

Утверждаю:
И.о. директора ООО Столовая № 41
Е.А. Макаров



Согласовано:
Директор МАОУ СОШ № 96
В.Ф. Садрисламова



Примерное десятидневное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд
Период действия 02.09.2024 - 27.12.2024 г.
Комплекс ГПД
1 - 4 класс (родительская плата), 100,00 руб.

Плановое меню по категории питающихся

Параметры: Организация: ООО Столовая № 41 г. Екат...
 Категория питающихся: 1-4 классы
 Тип планового меню: 100-00 ГПД

Организация	№ рецепта	Вес порции	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	A	B1	C	Fe	Ca	Mg	Фосфор
1 нед. Понедельник													
Обед													
Суп гороховый куриный, кг		790	768,17	30,09	21,45	118,03	1 041,73	0,66	37,86	8,49	118,76	101,66	504,87
Печень по-строгановски, кг	011385	200	768,17	30,09	21,45	118,03	1 041,73	0,66	37,86	8,49	118,76	101,66	504,87
Макаронные изделия отварные (масло слив), кг	011856	90	123,86	6,03	3,90	16,89	97,15	0,19	9,26	1,76	35,81	31,49	98,11
Чай с сахаром, кг	011413	150	170,21	12,86	11,06	8,01	900,00	0,20	23,75	4,71	36,97	16,46	230,62
Фрукт, кг	011342	200	242,59	7,02	5,73	40,10	41,58	0,05		0,71	11,58	28,46	101,64
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011337	100	61,52	0,20	0,05	15,07			0,10	0,02	0,15		
Хлеб ржаной, кг	011335	25	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	61,50	1,93	0,21	12,68		0,08	0,05	0,50	10,00	10,25	32,25
1 нед. Вторник													
Обед													
Борщ Морячок со сметаной, кг		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	011439	200	811,05	30,24	23,54	117,44	338,71	0,56	21,21	4,20	154,64	102,86	415,66
Чай лимонный с сахаром, кг	011530	240	104,13	3,05	5,72	11,04	66,97	0,06	12,71	1,03	43,76	25,52	52,30
Чай с сахаром, кг	011343	200	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	50	61,76	0,25	0,06	14,77	0,07		3,68	0,06	1,90	0,54	1,08
Хлеб ржаной, кг	011336	25	123,00	3,85	0,42	25,35		0,17	0,10	1,00	20,00	20,50	64,50
1 нед. Среда													
Обед													
Суп куриный с картофелем и макаронными изделиями, кг		715	780,23	32,31	20,01	121,06	295,45	0,97	16,28	4,84	87,30	210,01	527,49
Гуляш из свинины, кг	011386	200	780,23	32,31	20,01	121,06	295,45	0,97	16,28	4,84	87,30	210,01	527,49
Каша гречневая рассыпчатая, кг	011397	90	131,58	3,96	5,29	17,72	76,17	0,08	12,40	0,89	20,78	22,12	68,22
Чай с сахаром, кг	011414	150	173,75	15,45	9,31	6,47	194,08	0,50	3,58	0,70	17,54	24,80	172,03
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011342	200	233,88	7,05	4,61	44,97	25,20	0,12		1,53	10,57	132,60	191,49
Хлеб ржаной, кг	011335	50	61,52	0,20	0,05	15,07			0,10	0,02	0,15		
Хлеб ржаной, кг	011336	25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,17	0,10	1,00	20,00	20,50	64,50
1 нед. Четверг													
Обед													
Рассольник ленинградский со сметаной, кг		715	699,81	26,92	19,26	105,68	159,12	0,80	51,00	4,23	130,62	105,75	409,79
Тефтелька с рисом в томатном соусе (курица, свинина), кг	011381	200	699,81	26,92	19,26	105,68	159,12	0,80	51,00	4,23	130,62	105,75	409,79
Картофельное пюре, кг	011552	90	117,54	3,29	5,81	13,87	80,97	0,07	10,98	0,84	25,25	20,08	61,90
Напиток фруктовый с ягодами, кг	011412	150	162,25	14,40	6,72	10,04	21,11	0,34	1,36	0,46	15,36	21,36	153,10
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг		200	148,29	3,30	5,90	22,19	48,59	0,12	23,69	0,99	44,95	30,36	91,59
Хлеб ржаной, кг	011335	50	92,22	0,28	0,09	22,75	8,44	0,01	14,77	0,23	6,81	3,45	7,44
Хлеб ржаной, кг	011336	25	123,00	3,85	0,42	25,35		0,17	0,10	1,00	20,00	20,50	64,50
1 нед. Пятница													
Обед													
Суп-пюре с тыквой и гречками, кг		715	753,90	28,24	19,23	114,51	489,39	0,73	160,95	5,26	150,60	98,72	377,19
Рагу из курицы с овощами и беби-картофелем, кг	011513	200	753,90	28,24	19,23	114,51	489,39	0,73	160,95	5,26	150,60	98,72	377,19
Напиток из плодов шиповника, кг	011400	240	188,38	3,75	11,39	18,50	194,98	0,11	8,50	1,15	72,18	21,51	80,14
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011348	200	249,21	18,16	6,82	29,53	294,41	0,34	22,24	2,13	39,97	45,11	201,30
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	50	136,80	0,68	0,28	29,66		0,01	130,00	0,28	0,20	1,60	
Хлеб ржаной, кг		25	123,00	3,85	0,42	25,35		0,17	0,10	1,00	20,00	20,50	64,50

Хлеб ржаной, кг																			
2 нед. Понедельник		011336	25	56,50	1,80	0,33													
Обед				725,02	29,52	22,38	11,48				0,10	0,10	0,70	18,25	10,00				31,25
Суп гороховый куриный, кг			765	725,02	29,52	22,38	106,10	129,10	0,87	18,95	4,45	72,37	199,09	484,45					
Азу из свинины, кг		011385	200	123,86	6,03	3,90	106,10	129,10	0,87	18,95	4,45	72,37	199,09	484,45					
Каша гречневая рассыпчатая, кг		011466	90	192,02	14,01	13,43	16,89	97,15	0,19	9,26	1,76	35,81	31,49	98,11					
Чай лимонный с сахаром, кг		011414	150	233,88	7,05	4,61	2,99	3,68	0,45	1,36	0,51	8,09	19,21	150,52					
Фрукт, кг		011343	200	61,76	0,25	0,06	44,97	25,20	0,12			1,53	10,57	132,60	191,49				
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг		011337	100	52,00	0,26	0,17	14,77	0,07				3,68	0,06	1,90	0,54				
Хлеб ржаной, кг		011335	25	61,50	1,93	0,21	13,81	3,00	0,03	4,60	0,10	6,00	5,00	11,00					
2 нед. Вторник				777,58	27,76	24,05	12,68												
Обед				777,58	27,76	24,05	110,71	269,85	0,51	14,72	3,72	145,65	86,11	383,28					
Борщ со сметаной, кг		011382	715	777,58	27,76	24,05	110,71	269,85	0,51	14,72	3,72	145,65	86,11	383,28					
Фрикасе из куриного филе, кг		011435	200	107,19	3,10	5,70	11,84	85,84	0,06	13,27	0,93	34,57	18,66	52,90					
Рис припущенный с куркумой 2, кг		011478	90	186,93	14,79	12,02	4,00	142,05	0,08	0,96	0,36	33,58	21,33	152,15					
Чай с сахаром, кг		011342	150	242,45	4,03	5,53	42,97	41,96	0,11	0,20	0,71	39,10	15,62	82,49					
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг		011335	200	61,52	0,20	0,05	15,07					0,10	0,02	0,15					
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
2 нед. Среда				803,95	32,85	18,21	11,48												
Обед				803,95	32,85	18,21	126,05	320,12	0,53	53,30	4,27	99,10	112,74	440,71					
Суп куриный с картофелем и макаронными изделиями, кг		011386	715	803,95	32,85	18,21	126,05	320,12	0,53	53,30	4,27	99,10	112,74	440,71					
Гуляш из курицы, кг		011423	200	131,58	3,96	5,29	17,72	76,17	0,08	12,40	0,89	20,78	22,12	68,22					
Макаронные изделия отварные (масло слив), кг		011413	90	148,88	15,87	6,37	6,46	199,37	0,10	3,58	0,63	16,08	25,86	161,10					
Напиток яблочно-ягодный, кг			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	101,40	0,35	0,07	24,94					0,10	0,34	12,40	5,80				
Хлеб ржаной, кг		011336	50	123,00	3,85	0,42	25,35	3,00	0,03	37,12	0,34	12,40	5,80	14,00					
2 нед. Четверг				728,07	32,24	21,77	11,48												
Обед				728,07	32,24	21,77	103,61	117,61	0,42	34,07	4,13	99,33	136,29	434,22					
Солянка домашняя со сметаной, кг		011387	660	728,07	32,24	21,77	103,61	117,61	0,42	34,07	4,13	99,33	136,29	434,22					
Ромштекс куриный, кг		011522	180	101,85	4,15	4,75	11,36	16,80	0,10	12,27	0,84	20,15	18,94	65,75					
Булгур с овощами и зеленой фасолью, кг		011539	90	209,43	18,96	8,83	13,46	6,57	0,11	0,92	0,70	19,30	25,82	172,17					
Напиток фруктовый с ягодами, кг			140	206,57	5,12	7,57	31,89	85,80	0,02	5,96	1,15	24,81	67,83	125,36					
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг		011335	200	92,22	0,28	0,09	22,75					0,01	14,77	0,23	6,81	3,45			
Хлеб ржаной, кг		011336	25	61,50	1,93	0,21	12,68	8,44	0,01	14,77	0,23	6,81	3,45	7,44					
2 нед. Пятница				786,52	26,24	23,92	11,48												
Обед				786,52	26,24	23,92	119,11	203,83	1,05	29,93	5,34	144,75	95,31	377,70					
Суп-пюре с тыквой и гречками, кг		011513	715	786,52	26,24	23,92	119,11	203,83	1,05	29,93	5,34	144,75	95,31	377,70					
Жаркое по-домашнему из свинины с картофелем, кг		011392	200	188,38	3,75	11,39	18,50	194,98	0,11	8,50	1,15	72,18	21,51	80,14					
Напиток из смеси сухофруктов, кг		011715	240	269,44	16,58	11,68	25,08	8,04	0,67	20,79	2,07	30,32	38,90	190,81					
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг		011335	200	149,20	0,26	0,12	38,71					0,44	0,42	4,00	4,40				
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
Хлеб ржаной, кг			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

И.о. директора ООО Столовая №41

Макаров Е.А.

