

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



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



Примерное десятидневное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд
Период действия 02.09.2024 - 27.12.2024 г.
Комплекс за счет средств субсидии бесплатное одноразовое питание (обед)
1 - 4 класс, 127,79 руб.

Плановое меню по категории питающихся

Параметры: Организация: ООО Столовая № 41 г. Екат...

Категория питающихся: 1-4 классы

Тип планового меню: 127-79 (1-4) 2 смена

Организация	Вес	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	A	B1	C	Fe	Ca	Mg	Фосфор	
Название	№ рецепта	порции											
1 нед. Понедельник			768,17	30,09	21,45	118,03	1 041,73	0,66	37,86	8,49	118,76	101,66	504,87
Обед		790	768,17	30,09	21,45	118,03	1 041,73	0,66	37,86	8,49	118,76	101,66	504,87
Суп гороховый куриный, кг	011385	200	123,86	6,03	3,90	16,89	97,15	0,19	9,26	1,76	35,81	31,49	98,11
Печень по-строгановски, кг	011856	90	170,21	12,86	11,06	8,01	900,00	0,20	23,75	4,71	36,97	16,46	230,62
Макаронные изделия отварные (масло слив), кг	011413	150	242,59	7,02	5,73	40,10	41,58	0,05		0,71	11,58	28,46	101,64
Чай с сахаром, кг	011342	200	61,52	0,20	0,05	15,07			0,10	0,02	0,15		
Фрукт, кг	011337	100	52,00	0,26	0,17	13,81	3,00	0,03	4,60	0,10	6,00	5,00	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			811,05	30,24	23,54	117,44	338,71	0,56	21,21	4,20	154,64	102,86	415,66
Обед		715	811,05	30,24	23,54	117,44	338,71	0,56	21,21	4,20	154,64	102,86	415,66
Борщ Морячок со сметаной, кг	011439	200	104,13	3,05	5,72	11,04	66,97	0,06	12,71	1,03	43,76	25,52	52,30
Плов с курицей и куркумой 2, кг	011530	240	465,66	21,29	17,02	54,80	271,67	0,23	4,62	1,41	70,73	46,30	266,53
Чай лимонный с сахаром, кг	011343	200	61,76	0,25	0,06	14,77	0,07		3,68	0,06	1,90	0,54	1,08
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
1 нед. Среда			780,23	32,31	20,01	121,06	295,45	0,97	16,28	4,84	87,30	210,01	527,49
Обед		715	780,23	32,31	20,01	121,06	295,45	0,97	16,28	4,84	87,30	210,01	527,49
Суп куриный с картофелем и макаронными изделиями, кг	011386	200	131,58	3,96	5,29	17,72	76,17	0,08	12,40	0,89	20,78	22,12	68,22
Гуляш из свинины, кг	011397	90	173,75	15,45	9,31	6,47	194,08	0,50	3,58	0,70	17,54	24,80	172,03
Каша гречневая рассыпчатая, кг	011414	150	233,88	7,05	4,61	44,97	25,20	0,12		1,53	10,57	132,60	191,49
Чай с сахаром, кг	011342	200	61,52	0,20	0,05	15,07			0,10	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	25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
1 нед. Четверг			717,83	28,52	20,01	106,79	161,47	0,84	51,15	4,28	132,33	108,12	426,80
Обед		725	717,83	28,52	20,01	106,79	161,47	0,84	51,15	4,28	132,33	108,12	426,80
Рассольник ленинградский со сметаной, кг	011381	200	117,54	3,29	5,81	13,87	80,97	0,07	10,98	0,84	25,25	20,08	61,90
Тефтелька с рисом в томатном соусе (курица, свинина), кг	011552	100	180,28	16,00	7,46	11,16	23,46	0,37	1,51	0,52	17,07	23,74	170,12
Картофельное пюре, кг	011412	150	148,29	3,30	5,90	22,19	48,59	0,12	23,69	0,99	44,95	30,36	91,59
Напиток фруктовый с ягодами, кг		200	92,22	0,28	0,09	22,75	8,44	0,01	14,77	0,23	6,81	3,45	7,44
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
1 нед. Пятница			753,90	28,24	19,23	114,51	489,39	0,73	160,95	5,26	150,60	98,72	377,19
Обед		715	753,90	28,24	19,23	114,51	489,39	0,73	160,95	5,26	150,60	98,72	377,19
Суп-пюре с тыквой и гречками, кг	011513	200	188,38	3,75	11,39	18,50	194,98	0,11	8,50	1,15	72,18	21,51	80,14
Рагу из курицы с овощами и беби-картофелем, кг	011400	240	249,21	18,16	6,82	29,53	294,41	0,34	22,24	2,13	39,97	45,11	201,30
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	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											
2 нед. Понедельник																		
Обед																		
	Суп гороховый куриный, кг	011385	790	781,52	31,32	22,70	117,58	129,10	0,97	0,10	0,70	18,25	10,00					31,25
	Азу из свинины, кг	011466	200	123,86	6,03	3,90	117,58	129,10	0,97	19,05	5,15	90,62	209,09					515,70
	Каша гречневая рассыпчатая, кг	011414	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	011343	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	011337	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	011335	100	52,00	0,26	0,17	14,77	0,07		3,68	0,06	1,90	0,54					1,08
	Хлеб ржаной, кг	011336	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																		
Обед																		
	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	110,71	269,85	0,51	14,72	3,72	145,65	86,11					383,28
	Рис припущенный с куркумой 2, кг	011478	90	186,93	14,79	12,02	11,84	85,84	0,06	13,27	0,93	34,57	18,66					52,90
	Чай с сахаром, кг	011342	150	242,45	4,03	5,53	4,00	142,05	0,08	0,96	0,36	33,58	21,33					152,15
	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	200	61,52	0,20	0,05	42,97	41,96	0,11	0,20	0,71	39,10	15,62					82,49
	Хлеб ржаной, кг	011336	50	123,00	3,85	0,42	15,07			0,10	0,02	0,15						
2 нед. Среда																		
Обед																		
	Суп куриный с картофелем и макаронными изделиями, кг	011386	715	761,57	27,03	24,29	109,75	203,68	0,50	74,08	4,50	160,99	133,95					434,38
	Суфле из минтая с рисом, кг	011468	200	131,58	3,96	5,29	109,75	203,68	0,50	74,08	4,50	160,99	133,95					434,38
	Картофельное пюре, кг	011412	90	200,80	13,76	12,28	17,72	76,17	0,08	12,40	0,89	20,78	22,12					68,22
	Напиток яблочно-ягодный, кг		150	148,29	3,30	5,90	8,06	75,91	0,01	0,67	0,58	44,61	45,17					164,82
	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	200	101,40	0,35	0,07	22,19	48,59	0,12	23,69	0,99	44,95	30,36					91,59
	Хлеб ржаной, кг	011336	50	123,00	3,85	0,42	24,94	3,00	0,03	37,12	0,34	12,40	5,80					14,00
2 нед. Четверг																		
Обед																		
	Солянка домашняя со сметаной, кг	011387	715	815,64	34,99	23,05	119,82	125,61	0,52	35,91	4,80	113,34	153,49					482,73
	Ромштекс куриный, кг	011522	200	113,17	4,62	5,28	119,82	125,61	0,52	35,91	4,80	113,34	153,49					482,73
	Булгур с овощами и зеленой фасолью, кг	011539	90	209,43	18,96	8,83	12,62	18,67	0,11	13,63	0,94	22,39	21,04					73,06
	Напиток фруктовый с ягодами, кг		150	221,33	5,49	8,11	13,46	6,57	0,11	0,92	0,70	19,30	25,82					172,17
	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	200	92,22	0,28	0,09	34,17	91,93	0,02	6,38	1,24	26,58	72,68					134,32
	Хлеб ржаной, кг	011336	50	123,00	3,85	0,42	22,75	8,44	0,01	14,77	0,23	6,81	3,45					7,44
2 нед. Пятница																		
Обед																		
	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	119,11	203,83	1,05	29,93	5,34	144,75	95,31					377,70
	Напиток из смеси сухофруктов, кг	011715	240	269,44	16,58	11,68	18,50	194,98	0,11	8,50	1,15	72,18	21,51					80,14
	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	200	149,20	0,26	0,12	25,08	8,04	0,67	20,79	2,07	30,32	38,90					190,81
	Хлеб ржаной, кг	011336	50	123,00	3,85	0,42	38,71	0,80		0,44	0,42	4,00	4,40					11,00
			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
									0,10	0,10	0,70	18,25	10,00					31,25