

Утверждаю:

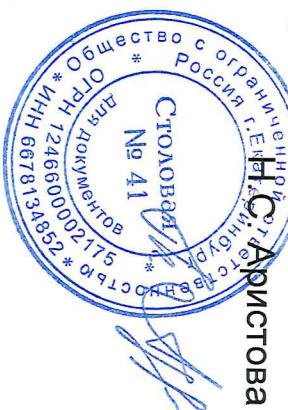
Согласовано:

Директор ООО Столовая № 41

Директор МАОУ СОШ № 92

Н.С. Аристова

Е.Ю. Косов



Примерное десятидневное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

Период действия 10.11.2025 - 31.12.2025

Комплекс ГПД одnorазовое питание (обед)

1 - 4 класс, 130,88 руб.

Плановое меню по категории питающихся

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

Категория питающихся: 1-4 классы

Тип планового меню: ГПД 130-88

Организация	Вес порции	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	A	B1	C	Fe	Ca	Mg	Фосфор
Категория питающихся												
Название	№ рецепта											
1-4 классы												
1 нед. Понедельник												
Обед		792,55	29,54	21,28	125,56	1 039,53	0,61	33,58	8,65	112,96	99,06	498,62
Суп гороховый куриный, кг	011385	685	792,55	29,54	21,28	125,56	1 039,53	0,61	33,58	8,65	112,96	498,62
Печень по-строгановски, кг	011856	200	123,86	6,03	3,90	16,89	97,15	0,19	9,26	1,76	35,81	98,11
Макаронные изделия отварные (масло слив), кг	011413	90	170,21	12,86	11,06	8,01	900,00	0,20	23,75	4,71	36,97	16,46
Напиток из смеси сухофруктов, кг	011715	150	242,59	7,02	5,73	40,10	41,58	0,05	0,71	11,58	28,46	230,62
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	200	149,20	0,26	0,12	38,71	0,80	0,44	0,42	4,00	4,40	101,64
Хлеб ржаной, кг	011336	25	61,50	1,93	0,21	12,68		0,08	0,05	0,50	10,00	11,00
1 нед. Вторник		45,20	1,44	0,26	9,18		0,08	0,08	0,56	14,60	10,25	32,25
Обед		691,35	25,65	21,20	97,91	304,76	0,45	20,58	3,52	135,80	8,00	25,00
Борщ Морячок со сметаной, кг	011439	660	691,35	25,65	21,20	97,91	304,76	0,45	20,58	3,52	135,80	86,82
Плов с курицей и куркумой 2, кг	011530	200	104,13	3,05	5,72	11,04	66,97	0,06	12,71	1,03	43,76	25,52
Чай лимонный с сахаром, кг	011343	210	407,45	18,62	14,90	47,95	237,71	0,20	4,04	1,23	61,89	40,51
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	200	61,76	0,25	0,06	14,77	0,07	3,68	0,06	1,90	0,54	1,08
Хлеб ржаной, кг	011336	25	61,50	1,93	0,21	12,68		0,08	0,05	0,50	10,00	10,25
1 нед. Среда		56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
Обед		680,36	29,01	20,30	97,96	277,87	0,78	22,50	4,27	92,32	141,67	440,86
Суп куриный с картофелем и макаронными изделиями, кг	011386	690	680,36	29,01	20,30	97,96	277,87	0,78	22,50	4,27	92,32	141,67
Гуляш из свинины, кг	011397	200	131,58	3,96	5,29	17,72	76,17	0,08	12,40	0,89	20,78	22,12
Булгур с томатом, кг	011483	90	173,75	15,45	9,31	6,47	194,08	0,50	3,58	0,70	17,54	24,80
Чай с сахаром, кг	011342	150	195,50	5,67	5,12	34,55	7,62	0,01	6,27	1,46	25,59	74,51
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	200	61,52	0,20	0,05	15,07		0,10	0,02	0,15	10,25	32,25
Хлеб ржаной, кг	011336	25	61,50	1,93	0,21	12,68		0,08	0,05	0,50	10,00	10,00
1 нед. Четверг		548,51	22,31	13,91	84,32	110,10	0,64	28,51	3,16	95,37	80,46	324,75
Обед		548,51	22,31	13,91	84,32	110,10	0,64	28,51	3,16	95,37	80,46	324,75
Рассолышк ленинградский со сметаной, кг	011381	620	548,51	22,31	13,91	84,32	110,10	0,64	28,51	3,16	95,37	80,46
Тефтелька мясная с рисом с томатным соусом 80/20, порц	011943	170	99,91	2,80	4,94	11,79	68,83	0,06	9,34	0,72	21,47	17,06
Картофельное пюре 2, кг	011941	100	156,28	13,39	6,73	9,61	22,59	0,31	1,38	0,44	14,58	20,06
Напиток фруктовый, кг	011951	100	82,10	2,25	1,63	15,67	12,60	0,09	16,87	0,70	28,47	21,32
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	200	92,22	0,15	0,08	23,09	6,08	0,00	0,77	0,10	2,61	1,77
Хлеб ржаной, кг	011336	25	61,50	1,93	0,21	12,68		0,08	0,05	0,50	10,00	10,25
1 нед. Пятница		556,16	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
Обед		556,16	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
Суп-пюре овощной с гречками, кг	011379	660	556,16	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00
Рагу из курицы с овощами, кг	011577	200	198,58	3,96	11,45	367,39	0,49	35,90	4,03	137,79	93,51	347,58
Чай Каркаде с сахаром, кг	011947	210	217,05	15,55	6,21	20,70	109,78	0,11	10,64	1,15	70,38	23,71
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	200	61,52	0,20	0,05	25,86	257,61	0,20	25,01	1,66	39,01	49,56
Хлеб ржаной, кг	011336	25	61,50	1,93	0,21	15,07		0,10	0,02	0,15	10,25	32,25

Хлеб ржаной, кг	011336	25	56,50	1,80	0,33	11,48	123,48	0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
2 нед. Понедельник													
Обед													
Суп гороховый куриный, кг	011385	200	785,77	30,13	21,98	121,71	123,48	0,92	11,21	5,21	85,31	190,27	489,09
Азу из свинины, кг	011466	90	123,86	6,03	3,90	16,89	97,15	0,19	9,26	1,76	35,81	31,49	98,11
Каша гречневая рассыпчатая, кг	011414	130	192,02	14,01	13,43	2,99	3,68	0,45	1,36	0,51	8,09	19,21	150,52
Напиток из смеси сухофруктов, кг	011715	200	202,70	6,11	4,00	38,97	21,84	0,10	0,44	1,33	9,16	114,92	165,96
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	25	149,20	0,26	0,12	38,71	0,80			0,42	4,00	4,40	11,00
Хлеб ржаной, кг	011336	25	61,50	1,93	0,21	12,68		0,08	0,05	0,50	10,00	10,25	32,25
2 нед. Вторник													
Обед													
Борщ со сметаной, кг	011382	670	705,67	22,57	21,25	104,83	207,32	0,41	14,78	3,27	131,29	73,37	321,07
Фрикасе из куриного филе, кг	011435	200	107,19	3,10	5,70	104,83	207,32	0,41	14,78	3,27	131,29	73,37	321,07
Рис припущенный с куркумой, кг	011436	70	145,39	11,50	9,35	11,84	85,84	0,06	13,27	0,93	34,57	18,66	52,90
Напиток фруктово-ягодный, кг	011347	150	243,60	4,02	5,56	3,11	110,48	0,06	0,75	0,28	26,12	16,59	118,34
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	200	91,50	0,23	0,11	42,97	11,00	0,11	0,20	0,71	38,90	15,62	82,34
Хлеб ржаной, кг	011336	25	61,50	1,93	0,21	12,68		0,08	0,43	0,15	3,45	2,25	4,00
2 нед. Среда													
Обед													
Суп куриный с картофелем и макаронными изделиями, кг	011386	680	534,18	21,42	12,08	86,41	171,81	0,41	39,91	3,64	127,94	111,20	345,33
Филе минтая припущенное в соусе с овощами, кг	011945	200	131,58	3,96	5,29	86,41	171,81	0,41	39,91	3,64	127,94	111,20	345,33
Картофельное пюре 2, кг	011945	80	99,93	10,15	3,76	17,72	76,17	0,08	12,40	0,89	20,78	22,12	68,22
Чай каркаде с сахаром, кг	011941	150	123,14	3,38	2,45	5,96	76,73	0,02	1,95	0,48	36,06	36,86	119,77
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011947	200	61,52	0,20	0,05	23,51	18,90	0,13	25,31	1,06	42,70	31,97	93,85
Хлеб ржаной, кг	011335	25	61,50	1,93	0,21	15,07		0,10	0,10	0,02	0,15		
2 нед. Четверг													
Обед													
Соплянка домашняя со сметаной, кг	011387	660	707,91	29,84	16,19	11,48		0,08	0,05	0,50	10,00	10,25	32,25
Курица в сырном соусе, кг	011953	200	707,91	29,84	16,19	106,13	32,01	0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
Макаронные изделия отварные м/р, кг	011532	70	113,17	4,62	5,28	32,01		0,41	143,89	3,42	99,95	88,51	383,39
Напиток из плодов шиповника, кг	011348	140	112,46	14,28	4,72	12,62	18,67	0,11	13,63	0,94	22,39	21,04	73,06
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011348	200	227,48	6,54	5,38	2,28	13,34	0,06	0,11	0,34	38,48	19,05	152,10
Хлеб ржаной, кг	011335	25	136,80	0,68	0,28	37,42		0,05	0,66	0,28	10,63	26,56	94,73
2 нед. Пятница													
Обед													
Суп-пюре овощной с гречками, кг	011379	680	635,16	23,39	23,50	83,98	117,49	0,83	37,14	4,12	132,44	92,73	357,85
Жаркое по домашнему из свинины 2, кг	011470	200	198,58	3,96	11,45	83,98	117,49	0,83	37,14	4,12	132,44	92,73	357,85
Чай с сахаром, кг	011342	230	257,06	15,51	11,47	20,70	109,78	0,11	10,64	1,15	70,38	23,71	82,74
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	200	61,52	0,20	0,05	24,06	7,71	0,53	26,25	1,75	33,65	48,78	211,61
Хлеб ржаной, кг	011336	25	61,50	1,93	0,21	15,07		0,10	0,10	0,02	0,15		
	011336	25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,08	0,05	0,50	10,00	10,25	32,25
								0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25