

Утверждаю:

Директор ООО Столовая № 41

Н.С. Аристова



Согласовано:

Директор МАОУ Гимназия № 120

И.А. Писклова



Примерное десятидневное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

Период действия 06.10.2025 - 31.12.2025 г

Комплекс одноразовое питание (завтрак)

5 - 11 класс (родительская плата), 128,56 руб.

(вариативное меню)

Плановое меню по категории питающихся

Параметры: Организация: ООО Столовая № 41 г. Екат...
 Категория питающихся: 6-11 классы
 Тип планового меню: 128-56 (5-11) 1 смена (2)

Организация	Вес	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	A	B1	C	Fe	Ca.	Mg	Фосфор
Категория питающихся	порции											
Название	№ рецепта											
6-11 классы												
1 нед. Понедельник												
Завтрак												
Ромштекс куриный, кг	011522	726,11	32,39	17,91	109,96	274,45	0,48	3,98	3,72	97,41	105,01	413,32
Перловка с овощами, кг	011487	100	32,39	17,91	109,96	274,45	0,48	3,98	3,72	97,41	105,01	413,32
Чай с сахаром, кг	011342	180	232,70	21,07	14,96	7,30	0,13	1,02	0,78	21,45	28,69	191,30
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	200	252,39	5,47	43,10	267,15	0,09	2,66	1,22	37,56	45,81	126,27
Хлеб ржаной, кг	011336	50	61,52	0,20	15,07			0,10	0,02	0,15		
		25	123,00	3,85	25,35			0,10	1,00	20,00	20,50	64,50
		555	56,50	1,80	11,48			0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
1 нед. Вторник												
Завтрак												
Котлета домашняя, кг	011547	769,50	34,53	16,90	117,67	65,03	0,71	1,96	3,56	79,57	95,81	423,38
Макаронные изделия отварные (масло слив), кг	011413	100	207,39	20,23	9,97	4,13	0,38	1,33	0,86	23,98	28,91	201,66
Напиток фруктово-ягодный, кг	011347	180	291,11	8,42	48,12	49,90	0,06	0,43	0,15	3,45	2,25	4,00
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	200	91,50	0,23	22,76	11,00		0,10	1,00	20,00	20,50	64,50
Хлеб ржаной, кг	011336	50	123,00	3,85	25,35			0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
		25	56,50	1,80	11,48			0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
		555	564,35	25,02	79,05	263,11	1,01	82,28	3,75	148,14	85,97	339,83
1 нед. Среда												
Завтрак												
Подварка из свинины, кг	011482	100	178,39	15,89	5,88	215,58	0,52	4,73	0,75	21,71	26,79	179,66
Капуста тушеная, кг	011342	180	144,95	3,28	6,27	47,53	0,22	77,25	1,28	88,03	28,68	64,41
Чай с сахаром, кг	011335	200	61,52	0,20	15,07			0,10	0,02	0,15		
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011336	50	123,00	3,85	25,35			0,10	1,00	20,00	20,50	64,50
Хлеб ржаной, кг	011336	25	66,50	1,80	11,48			0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
		555	609,26	26,51	107,29	228,20	0,52	10,21	3,72	82,24	76,54	357,95
1 нед. Четверг												
Завтрак												
Макаронные изделия с курицей и овощами, кг	011678	100	609,26	26,51	107,29	228,20	0,52	10,21	3,72	82,24	76,54	357,95
Чай лимонный с сахаром, кг	011343	200	468,00	20,60	20,73	55,70	0,25	6,33	1,97	42,08	45,50	261,12
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	50	61,76	0,25	14,77	0,07		3,68	0,06	1,90	0,54	1,08
Хлеб ржаной, кг	011336	25	123,00	3,85	25,35			0,10	1,00	20,00	20,50	64,50
		555	56,50	1,80	11,48			0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
1 нед. Пятница												
Завтрак												
Патиссоны куриные, кг	011679	100	654,33	30,82	96,96	273,13	0,49	24,88	3,72	112,79	86,07	391,49
Картофельное пюре с тыквой, кг	011682	180	654,33	30,82	96,96	273,13	0,49	24,88	3,72	112,79	86,07	391,49
Чай с сахаром, кг	011342	200	253,73	21,39	22,39	61,46	0,08	0,81	0,70	17,22	23,11	190,50
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	50	159,58	3,58	22,67	211,67	0,14	24,58	1,19	57,18	32,47	105,23
Хлеб ржаной, кг	011336	25	61,52	0,20	15,07			0,10	0,02	0,15		
		555	123,00	3,85	25,35			0,10	1,00	20,00	20,50	64,50
		25	56,50	1,80	11,48			0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
1 нед. Суббота												
Завтрак												
Патиссоны куриные, кг	011679	100	654,33	30,82	96,96	273,13	0,49	24,88	3,72	112,79	86,07	391,49
Картофельное пюре с тыквой, кг	011682	180	654,33	30,82	96,96	273,13	0,49	24,88	3,72	112,79	86,07	391,49
Чай с сахаром, кг	011342	200	253,73	21,39	22,39	61,46	0,08	0,81	0,70	17,22	23,11	190,50
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	50	159,58	3,58	22,67	211,67	0,14	24,58	1,19	57,18	32,47	105,23
Хлеб ржаной, кг	011336	25	61,52	0,20	15,07			0,10	0,02	0,15		
		555	123,00	3,85	25,35			0,10	1,00	20,00	20,50	64,50
		25	56,50	1,80	11,48			0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
1 нед. Воскресенье												
Завтрак												
Патиссоны куриные, кг	011679	100	654,33	30,82	96,96	273,13	0,49	24,88	3,72	112,79	86,07	391,49
Картофельное пюре с тыквой, кг	011682	180	654,33	30,82	96,96	273,13	0,49	24,88	3,72	112,79	86,07	391,49
Чай с сахаром, кг	011342	200	253,73	21,39	22,39	61,46	0,08	0,81	0,70	17,22	23,11	190,50
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	50	159,58	3,58	22,67	211,67	0,14	24,58	1,19	57,18	32,47	105,23
Хлеб ржаной, кг	011336	25	61,52	0,20	15,07			0,10	0,02	0,15		
		555	123,00	3,85	25,35			0,10	1,00	20,00	20,50	64,50
		25	56,50	1,80	11,48			0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
		555	609,26	26,51	107,29	228,20	0,52	10,21	3,72	82,24	76,54	357,95
		25	66,50	1,80	11,48			0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
		555	609,26	26,51	107,29	228,20	0,52	10,21	3,72	82,24	76,54	357,95
		25	66,50	1,80	11,48			0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
		555	609,26	26,51	107,29	228,20	0,52	10,21	3,72	82,24	76,54	357,95
		25	66,50	1,80	11,48			0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
		555	609,26	26,51	107,29	228,20	0,52	10,21	3,72	82,24	76,54	357,95
		25	66,50	1,80	11,48			0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
		555	609,26	26,51	107,29	228,20	0,52	10,21	3,72	82,24	76,54	357,95
		25	66,50	1,80	11,48			0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
		555	609,26	26,51	107,29	228,20	0,52	10,21	3,72	82,24	76,54	357,95
		25	66,50	1,80	11,48			0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
		555	609,26	26,51	107,29	228,20	0,52	10,21	3,72	82,24	76,54	357,95
		25	66,50	1,80	11,48			0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
		555	609,26	26,51	107,29	228,20	0,52	10,21	3,72	82,24	76,54	357,95
		25	66,50	1,80	11,48			0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
		555	609,26	26,51	107,29	228,20	0,52	10,21	3,72	82,24	76,54	357,95
		25	66,50	1,80	11,48			0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
		555	609,26	26,51	107,29	228,20	0,52	10,21	3,72	82,24	76,54	357,95
		25	66,50	1,80	11,48			0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
		555	609,26	26,51	107,29	228,20	0,52	10,21	3,72	82,24	76,54	357,95
		25	66,50	1,80	11,48			0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
		555	609,26	26,51	107,29	228,20	0,52	10,21	3,72	82,24	76,54	357,95
		25	66,50	1,80	11,48			0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
		555	609,26	26,51	107,29	228,20	0,52	10,21	3,72	82,24	76,54	357,95
		25	66,50	1,80	11,48			0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
		555	609,26	26,51	107,29	228,20	0,52	10,21	3,72	82,24	76,54	357,95
		25	66,50	1,80	11,48			0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
		555	609,26	26,51	107,29	228,20	0,52	10,21	3,72	82,24	76,54	357,95
		25	66,50	1,80	11,48			0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
		555	609,26	26,51	107,29	228,20	0,52	10,21	3,72	82,24	76,54	357,95
		25	66,50	1,80	11,48			0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
		555	609,26	26,51	107,29	228,20	0,52	10,21	3,72	82,24	76,54	357,95
		25	66,50	1,80	11,48			0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
		555	609,26	26,51	107,29	228,20	0,52	10,21	3,72	82,24	76,54	357,95
		25	66,50	1,80	11,48			0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
		555	609,26	26,51	107,29	228,20	0,52	10,21	3,72	82,24	76,54	357,95
		25	66,50	1,80	11,48			0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
		555	609,26	26,51	107,29	228,20	0,52	10,21	3,72	82,24	76,54	357,95
		25	66,50	1,80	11,48			0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
		555	609,26	26,51	107,29	228,20	0,52	10,21	3,72	82,24	76,54	357,95
		25	66,50	1,80	11,48			0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
		555	609,26	26,51	107,29	228,20	0,52	10,21	3,72	82,24	76,54	357,95
		25	66,50	1,80	11,48			0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
		555	609,26	26,51	107,29	228,20	0,52	10,21	3,72	82,24	76,54	357,95

Завтрак	555	665,82	28,42	19,48	96,48	18,06	0,39	27,36	4,14	95,17	143,60	417,85
	110	203,23	16,14	12,89	5,43	9,43	0,12	19,95	0,77	27,77	28,66	166,71
	170	221,57	6,43	5,80	39,15	8,63	0,01	7,11	1,65	29,00	84,44	155,40
	200	61,52	0,20	0,05	15,07			0,10	0,02	0,15		
	50	123,00	3,85	0,42	25,35		0,17	0,10	1,00	20,00	20,50	64,50
2 нед. Вторник	25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
	550	718,01	34,23	15,44	113,24	34,44	0,77	5,19	4,31	73,16	217,07	522,03
	100	207,39	20,23	9,17	9,97	34,44	0,77	5,19	4,31	73,16	217,07	522,03
	180	280,66	8,46	5,53	53,96	4,13	0,38	1,33	0,86	23,98	28,91	201,66
	200	61,76	0,25	0,06	14,77	30,24	0,14		1,84	12,69	159,12	229,79
2 нед. Среда	50	123,00	3,85	0,42	25,35	0,07		3,68	0,06	1,90	0,54	1,08
	20	45,20	1,44	0,26	9,18		0,17	0,10	1,00	20,00	20,50	64,50
	555	882,46	33,02	26,90	127,86	55,18	0,54	52,14	5,05	132,93	149,15	471,13
	100	247,55	21,75	6,99	22,39	55,18	0,54	52,14	5,05	132,93	149,15	471,13
	180	363,91	5,39	19,06	45,89	44,18	0,01	51,51	2,27	32,28	60,72	149,73
2 нед. Четверг	200	91,50	0,23	0,11	22,76	11,00	0,26	0,43	0,15	3,45	2,25	4,00
	50	123,00	3,85	0,42	25,35		0,17	0,10	1,00	20,00	20,50	64,50
	20	704,91	34,22	30,24	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
	555	704,91	34,22	30,24	94,18	24,97	0,44	20,86	3,01	136,16	89,71	437,38
	200	653,90	28,37	29,44	42,29	24,97	0,44	20,86	3,01	136,16	89,71	437,38
8 нед. Пятница	50	61,52	0,20	0,05	15,07		0,18	20,56	1,29	97,76	59,21	341,63
	25	56,50	1,80	0,33	11,48			0,10	0,02	0,15		
	555	577,93	25,03	18,30	78,45	457,37	0,17	0,10	1,00	20,00	20,50	64,50
	100	178,39	15,89	9,98	78,45	457,37	0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
	180	158,28	3,23	7,52	5,88	215,58	0,99	34,62	4,01	104,75	83,68	334,68
8 нед. Суббота	200	61,76	0,25	0,06	14,77	0,07	0,99	34,62	4,01	104,75	83,68	334,68
	50	123,00	3,85	0,42	25,35		0,52	4,73	0,75	21,71	26,79	179,66
	25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,21	26,01	1,50	42,89	25,86	58,19
	555	577,93	25,03	18,30	78,45	457,37	0,17	0,10	1,00	20,00	20,50	64,50
	100	178,39	15,89	9,98	78,45	457,37	0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
8 нед. Воскресенье	180	158,28	3,23	7,52	5,88	215,58	0,99	34,62	4,01	104,75	83,68	334,68
	200	61,76	0,25	0,06	14,77	0,07	0,52	4,73	0,75	21,71	26,79	179,66
	50	123,00	3,85	0,42	25,35		0,21	26,01	1,50	42,89	25,86	58,19
	25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,17	0,10	1,00	20,00	20,50	64,50
	555	577,93	25,03	18,30	78,45	457,37	0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25

Прошито и пронумеровано _____) листов

061025

Директор ООО Столовая №41

Аристова Н.С.

