

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 за счет средств субсидии бесплатное двухразовое питание

1 - 4 класс, 271,59 руб.

Плановое меню по категории питающихся

Параметры: Организация: ООО Столовая № 41 г. Екат...
 Категория питающихся: 1-4 классы
 Тип планового меню: 271-59 (1-4) 2-х разовое

Организация	Категория питающихся	Название	1-4 классы	№ 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	1 446,22	48,78	36,05	236,46	1 129,98	1,12	52,83	11,92	337,67	192,39	432,57
		Каша пшеничная 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 "Витошка", кг		011340	190	107,60	4,57	3,62	14,47	16,50	0,03	0,03	0,02	74,75	6,15	70,85
		Батон витаминизированный, кг		011418	200	282,17	6,71	9,35	42,73	73,95	0,15	0,15	1,21	95,06	51,68	178,41
		Хлеб ржаной, кг		011336	25	6,10			1,53			18,83				
					25	72,00	2,08	0,88	14,25		0,03			4,75	3,25	16,25
		Обед			50	113,00	3,60	0,65	22,95		0,20	0,20	1,40	36,50	20,00	62,50
		Суп гороховый куриный, кг		011385	715	865,35	31,82	21,55	140,53	1 039,53	0,71	33,65	9,29	126,61	111,31	537,12
		Печень по-строгановски, кг		011856	200	123,86	6,03	3,90	16,89	97,15	0,19	9,26	1,76	35,81	31,49	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	230,62
		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	101,64
		Хлеб витаминизированный пшеничный, кг		011335	200	149,20	0,26	0,12	38,71	0,80		0,44	0,42	4,00	4,40	11,00
		Хлеб ржаной, кг		011336	50	123,00	3,85	0,42	25,35		0,17	0,10	1,00	20,00	20,50	64,50
					25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
1 нед. Вторник																
Завтрак																
		Запеканка из творога со сгущенкой 130/20, кг		012000	500	1 387,20	50,82	36,97	213,18	411,84	0,75	28,56	5,51	322,86	135,46	325,40
		Чай Каркаде с сахаром, кг		011947	150	576,15	20,59	13,43	95,75	73,13	0,20	5,35	1,32	168,22	32,60	235,13
		Фрукт, кг		011337	200	334,13	16,25	12,01	41,14	70,13	0,04	0,55	0,50	139,07	14,35	176,63
		Батон витаминизированный, кг		011418	100	61,52	0,20	0,05	15,07			0,10	0,02	0,15		
		Хлеб ржаной, кг		011336	25	52,00	0,26	0,17	13,81	3,00	0,03	4,60	0,10	6,00	5,00	11,00
					25	72,00	2,08	0,88	14,25		0,03			4,75	3,25	16,25
		Обед			25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
		Борщ Морячок со сметаной, кг		011439	715	811,05	30,24	23,54	117,44	338,71	0,56	21,21	4,20	154,64	102,86	415,66
		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	52,30
		Чай лимонный с сахаром, кг		011343	240	465,66	21,29	17,02	54,80	271,67	0,23	4,62	1,41	70,73	46,30	266,53
		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	50	123,00	3,85	0,42	25,35		0,17	0,10	1,00	20,00	20,50	64,50
					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	1 368,25	60,78	34,94	208,07	308,53	1,46	27,53	7,92	160,07	333,17	453,72
		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	61,76	0,25	0,06	14,77	0,07				1,90	0,54	1,08
		Обед			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
		Суп куриный с картофелем и макаронными изделиями, кг		011386	715	741,86	30,93	20,51	110,63	277,87	0,86	22,55	4,77	102,32	151,92	473,11
		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	68,22
		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	172,03
					150	195,50	5,67	5,12	34,55	7,62	0,01	6,27	1,46	25,59	74,51	137,12

[illegible]

Хлеб ржаной, кг	011336	25	56,50	1,80	0,33	11,48	238,89	0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
Обед		715	808,71	27,78	24,14	118,40		0,51	15,05	3,85	148,75	88,36	387,11
Борщ со сметаной, кг	011382	200	107,19	3,10	5,70	11,84	85,84	0,06	13,27	0,93	34,57	18,66	52,90
Фрикасе из куриного филе, кг	011435	90	186,93	14,79	12,02	4,00	142,05	0,08	0,96	0,36	33,58	21,33	152,15
Рис припущенный с куркумой, кг	011436	150	243,60	4,02	5,56	42,97		0,11	0,20	0,71	38,90	15,62	82,34
Напиток фруктово-ягодный, кг	011347	200	91,50	0,23	0,11	22,76	11,00	0,43	0,15	3,45	2,25	4,00	
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. Среда													
Завтрак		505	1 363,18	46,42	30,54	228,77	326,16	0,85	44,13	6,83	440,00	244,18	403,24
Бутерброд с сыром 10/25, порц	011864	35	653,12	17,75	15,66	112,29	116,12	0,23	0,48	1,65	269,60	97,98	350,64
Каша Ассорти (греча, рис) с маслом, кг	011775	220	330,50	7,45	9,79	54,62	85,62	0,07	0,18	0,91	111,70	73,08	186,29
Чай с молоком, кг	011344	200	86,52	1,85	1,04	17,47	14,00	0,20	0,02	0,02	60,15	5,50	46,00
Батон витаминизированный, кг	011418	25	72,00	2,08	0,88	14,25		0,03			4,75	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
Обед		800	710,06	28,67	14,88	116,49	210,03	0,62	43,65	5,18	170,41	146,20	455,83
Суп куриный с картофелем и макаронными изделиями, кг	011386	250	164,48	4,95	6,61	22,16	95,22	0,10	15,51	1,12	25,98	27,65	85,27
Филе минтая припущенное в соусе с овощами, кг	011945	100	124,92	12,69	4,70	7,45	95,92	0,02	2,44	0,60	45,08	46,08	149,71
Картофельное пюре 2, кг	011941	150	123,14	3,38	2,45	23,51	18,90	0,13	25,31	1,06	42,70	31,97	93,85
Чай Каркаде с сахаром, кг	011947	200	61,52	0,20	0,05	15,07		0,10	0,02	0,02	0,15		
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	50	113,00	3,60	0,65	22,95		0,20	0,20	1,40	36,50	20,00	62,50
2 нед. Четверг													
Завтрак		500	1 389,95	60,42	30,67	215,82	192,63	1,04	150,77	6,80	196,56	218,63	402,62
Гуляш из свинины, кг	011397	60	617,59	23,99	12,07	106,04	154,90	0,59	6,84	3,18	79,36	120,06	349,89
Булгур с маслом, кг	011915	140	183,24	5,74	3,41	35,21	25,52	0,00	4,15	1,30	21,51	77,03	114,69
Чай с сахаром, кг	011342	200	61,52	0,20	0,05	15,07		0,10	0,02	0,02	0,15		140,20
Батон витаминизированный, кг	011418	50	144,00	4,15	1,75	28,50		0,06	0,10	1,00	20,00	20,50	64,50
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
Обед		700	772,36	36,43	18,60	109,78	37,73	0,44	143,94	3,62	117,21	98,57	455,34
Солянка домашняя со сметаной, кг	011387	200	113,17	4,62	5,28	12,62	18,67	0,11	13,63	0,94	22,39	21,04	73,06
Курица в сырном соусе, кг	011953	100	160,66	20,40	6,74	3,25	19,06	0,09	0,15	0,49	54,98	27,22	217,29
Макаронные изделия отварные м/р , кг	011532	150	243,73	7,00	5,76	40,10		0,05	0,71	11,39	28,46	101,49	
Напиток из плодов шиповника, кг	011348	200	136,80	0,68	0,28	29,66		0,01	130,00	0,28	0,20	1,60	
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	25	61,50	1,93	0,21	12,68		0,08	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
2 нед. Пятница													
Завтрак		500	1 399,93	42,35	45,38	210,00	275,81	1,52	43,81	8,16	315,77	196,33	369,99
Бутерброд с маслом сливочным 10/25, порц	011362	35	635,59	14,56	20,85	100,82	157,98	0,49	5,38	2,76	153,62	81,22	309,43
Каша пшеничная молочная с маслом, кг	011584	190	268,49	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			4,75	3,25	16,25
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
Обед		740	764,34	27,79	24,53	109,17	117,83	1,03	38,43	5,40	162,15	115,11	430,55
Суп-пюре овощной с гречками, кг	011379	200	198,58	3,96	11,45	20,70	109,78	0,11	10,64	1,15	70,38	23,71	82,74
Жаркое по домашнему из свинины 2, кг	011470	240	268,24	16,18	11,96	25,11	8,04	0,55	27,39	1,83	35,12	50,90	220,81
Чай с сахаром, кг	011342	200	61,52	0,20	0,05	15,07		0,10	0,02	0,02	0,15		
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	50	113,00	3,60	0,65	22,95		0,20	0,20	1,40	36,50	20,00	62,50

Прошито и пронумеровано _____) листов

Директор ООО Столовая №41

Аристова Н.С.

