20,00	20,50	64,50
	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	50	123,00	3,85	0,42	25,35	0,10	1,00	20,00	10,00	31,25	
	Хлеб ржаной, кг	011336	25	56,50	1,80	0,33	11,48	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25	
				1 386,75	45,22	32,19	230,12	39,23	6,62	408,87	184,11	385,24	
	Завтрак		505	661,57	17,56	16,05	111,73	0,29	0,48	267,22	69,74	341,67	
	Бутерброд с сыром 10/25, порц	011864	35	107,60	4,57	3,62	14,47	0,03	0,02	74,75	6,15	70,85	
	Каша Дружба (пшено, рис) с маслом, кг	011336	220	338,95	7,26	10,19	54,07	0,13	1,05	109,32	44,84	177,32	
	Чай с молоком, кг	011344	200	86,52	1,85	1,04	17,47	0,20	0,02	60,15	5,50	46,00	
	Батон витаминизированный, кг	011418	25	72,00	2,08	0,88	14,25			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	
Обед	Рассольник ленинградский со сметаной, кг	011381	750	725,19	27,66	16,14	118,39	0,88	38,75	4,84	141,65	114,38	428,82
	Тефтелька мясная с рисом с томатным соусом 80/20,	011943	200	117,54	3,29	5,81	13,87	0,07	10,98	0,84	25,25	20,08	61,90
	Картофельное пюре 2, кг	011941	100	156,28	13,39	6,73	9,61	0,31	1,38	0,44	14,58	20,06	142,67
	Напиток фруктовый, кг	011951	150	123,14	3,38	2,45	23,51	0,13	25,31	1,06	42,70	31,97	93,85
	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	200	92,22	0,15	0,08	23,09	0,00	0,77	0,10	2,61	1,77	3,40
	Хлеб ржаной, кг	011336	50	123,00	3,85	0,42	25,35	0,17	0,10	1,00	20,00	20,50	64,50
			50	113,00	3,60	0,65	22,95	0,20	0,20	1,40	36,50	20,00	62,50
	1 нед. Пятница			1 377,30	58,88	32,92	211,36	0,98	39,95	7,28	255,08	187,57	389,53
	Завтрак		505	633,14	29,49	13,26	97,74	0,28	0,32	1,82	83,47	66,73	339,23
	Курица в сырном соусе, кг	011953	80	128,53	16,32	5,40	2,60	0,07	0,12	0,39	43,98	21,77	173,83
Макаронные изделия отварные (масло слив), кг		011413	150	242,59	7,02	5,73	40,10	0,05		0,71	11,58	28,46	101,64
	Чай с сахаром, кг	011342	200	61,52	0,20	0,05	15,07	0,10	0,02	0,15	9,50	6,50	32,50
	Батон витаминизированный, кг	011418	50	144,00	4,15	1,75	28,50	0,06					31,25
	Хлеб ржаной, кг	011336	25	56,50	1,80	0,33	11,48	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25	
Обед	Суп-пюре овощной с гречками, кг	011379	740	744,16	29,39	19,66	113,62	0,70	39,62	5,47	171,61	120,84	439,84
	Резу из курицы с овощами, кг	011577	200	198,58	3,96	11,45	20,70	0,11	10,64	1,15	70,38	23,71	82,74
	Чай Каркаде с сахаром, кг	011947	240	248,06	17,78	7,10	29,55	0,23	28,58	1,90	44,58	56,63	230,10
	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	200	61,52	0,20	0,05	15,07	0,10	0,02	0,15	9,50	6,50	32,50
	Хлеб ржаной, кг	011336	50	123,00	3,85	0,42	25,35	0,17	0,10	1,00	20,00	20,50	64,50
			50	113,00	3,60	0,65	22,95	0,20	0,20	1,40	36,50	20,00	62,50
	2 нед. Понедельник			1									

2 нед. Среда	Хлеб ржаной, кг	011336	25	56,50	1,80	0,33	11,48	238,89	0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
	Обед													
	Борщ со сметаной, кг	011382	715	808,71	27,78	24,14	118,40	85,84	0,51	15,05	3,85	148,75	88,36	387,13
	Фрикасе из куриного филе, кг	011435	200	107,19	3,10	5,70	11,84	142,05	0,06	13,27	0,93	34,57	18,66	52,90
	Рис припущенный с куркумой, кг	011436	90	186,93	14,79	12,02	4,00		0,08	0,96	0,36	33,58	21,33	152,15
	Напиток фруктово-ягодный, кг	011347	150	243,60	4,02	5,56	42,97		0,11	0,20	0,71	38,90	15,62	82,34
	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	200	91,50	0,23	0,11	22,76	11,00	0,17	0,43	0,15	3,45	2,25	4,00
	Хлеб ржаной, кг	011336	50	123,00	3,85	0,42	25,35		0,10	0,10	1,00	20,00	20,50	64,50
			25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
	Завтрак													
Обед	Бутерброд с сыром 10/25, порц	011864	505	653,12	17,75	15,66	112,29	326,16	0,85	44,13	6,83	440,00	244,18	403,24
	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
	Чай с молоком, кг	011344	220	330,50	7,45	9,79	54,62	85,62	0,07	0,18	0,91	74,75	6,15	70,85
	Батон витаминизированный, кг	011418	200	86,52	1,85	1,04	17,47	14,00	0,07	0,18	0,91	111,70	73,08	186,29
	Хлеб ржаной, кг	011336	25	72,00	2,08	0,88	14,25		0,03	0,20	0,02	60,15	5,50	46,00
			25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
	Суп куриный с картофелем и макаронными изделиями, кг	011386	800	710,06	28,67	14,88	116,49	210,03	0,62	43,65	5,18	170,41	146,20	455,83
	Филе минтая припущенное в соусе с овощами, кг	011945	250	164,48	4,95	6,61	22,16	95,22	0,10	15,51	1,12	25,98	27,65	85,27
	Картофельное пюре 2, кг	011941	100	124,92	12,69	4,70	7,45	95,92	0,02	2,44	0,60	45,08	46,08	149,71
	Чай Каркаде с сахаром, кг	011947	150	123,14	3,38	2,45	23,51	18,90	0,13	25,31	1,06	42,70	31,97	93,85
2 нед. Четверг	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	200	61,52	0,20	0,05	15,07		0,10	0,10	0,02	0,15		
	Хлеб ржаной, кг	011336	50	123,00	3,85	0,42	25,35		0,17	0,10	1,00	20,00	20,50	64,50
			50	113,00	3,60	0,65	22,95		0,20	0,20	1,40	36,50	20,00	62,50
	Завтрак													
	Гуляш из свинины, кг	011397	500	1389,95	60,42	30,67	215,82	192,63	1,04	150,77	6,80	196,56	218,63	402,62
	Булгур с маслом, кг	011915	60	617,59	23,99	12,07	106,04	154,90	0,59	6,84	3,18	79,36	120,06	349,89
	Чай с сахаром, кг	011342	140	115,83	10,30	6,21	4,31	129,39	0,34	2,39	0,47	11,70	16,53	114,69
	Батон витаминизированный, кг	011418	200	183,24	5,74	3,41	35,21	25,52	0,00	4,15	1,30	21,51	77,03	140,20
	Хлеб ржаной, кг	011336	50	61,52	0,20	0,05	15,07		0,06	0,10	0,02	0,15		
			50	144,00	4,15	1,75	28,50		0,20	0,20	1,40	36,50	20,00</	