

Утверждаю:

Согласовано:

Директор ООО Столовая № 41

Директор МАОУ СОШ № 92

Н.С. Аристова

Е.Ю. Косов



Примерное десятидневное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

Период действия 05.11.2025 - 31.12.2025

Комплекс ГПД однократное питание (завтрак)

1 - 4 класс, 92,60 руб.

Плановое меню по категории питающихся

Параметры: Организация: ООО Столовая № 41 г. Екат...
Категория питающихся: 1-4 классы
Тип планового меню: 92,60

Организация	Бес 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	390	363,26	10,96	10,34	56,71	67,10	0,23	19,03	1,55	158,04	51,51
Каша пшенная молочная с маслом, кг	011355	35	107,60	4,57	3,62	14,47	16,50	0,03	19,03	1,55	158,04	51,51
Напиток витаминизированный "Витошка", кг	011340	130	193,06	4,59	6,39	29,24	50,60	0,10	0,10	0,83	65,04	35,36
Хлеб ржаной, кг	011336	200	6,10			1,53		18,83				122,07
Хлеб ржаной, кг	011336	25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00
1 нед. Вторник												31,25
Завтрак												
Запеканка из творога со стуженкой 130/20, кг	012000	400	524,15	20,33	13,26	81,94	70,13	0,17	0,75	1,22	162,22	27,60
Чай Каркаде с сахаром, кг	011947	150	334,13	16,25	12,01	81,94	70,13	0,17	0,75	1,22	162,22	27,60
Батон витаминизированный, кг	011418	200	61,52	0,20	0,05	41,14	70,13	0,04	0,55	0,50	139,07	14,35
Хлеб ржаной, кг	011418	25	72,00	2,08	0,88	14,25		0,10	0,02	0,15		176,63
Хлеб ржаной, кг	011336	25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,03	0,10	0,70	4,75	3,25
1 нед. Среда												16,25
Завтрак												
Котлета домашняя, кг	011547	455	528,41	24,00	12,27	83,97	29,84	0,42	0,10	0,70	18,25	10,00
Каша гречневая рассыпчатая, кг	011414	70	145,18	14,16	6,42	83,97	29,84	0,42	4,61	2,29	34,71	165,47
Чай лимонный с сахаром, кг	011343	160	249,47	7,52	4,92	6,98	2,89	0,26	0,93	0,60	16,78	165,47
Батон витаминизированный, кг	011418	200	61,76	0,25	0,06	47,97	26,88	0,13	0,60	0,60	11,28	20,24
Хлеб ржаной, кг	011336	25	72,00	2,08	0,88	14,77	0,07	3,68	1,63	1,90	11,28	141,44
Хлеб ржаной, кг	011418	25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,06	0,06	0,54	1,90	204,26
1 нед. Четверг												1,08
Завтрак												
Бутерброд с сыром 10/25, порц	011864	430	512,53	13,83	12,86	85,20	96,66	0,23	0,44	1,54	237,63	56,30
Каша Дружба (пшено, рис) с маслом, кг	011356	35	107,60	4,57	3,62	14,47	16,50	0,03	0,44	1,54	237,63	56,30
Чай с молоком, кг	011344	170	261,92	5,61	7,88	41,78	66,16	0,10	0,02	0,02	74,75	6,15
Хлеб ржаной, кг	011336	200	86,52	1,85	1,04	17,47	14,00	0,14	0,81	0,81	84,48	34,65
Хлеб ржаной, кг	011336	25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,20	0,02	0,02	60,15	5,50
1 нед. Пятница												46,00
Завтрак												
Курица в сырном соусе, кг	011953	445	488,57	23,57	11,38	71,69	54,92	0,14	0,10	0,70	18,25	10,00
Макаронные изделия отварные (масло слив), кг	011413	70	112,46	14,28	4,72	71,69	54,92	0,14	0,21	1,07	54,97	50,76
Чай с сахаром, кг	011342	150	242,59	7,02	5,73	2,28	13,34	0,06	0,11	1,07	54,97	50,76
Батон витаминизированный, кг	011418	200	61,52	0,20	0,05	40,10	41,58	0,05	0,34	0,34	38,48	19,05
Хлеб ржаной, кг	011336	25	72,00	2,08	0,88	15,07		0,10	0,71	0,71	11,58	28,46
Хлеб ржаной, кг	011418	25	54,78	9,42	0,03	14,25		0,10	0,02	0,02	0,15	31,25
2 нед. Понедельник												16,25
Завтрак												
Бутерброд с маслом сливочным 10/25, порц	011362	450	543,78	9,42	20,29	80,89	168,22	0,17	0,36	1,06	122,85	31,44
Каша рисовая молочная с маслом, кг	011467	35	159,60	2,10	10,82	80,89	168,22	0,17	0,36	1,06	122,85	31,44
Чай Каркаде с сахаром, кг	011947	190	266,16	5,32	9,10	14,25	84,00	0,03	0,16	0,35	5,15	3,25
Хлеб ржаной, кг	011336	200	61,52	0,20	0,05	40,10	84,22	0,04	0,10	0,02	99,30	18,19
Хлеб ржаной, кг	011336	25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00
2 нед. Вторник												31,25
Хлеб ржаной, кг	011336	25	381,65	15,87	15,06	46,17	164,35	0,06	8,39	1,82	131,05	25,87
Хлеб ржаной, кг	011336	25	381,65	15,87	15,06	46,17	164,35	0,06	8,39	1,82	131,05	25,87

Завтрак													
Омлет натуральный, кг	011358	465	381,65	15,87	15,06	46,17	164,35	0,06	8,39	1,82	131,05	25,87	260,03
Чай лимонный с сахаром, кг	011343	140	195,89	13,28	13,96	3,34	161,28		0,11	1,67	118,40	17,08	231,70
Фрукт, кг	011337	200	61,76	0,25	0,06	14,77	0,07		3,68	0,06	1,90	0,54	1,08
Батон витаминизированный, кг	011418	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													
Бутерброд с сыром 10/25, порц	011864	430	506,01	13,98	12,56	85,62	96,66	0,19	0,44	1,44	239,46	78,12	292,05
Каша Ассорти (греча, рис) с маслом, кг	011775	35	107,60	4,57	3,62	14,47	16,50	0,03	0,44	1,44	239,46	78,12	292,05
Чай с молоком, кг	011344	170	255,39	5,76	7,57	42,21	66,16	0,06	0,14	0,71	86,31	6,15	70,85
Хлеб ржаной, кг	011336	200	86,52	1,85	1,04	17,47	14,00		0,20	0,02	60,15	5,50	46,00
2 нед. Четверг													
Завтрак													
Гуляш из свинины, кг	011397	395	393,33	17,09	9,82	61,30	149,43	0,37	5,75	1,51	33,50	80,31	241,10
Булгур с маслом, кг	011915	60	115,83	10,30	6,21	4,31	129,39	0,34	2,39	0,47	11,70	16,53	114,69
Чай с сахаром, кг	011342	110	143,97	4,51	2,68	27,66	20,05	0,00	3,26	1,02	16,90	60,52	110,16
Батон витаминизированный, кг	011418	200	61,52	0,20	0,05	15,07			0,10	0,02	0,15		
2 нед. Пятница													
Завтрак													
Бутерброд с маслом сливочным 10/25, порц	011362	390	422,30	8,54	16,96	61,32	134,63	0,31	5,23	1,63	96,76	50,69	194,31
Каша пшеничная молочная с маслом, кг	011584	35	159,60	8,54	16,96	61,32	134,63	0,31	5,23	1,63	96,76	50,69	194,31
Кисель с витаминами "Виттошка", кг	011341	130	183,70	2,10	10,82	14,25	84,00	0,03	0,10	0,93	5,15	3,25	16,55
Хлеб ржаной, кг	011336	200	22,50	4,64	5,82	29,85	50,60	0,10	5,03		73,36	37,44	146,51
	011336	25	56,50	1,80	0,33	11,48	0,03	0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25