

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)

1 - 4 класс, 108,64 руб.

Плановое меню по категории питающихся

Параметры: Организация: ООО Столовая № 41 г. Екат...
 Категория питающихся: 1-4 классы
 Тип планового меню: 108-64 (1-4) 1 смена

Организация	Категория питающихся	Название	№ рецепта	Вес порции	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	A	B1	C	Fe	Ca	Mg	Фосфор
1 нед. Понедельник															
Завтрак															
		Бутерброд с сыром 10/25, порц	011864	500	580,87	16,96	14,49	95,93	90,45	0,41	19,18	2,63	211,06	81,08	328,01
		Каша пшенная молочная с маслом, кг	011355	35	580,87	16,96	14,49	95,93	90,45	0,41	19,18	2,63	211,06	81,08	328,01
		Напиток витаминизированный "Витоска", кг	011340	190	282,17	6,71	9,35	42,73	73,95	0,15	0,15	1,21	95,06	51,68	178,41
		Батон витаминизированный, кг	011418	200	6,10			1,53			18,83				
		Хлеб ржаной, кг	011336	25	72,00	2,08	0,88	14,25		0,03			4,75	3,25	16,25
				50	113,00	3,60	0,65	22,95		0,20	0,20	1,40	36,50	20,00	62,50
1 нед. Вторник															
Завтрак															
		Запеканка из творога со сгущенкой 130/20, кг	012000	500	576,15	20,59	13,43	95,75	73,13	0,20	5,35	1,32	168,22	32,60	235,13
		Чай Каркаде с сахаром, кг	011947	150	334,13	16,25	12,01	41,14	70,13	0,04	0,55	0,50	139,07	14,35	176,63
		Фрукт, кг	011337	200	61,52	0,20	0,05	15,07			0,10	0,02	0,15		
		Батон витаминизированный, кг	011418	100	52,00	0,26	0,17	13,81	3,00	0,03	4,60	0,10	6,00	5,00	11,00
		Хлеб ржаной, кг	011336	25	72,00	2,08	0,88	14,25		0,03			4,75	3,25	16,25
				25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
1 нед. Среда															
Завтрак															
		Котлета домашняя, кг	011547	500	626,39	29,85	14,43	97,44	30,67	0,60	4,98	3,16	57,76	181,25	434,33
		Каша гречневая рассыпчатая, кг	011414	90	626,39	29,85	14,43	97,44	30,67	0,60	4,98	3,16	57,76	181,25	434,33
		Чай лимонный с сахаром, кг	011343	160	186,65	18,20	8,25	8,97	3,72	0,34	1,20	0,77	21,58	26,02	181,50
		Батон витаминизированный, кг	011418	200	249,47	7,52	4,92	47,97	26,88	0,13	3,68	0,06	11,28	141,44	204,26
		Хлеб ржаной, кг	011336	25	72,00	2,08	0,88	14,25	0,07				1,90	0,54	1,08
				25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,03			4,75	3,25	16,25
1 нед. Четверг															
Завтрак															
		Бутерброд с сыром 10/25, порц	011864	505	661,57	17,56	16,05	111,73	116,12	0,29	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
		Каша Дружба (пшено, рис) с маслом, кг	011356	35	661,57	17,56	16,05	111,73	116,12	0,29	0,48	1,78	267,22	69,74	341,67
		Чай с молоком, кг	011344	220	338,95	4,57	3,62	14,47	16,50	0,03	0,48	1,78	267,22	69,74	341,67
		Батон витаминизированный, кг	011418	200	86,52	1,85	1,04	54,07	85,62	0,13	0,18	1,05	109,32	44,84	177,32
		Хлеб ржаной, кг	011336	25	72,00	2,08	0,88	14,25	14,00		0,20	0,02	60,15	5,50	46,00
				25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,03			4,75	3,25	16,25
1 нед. Пятница															
Завтрак															
		Курица в сырном соусе, кг	011953	505	633,14	29,49	13,26	97,74	56,83	0,28	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
		Макаронные изделия отварные (масло слив), кг	011413	80	128,53	16,32	5,40	2,60	56,83	0,28	0,32	1,82	83,47	66,73	339,23
		Чай с сахаром, кг	011342	150	242,59	7,02	5,73	40,10	15,25	0,07	0,12	0,39	43,98	21,77	173,83
		Батон витаминизированный, кг	011418	200	61,52	0,20	0,05	15,07	41,58	0,05	0,10	0,71	11,58	28,46	101,64
		Хлеб ржаной, кг	011336	50	144,00	4,15	1,75	28,50		0,06	0,10	0,02	9,50	6,50	32,50
				25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
2 нед. Понедельник															
Завтрак															
				505	657,80	12,33	22,60	101,48	181,51	0,20	0,39	1,12	143,28	37,56	195,13
					657,80	12,33	22,60	101,48	181,51	0,20	0,39	1,12	143,28	37,56	195,13

2 нед. Вторник	Бутерброд с маслом сливочным 10/25, порц	011362	35	159,60	2,10	10,82	14,25	84,00	0,03			5,15	3,25	16,55
	Каша рисовая молочная с маслом, кг	011467	220	308,18	6,16	10,53	46,43	97,51	0,05	0,19	0,40	114,98	21,06	131,08
	Чай Каркаде с сахаром, кг	011947	200	61,52	0,20	0,05	15,07			0,10	0,02	0,15		
	Батон витаминизированный, кг	011418	25	72,00	2,08	0,88	14,25		0,03	0,10	0,70	18,25	3,25	16,25
	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
									0,19	8,50	2,64	162,50	40,34	324,08
									0,19	8,50	2,64	162,50	40,34	324,08
									0,12	1,79	126,85	18,30	248,25	1,08
									0,03	3,68	0,06	1,90	0,54	11,00
									0,06	4,60	0,10	6,00	5,00	32,50
2 нед. Среда	Завтрак								0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
	Омлет натуральный, кг	011358	150	209,88	14,23	14,96	72,14	175,87	0,19					
	Чай лимонный с сахаром, кг	011343	200	61,76	0,25	0,06	3,58	175,87	0,19	0,12	1,79	126,85	18,30	248,25
	Фрукт, кг	011337	100	52,00	0,26	0,17	14,77	172,80		3,68	0,06	1,90	0,54	1,08
	Батон витаминизированный, кг	011418	50	144,00	4,15	1,75	28,50		0,03	4,60	0,10	6,00	5,00	11,00
	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
									0,23	0,48	1,65	269,60	97,98	350,64
									0,23	0,48	1,65	269,60	97,98	350,64
									0,03	0,18	0,91	111,70	73,08	186,29
									0,07	0,20	0,02	60,15	5,50	46,00
2 нед. Четверг	Завтрак								0,03			4,75	3,25	16,25
	Бутерброд с сыром 10/25, порц	011864	35	107,60	4,57	3,62	14,47		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
	Каша Ассорти (греча, рис) с маслом, кг	011775	220	330,50	7,45	9,79	54,62	116,12	0,23	6,84	3,18	79,36	120,06	349,89
	Чай с молоком, кг	011344	200	86,52	1,85	1,04	17,47		0,03	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
	Батон витаминизированный, кг	011418	25	72,00	2,08	0,88	14,25		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
	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
									0,06	6,84	3,18	79,36	120,06	349,89
									0,09	6,84	3,18	79,36	120,06	349,89
									0,34	2,39	0,47	11,70	16,53	114,69
									0,00	4,15	1,30	21,51	77,03	140,20
2 нед. Пятница	Завтрак								0,06			9,50	6,50	32,50
	Гуляш из свинины, кг	011397	60	115,83	10,30	6,21	4,31		0,20	0,20	1,40	36,50	20,00	62,50
	Булгур с маслом, кг	011915	140	183,24	5,74	3,41	35,21		0,20	0,20	1,40	36,50	20,00	62,50
	Чай с сахаром, кг	011342	200	61,52	0,20	0,05	15,07		0,06	0,20	1,40	36,50	20,00	62,50
	Батон витаминизированный, кг	011418	50	113,00	3,60	0,65	22,95		0,20	0,20	1,40	36,50	20,00	62,50
	Хлеб ржаной, кг	011336	50	635,59	14,56	20,85	100,82	157,98	0,49	5,38	2,76	153,62	81,22	309,43
									0,49	5,38	2,76	153,62	81,22	309,43
									0,03	0,15	1,36	107,22	54,72	214,13
									0,08	5,03				
									0,03	0,20	1,40	36,50	20,00	62,50
2 нед. Суббота	Завтрак								0,20	0,20	1,40	36,50	20,00	62,50
	Бутерброд с маслом сливочным 10/25, порц	011362	35	159,60	2,10	10,82	14,25	84,00	0,03	0,15	1,36	107,22	54,72	214,13
	Каша пшеничная молочная с маслом, кг	011584	190	288,49	6,78	8,50	43,62	73,95	0,15	0,15	1,36	107,22	54,72	214,13
	Кисель с витаминами "Витошка", кг	011341	200	22,50			5,75	0,03	0,08	5,03				
	Батон витаминизированный, кг	011418	25	72,00	2,08	0,88	14,25		0,03	0,20	1,40	36,50	20,00	62,50
	Хлеб ржаной, кг	011336	50	113,00	3,60	0,65	22,95		0,20	0,20	1,40	36,50	20,00	62,50
									0,03	0,20	1,40	36,50	20,00	62,50
									0,03	0,20	1,40	36,50	20,00	62,50
									0,03	0,20	1,40	36,50	20,00	62,50
									0,03	0,20	1,40	36,50	20,00	62,50

Прошито и пронумеровано _____) листов

Директор ООО Столовая №41

Аристова Н.С.

