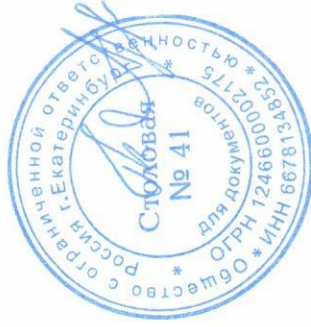


Утверждаю:
Директор ООО Столовая № 41
Н.С. Аристова



Согласовано:
Директор МАОУ Гимназия № 120
И.А. Писклова



Примерное десятидневное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд
Период действия 10.11.2025 - 31.12.2025 г
Комплекс за счет средств субсидии бесплатное одноразовое питание (завтрак)
5 - 11 класс, 128,56 руб.

Плановое меню по категории питающихся

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

Организация	Категория питающихся	Название	№ рецепта	Вес порции	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	A	B1	C	Fe	Ca	Mg	Фосфор
5-11 классы															
1 нед. Понедельник															
Завтрак															
		Печень по-строгановски, кг	011856	555	808,92	28,62	20,03	132,55	1 050,70	0,55	27,03	8,20	97,23	87,35	484,96
		Макаронные изделия отварные (масло слив), кг	011413	100	808,92	28,62	20,03	132,55	1 050,70	0,55	27,03	8,20	97,23	87,35	484,96
		Напиток из смеси сухофруктов, кг	011715	180	189,12	14,29	12,29	8,90	1 000,00	0,23	26,39	5,23	41,08	18,29	256,24
		Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	200	291,11	8,42	6,88	48,12	49,90	0,06	0,44	0,85	13,90	34,15	121,97
		Хлеб ржаной, кг	011336	50	149,20	0,26	0,12	38,71	0,80		0,10	0,42	4,00	4,40	11,00
1 нед. Вторник															
Завтрак															
		Плов с курицей и куркумой 2, кг	011530	550	782,83	29,88	18,86	120,16	283,06	0,60	8,79	3,92	132,08	89,27	405,72
		Чай лимонный с сахаром, кг	011343	250	782,83	29,88	18,86	120,16	283,06	0,60	8,79	3,92	132,08	89,27	405,72
		Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	200	485,07	22,17	17,73	57,09	282,99	0,24	4,81	1,47	73,68	48,23	277,64
		Хлеб ржаной, кг	011336	50	61,76	0,25	0,06	14,77	0,07		3,68	0,06	1,90	0,54	1,08
1 нед. Среда															
Завтрак															
		Гуляш из свинины, кг	011397	550	123,00	3,85	0,42	25,35		0,17	0,10	1,00	20,00	20,50	64,50
		Булгур с томатом, кг	011483	50	113,00	3,60	0,65	22,95		0,20	0,20	1,40	36,50	20,00	62,50
		Чай с сахаром, кг	011342	160	679,81	29,15	15,89	106,69	202,20	0,88	10,67	4,67	101,49	144,77	445,29
		Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	200	173,75	15,45	9,31	6,47	194,08	0,50	3,58	0,70	17,54	24,80	172,03
		Хлеб ржаной, кг	011336	50	208,54	6,05	5,46	36,85	8,12	0,01	6,69	1,56	27,30	79,48	146,26
1 нед. Четверг															
Завтрак															
		Тефтелька мясная с рисом с томатным соусом 80/20, кг	011943	550	61,52	0,20	0,05	15,07		0,17	0,10	1,00	20,00	20,50	64,50
		Картофельное пюре 2, кг	011941	50	123,00	3,85	0,42	25,35		0,20	0,20	1,40	36,50	20,00	62,50
		Напиток фруктовый, кг	011951	50	113,00	3,60	0,65	22,95		0,20	0,20	1,40	36,50	20,00	62,50
		Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	200	607,64	24,37	10,33	104,51	47,57	0,81	27,77	3,99	116,39	94,30	366,92
		Хлеб ржаной, кг	011336	50	607,64	24,37	10,33	104,51	47,57	0,81	27,77	3,99	116,39	94,30	366,92
1 нед. Пятница															
Завтрак															
		Рагу из курицы с овощами, кг	011577	550	156,28	13,39	6,73	9,61	22,59	0,31	1,38	0,44	14,58	20,06	142,67
		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
		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	3,40
		Хлеб ржаной, кг	011336	50	113,00	3,60	0,65	22,95		0,17	0,10	1,00	20,00	20,50	64,50
2 нед. Понедельник															
Завтрак															
		Рагу из курицы с овощами, кг	011577	550	555,92	26,17	8,51	94,15	306,68	0,60	30,17	4,40	103,09	99,49	366,69
		Чай Каркаде с сахаром, кг	011947	250	555,92	26,17	8,51	94,15	306,68	0,60	30,17	4,40	103,09	99,49	366,69
		Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	200	258,40	18,52	7,39	30,78	306,68	0,24	29,77	1,98	46,44	58,99	239,69
		Хлеб ржаной, кг	011336	50	61,52	0,20	0,05	15,07		0,10	0,10	0,02	0,15		
2 нед. Вторник															
Завтрак															
		Рагу из курицы с овощами, кг	011577	555	123,00	3,85	0,42	25,35		0,17	0,10	1,00	20,00	20,50	64,50
		Чай Каркаде с сахаром, кг	011947	250	113,00	3,60	0,65	22,95		0,20	0,20	1,40	36,50	20,00	62,50
		Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	200	822,71	29,94	21,32	132,82	35,13	0,90	2,15	4,52	63,92	215,36	503,78
		Хлеб ржаной, кг	011336	100	822,71	29,94	21,32	132,82	35,13	0,90	2,15	4,52	63,92	215,36	503,78
2 нед. Среда															
Завтрак															
		Азу из свинины, кг	011466	100	213,36	15,57	14,92	3,32	4,09	0,50	1,51	0,56	8,99	21,34	167,24

Каша гречневая рассыпчатая, кг	011414	180	280,66	8,46	5,53	53,96	30,24	0,14		1,84	12,69	159,12	229,79
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	11,00
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	50	123,00	3,85	0,42	25,35		0,17	0,10	1,00	20,00	20,50	64,50
Хлеб ржаной, кг	011336	25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
2 нед. Вторник													
Завтрак													
Фрикасе из куриного филе, кг	011435	555	766,48	25,75	19,92	118,01	153,05	0,48	1,83	3,11	124,55	73,86	356,19
Рис припущенный с куркумой, кг	011436	90	186,93	14,79	12,02	118,01	153,05	0,48	1,83	3,11	124,55	73,86	356,19
Напиток фруктово-ягодный, кг	011347	190	308,55	5,09	7,04	4,00	142,05	0,08	0,96	0,36	33,58	21,33	152,15
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	200	91,50	0,23	0,11	54,43		0,13	0,25	0,90	49,27	19,79	104,29
Хлеб ржаной, кг	011336	50	123,00	3,85	0,42	22,76	11,00		0,43	0,15	3,45	2,25	4,00
		25	56,50	1,80	0,33	25,35		0,17	0,10	1,00	20,00	20,50	64,50
2 нед. Среда													
Завтрак													
Филе минтая припущенное в соусе с овощами, кг	011945	550	541,30	22,68	7,96	95,15	106,49	0,52	29,59	4,08	142,77	116,08	361,84
Картофельное пюре 2, кг	011941	90	112,43	11,42	4,23	95,15	106,49	0,52	29,59	4,08	142,77	116,08	361,84
Чай Каркаде с сахаром, кг	011947	160	131,35	3,60	2,61	6,70	86,33	0,02	2,19	0,54	40,57	41,47	134,74
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	200	61,52	0,20	0,05	25,08	20,16	0,14	27,00	1,13	45,55	34,10	100,10
Хлеб ржаной, кг	011336	50	123,00	3,85	0,42	15,07			0,10	0,02	0,15		
		50	113,00	3,60	0,65	25,35		0,17	0,10	1,00	20,00	20,50	64,50
2 нед. Четверг													
Завтрак													
Курица в сырном соусе, кг	011953	555	769,62	33,56	14,39	120,20	17,15	0,42	130,34	3,32	102,35	92,64	419,87
Макаронные изделия отварные м/р, кг	011532	90	144,60	18,36	6,07	120,20	17,15	0,42	130,34	3,32	102,35	92,64	419,87
Напиток из плодов шиповника, кг	011348	190	308,72	8,87	7,30	2,93		0,08	0,14	0,44	49,48	24,49	195,56
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	200	136,80	0,68	0,28	50,79		0,07		0,90	14,42	36,05	128,56
Хлеб ржаной, кг	011336	50	123,00	3,85	0,42	29,66		0,01	130,00	0,28	0,20	1,60	
		25	56,50	1,80	0,33	25,35		0,17	0,10	1,00	20,00	20,50	64,50
2 нед. Пятница													
Завтрак													
Жаркое по домашнему из свинины 2, кг	011470	555	553,96	24,73	14,76	81,19	9,39	0,91	32,25	3,85	79,37	89,88	353,36
Чай с сахаром, кг	011342	280	312,94	18,88	13,96	81,19	9,39	0,91	32,25	3,85	79,37	89,88	353,36
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	200	61,52	0,20	0,05	29,29	9,39	0,64	31,95	2,14	40,97	59,38	257,61
Хлеб ржаной, кг	011336	50	123,00	3,85	0,42	15,07			0,10	0,02	0,15		
		25	56,50	1,80	0,33	25,35		0,17	0,10	1,00	20,00	20,50	64,50
						11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25

Прошито и пронумеровано _____) листов

Директор ООО Столовая №41

Аристова Н.С.

Столовая
№ 41

для документов
ОГРН 1246600002175
ИНН 6678134852