

Утверждаю:

Директор ООО Столовая № 41

Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 92
Е.Ю.Косов

Н.С.Аристова



Примерное десятидневное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

Период действия 10.11.2025 - 31.12.2025

Комплекс одноразовое питание (обед)

5 - 11 класс (родительская плата), 162-00 руб.

Плановое меню по категории питающихся

Параметры: Организация: ООО Столовая № 41 г. Екат...
Категория питающихся: 5-11 классы
Тип планового меню: 162-00

Организация	Вс порции	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	A	B1	C	Fe	Ca	Mg	Фосфор
Название												
Категория питающихся												
Номенклатура	№ рецепта											
ООО Столовая № 41 г. Екатеринбург	Вес brutto											
5-11 классы												
1 нед. Понедельник												
Обед		902,24	34,23	24,70	140,99	1 172,14	0,71	38,56	9,90	131,99	116,45	575,35
Суп гороховый куриный, кг	780	902,24	34,23	24,70	140,99	1 172,14	0,71	38,56	9,90	131,99	116,45	575,35
Печень по-строгановски, кг	250	154,82	7,54	4,88	21,11	121,44	0,24	11,58	2,20	44,76	39,36	122,64
Макаронные изделия отварные (масло слив), кг	100	189,12	14,29	12,29	8,90	1 000,00	0,23	26,39	5,23	41,08	18,29	256,24
Напиток из смеси сухофруктов, кг	180	291,11	8,42	6,88	48,12	49,90	0,06		0,85	13,90	34,15	121,97
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	200	149,20	0,26	0,12	38,71	0,80		0,44	0,42	4,00	4,40	11,00
Хлеб ржаной, кг	25	61,50	1,93	0,21	12,68		0,08	0,05	0,50	10,00	10,25	32,25
	25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
1 нед. Вторник												
Обед		824,09	31,29	26,53	113,23	383,76	0,51	24,82	4,10	162,95	103,81	424,25
Борщ Морячок со сметаной, кг	765	824,09	31,29	26,53	113,23	383,76	0,51	24,82	4,10	162,95	103,81	424,25
Плов с курицей и куркумой 2, кг	250	130,16	3,81	7,15	13,80	83,72	0,08	15,89	1,29	54,70	31,90	65,38
Чай лимонный с сахаром, кг	265	514,17	23,50	18,80	60,51	299,97	0,25	5,10	1,55	78,10	51,12	294,29
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	200	61,76	0,25	0,06	14,77	0,07		3,68	0,06	1,90	0,54	1,08
Хлеб ржаной, кг	25	61,50	1,93	0,21	12,68		0,08	0,05	0,50	10,00	10,25	32,25
	25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
1 нед. Среда												
Обед		771,66	32,85	23,68	110,02	320,00	0,86	27,26	4,86	104,58	164,86	504,46
Суп куриный с картофелем и макаронными изделиями, кг	780	771,66	32,85	23,68	110,02	320,00	0,86	27,26	4,86	104,58	164,86	504,46
Гуляш из свинины, кг	250	164,48	4,95	6,61	22,16	95,22	0,10	15,51	1,12	25,98	27,65	85,27
Булгур с томатом, кг	100	193,06	17,17	10,35	7,19	215,64	0,56	3,98	0,78	19,49	27,55	191,14
Чай с сахаром, кг	180	234,60	6,80	6,14	41,46	9,14	0,01	7,53	1,75	30,71	89,41	164,54
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	200	61,52	0,20	0,05	15,07			0,10	0,02	10,00	10,25	32,25
Хлеб ржаной, кг	25	61,50	1,93	0,21	12,68		0,08	0,05	0,50	10,00	10,00	31,25
	25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
1 нед. Четверг												
Обед		661,20	25,43	17,54	102,41	152,57	0,74	46,41	4,06	128,25	105,54	399,56
Рассолышник ленинградский со сметаной, кг	780	661,20	25,43	17,54	102,41	152,57	0,74	46,41	4,06	128,25	105,54	399,56
Тефтелька мясная с рисом с томатным соусом 80/20, кг	250	146,93	4,12	7,26	17,34	101,22	0,09	13,73	1,05	31,57	25,10	77,37
Картофельное пюре 2, кг	100	156,28	13,39	6,73	9,61	22,59	0,31	1,38	0,44	14,58	20,06	142,67
Напиток фруктовый, кг	180	147,77	4,05	2,94	28,21	22,68	0,15	30,37	1,27	51,24	38,37	112,62
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	200	92,22	0,15	0,08	23,09	6,08	0,00	0,77	0,10	2,61	1,77	3,40
Хлеб ржаной, кг	25	61,50	1,93	0,21	12,68		0,08	0,05	0,50	10,00	10,25	32,25
	25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
1 нед. Пятница												
Обед		706,82	28,87	22,88	98,34	468,44	0,58	45,71	4,79	166,53	113,59	425,79
Суп-пюре овощной с гречками, кг	770	706,82	28,87	22,88	98,34	468,44	0,58	45,71	4,79	166,53	113,59	425,79
Рагу из курицы с овощами, кг	250	248,23	4,95	14,31	25,87	137,23	0,14	13,31	1,44	87,98	29,63	103,43
	270	279,07	20,00	7,98	33,25	331,21	0,25	32,15	2,14	50,15	63,71	258,86

[illegible]