

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 10.11.2025 - 31.12.2025 г.

Комплекс суп + выпечка

5 - 11 класс (родительская плата), 94,00 руб.

Плановое меню по категории питающихся

Параметры: Организация: ООО Столовая № 41 г. Екат...
Категория питающихся: 5-11 классы
Тип планового меню: 94-00 Суп/выпечка

Организация	Категория питающихся	Название	№ рецепта	Вес порции	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	A	B1	C	Fe	Ca	Mg	Фосфор
5-11 классы															
1 нед. Понедельник															
Обед															
		Суп гороховый куриный, кг	011385	600	901,04	22,42	20,13	158,69	225,33	0,50	12,17	4,97	93,88	83,08	300,04
		Напиток из смеси сухофруктов, кг	011715	250	154,82	7,54	4,88	21,11	121,44	0,24	11,58	2,20	44,76	39,36	122,64
		Плюшка с сахаром, 100г	011791	100	479,02	10,90	14,60	74,72	103,09	0,08	0,44	0,42	4,00	4,40	11,00
		Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	25	61,50	1,93	0,21	12,68		0,08	0,05	0,50	10,00	10,25	32,25
		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
1 нед. Вторник															
Обед															
		Борщ Морячок со сметаной, кг	011439	600	666,61	16,08	18,18	109,38	111,63	0,35	26,66	3,61	104,29	74,59	222,16
		Чай лимонный с сахаром, кг	011343	250	130,16	3,81	7,15	109,38	111,63	0,35	26,66	3,61	104,29	74,59	222,16
		Пирожок с картофелем, 100г	011970	200	61,76	0,25	0,06	14,77	0,07	0,08	15,89	1,29	54,70	31,90	65,38
		Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	25	61,50	1,93	0,21	12,68		0,08	0,05	0,50	10,00	10,25	32,25
		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
1 нед. Среда															
Обед															
		Суп куриный с картофелем и макаронными изделиями, кг	011386	600	758,52	18,50	19,30	127,54	185,49	0,36	15,84	3,50	88,89	65,88	239,55
		Чай с сахаром, кг	011342	250	164,48	4,95	6,61	22,16	95,22	0,10	15,51	1,12	25,98	27,65	85,27
		Булочка с корицей, 100г	011881	200	61,52	0,20	0,05	15,07		0,07	0,08	0,17	34,51	17,98	90,78
		Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	25	61,50	1,93	0,21	12,68		0,08	0,05	0,50	10,00	10,25	32,25
		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
1 нед. Четверг															
Обед															
		Рассольник ленинградский со сметаной, кг	011381	600	687,64	14,64	17,47	118,70	170,76	0,34	16,33	3,09	75,11	60,34	210,84
		Напиток фруктовый, кг	011951	250	146,93	4,12	7,26	17,34	101,22	0,09	13,73	1,05	31,57	25,10	77,37
		Пирожок печеный с яблоками, 100г	011697	200	92,22	0,15	0,08	23,09	6,08	0,00	0,77	0,10	2,61	1,77	3,40
		Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	25	61,50	1,93	0,21	12,68		0,06	1,68	0,74	12,68	13,22	66,57
		Хлеб ржаной, кг	011336	25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,08	0,05	0,50	10,00	10,25	32,25
1 нед. Пятница															
Обед															
		Суп-пюре овощной с гречками, кг	011379	600	861,54	19,75	33,57	122,37	156,23	0,44	13,65	3,97	211,15	77,79	276,41
		Чай Каркаде с сахаром, кг	011947	250	248,23	4,95	14,31	122,37	156,23	0,44	13,65	3,97	211,15	77,79	276,41
		Булочка с маком 100 гр	ТТК№22	200	61,52	0,20	0,05	15,07	137,23	0,14	13,31	1,44	87,98	29,63	103,43
		Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	100	433,79	10,87	18,68	57,28	19,00	0,11	0,09	1,31	94,77	27,91	109,48
		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. Понедельник															
		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
		Понедельник			901,04	22,42	20,13	158,69	225,33	0,50	12,17	4,97	93,88	83,08	300,04

Обед	Суп гороховый куриный, кг	011385	600	901,04	22,42	20,13	158,69	225,33	0,50	12,17	4,97	93,88	83,08	300,04
	Напиток из смеси сухофруктов, кг	011715	250	154,82	7,54	4,88	21,11	121,44	0,24	11,58	2,20	44,76	39,36	122,64
	Плюшка с сахаром, 100г	011791	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	100	479,02	10,90	14,60	74,72	103,09	0,08		1,15	16,87	19,07	102,90
	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	Хлеб ржаной, кг		25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
	Обед			673,97	14,48	17,37	115,83	181,76	0,32	18,84	3,25	87,59	59,05	200,20
	Борщ со сметаной, кг	011382	600	673,97	14,48	17,37	115,83	181,76	0,32	18,84	3,25	87,59	59,05	200,20
	Напиток фруктово-ягодный, кг	011347	250	133,98	3,87	7,12	14,81	107,30	0,08	16,58	1,17	43,21	23,33	66,13
	Пирожок печеный с яблоками, 100г	011697	200	91,50	0,23	0,11	22,76	11,00		0,43	0,15	3,45	2,25	4,00
2 нед. Среда	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	100	330,49	6,65	9,60	54,12	63,46	0,06	1,68	0,74	12,68	13,22	66,57
	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
	Обед		25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
	Суп куриный с картофелем и макаронными изделиями, Чай Каркаде с сахаром, кг	011386	600	734,42	14,93	16,94	132,72	149,81	0,34	16,01	2,95	63,27	58,32	204,11
	Ватрушка с повидлом, 100г	011947	200	164,48	4,95	6,61	22,16	95,22	0,10	15,51	1,12	25,98	27,65	85,27
2 нед. Четверг	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011971	100	390,42	6,05	9,74	71,34	54,59	0,05	0,25	0,62	8,89	10,42	55,34
	Хлеб ржаной, кг	011335	25	61,50	1,93	0,21	12,68		0,08	0,05	0,50	10,00	10,25	32,25
	Обед	011336	25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
	Солянка домашняя со сметаной, кг	011387	600	744,38	21,74	21,35	113,22	107,32	0,38	147,28	3,31	112,76	62,28	262,26
	Напиток из плодов шиповника, кг	011348	250	141,46	5,77	6,60	15,78	23,33	0,14	17,04	1,17	27,99	26,31	91,32
2 нед. Пятница	Ватрушка с творогом, 100г	011972	100	348,12	11,56	13,94	29,66	83,99	0,01	130,00	0,28	0,20	1,60	
	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	25	61,50	1,93	0,21	12,68		0,05	0,09	0,66	56,32	14,12	107,44
	Хлеб ржаной, кг	011336	25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,08	0,05	0,50	10,00	10,25	32,25
	Обед		25	861,54	19,75	33,57	122,37	156,23	0,44	13,65	3,97	211,15	77,79	276,41
	Суп-пюре овощной с гречками, кг	011379	600	861,54	19,75	33,57	122,37	156,23	0,44	13,65	3,97	211,15	77,79	276,41
2 нед. Суббота	Чай с сахаром, кг	011342	250	248,23	4,95	14,31	25,87	137,23	0,14	13,31	1,44	87,98	29,63	103,43
	Булочка с маком 100 гр	ТТК№22	200	61,52	0,20	0,05	15,07			0,10	0,02	0,15		
	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	100	433,79	10,87	18,68	57,28	19,00	0,11	0,09	1,31	94,77	27,91	109,48
	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
	Обед		25	56,50	1,80	0,33	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.

