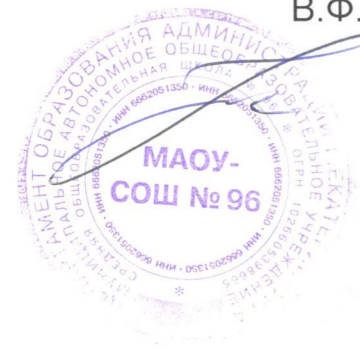


Утверждаю:
Директор ООО Столовая № 41
Н.С. Аристова



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



Примерное десятидневное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд
Период действия 01.09.2025 - 31.12.2025.
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	№ рецепта	Вес порции	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	A	B1	C	Fe	Ca	Mg	Фосфор
1-4 классы															
1 нед. Понедельник															
Завтрак					1 351,70	47,42	43,91	195,38							
		Бутерброд с сыром 15/25, порц	011939	500	571,87	17,11	16,52	89,06	1 167,90	0,95	59,75	10,63	356,12	180,57	424,84
		Каша пшенная молочная с маслом, кг	011355	40	125,40	5,82	4,99	14,58	106,48	0,33	19,09	2,06	237,82	77,97	342,84
		Напиток витаминизированный "Витошка", кг	011340	210	311,87	7,42	10,33	47,23	24,75	0,03		0,03	109,75	7,60	98,15
		Батон витаминизированный, кг	011418	200	6,10			1,53	81,73	0,17	0,17	1,33	105,07	57,12	197,19
		Хлеб ржаной, кг	011336	25	72,00	2,08	0,88	14,25			18,83				
Обед					25	56,50	1,80	0,33		0,03			4,75	3,25	16,25
		Закуска из помидор с подсолнечным маслом, кг	011368	750	779,83	30,31	27,39	11,48	1 061,41	0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
		Суп гороховый куриный, кг	011385	60	63,66	0,48	6,11	2,10	22,68	0,63	40,66	8,57	118,31	102,60	506,83
		Печень по-строгановски, кг	011856	200	123,86	6,03	3,90	16,89	97,15		7,40	0,18	5,54	5,94	12,96
		Макаронные изделия отварные (масло слив), кг	011413	90	170,21	12,86	11,06	8,01	900,00	0,19	9,26	1,76	35,81	31,49	98,11
		Чай с сахаром, кг	011342	150	242,59	7,02	5,73	40,10	41,58	0,20	23,75	4,71	36,97	16,46	230,62
		Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	200	61,52	0,20	0,05	15,07		0,05		0,71	11,58	28,46	101,64
		Хлеб ржаной, кг	011336	25	61,50	1,93	0,21	12,68			0,10	0,02	0,15		
1 нед. Вторник					25	56,50	1,80	0,33		0,08	0,05	0,50	10,00	10,25	32,25
Завтрак					1 369,93	50,47	43,19	197,19		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
		Пудинг из творога с повидлом 130/20, кг	011779	500	558,34	21,81	13,80	90,47	442,75	0,64	27,60	5,05	286,64	127,73	302,08
		Чай с сахаром, кг	011342	150	316,32	17,47	12,38	35,86	101,34	0,17	4,93	1,18	133,26	28,10	207,79
		Фрукт, кг	011337	200	61,52	0,20	0,05	15,07	98,34	0,01	0,13	0,36	104,11	9,85	149,29
		Батон витаминизированный, кг	011418	100	52,00	0,26	0,17	13,81			0,10	0,02	0,15		
		Хлеб ржаной, кг	011336	25	72,00	2,08	0,88	14,25	3,00	0,03	4,60	0,10	6,00	5,00	11,00
Обед					25	56,50	1,80	0,33		0,03			4,75	3,25	16,25
		Закуска из огурцов свежих с подсолнечным маслом, кг	011369	750	811,59	28,66	29,39	11,48	341,41	0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
		Борщ Морячок со сметаной, кг	011439	60	62,04	0,35	6,06	1,96	2,70	0,47	22,67	3,87	153,38	99,63	396,37
		Плов с курицей и куркумой 2, кг	011530	200	104,13	3,05	5,72	11,04	66,97		1,51	0,17	8,74	7,02	12,96
		Чай лимонный с сахаром, кг	011343	240	465,66	21,29	17,02	54,80	271,67	0,06	12,71	1,03	43,76	25,52	52,30
		Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	200	61,76	0,25	0,06	14,77	0,07	0,23	4,62	1,41	70,73	46,30	266,53
		Хлеб ржаной, кг	011336	25	61,50	1,93	0,21	12,68			3,68	0,06	1,90	0,54	1,08
1 нед. Среда					25	56,50	1,80	0,33		0,08	0,05	0,50	10,00	10,25	32,25
Завтрак					1 418,61	60,70	41,50	202,93		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
		Котлета домашняя, кг	011547	500	635,68	29,82	15,62	92,24	344,13	1,41	29,15	7,43	152,33	276,95	422,27
		Макаронные изделия отварные (масло слив), кг	011413	90	186,65	18,20	8,25	8,97	48,14	0,53	4,98	2,28	58,83	70,17	338,50
		Чай лимонный с сахаром, кг	011343	160	258,76	7,48	6,12	42,77	3,72	0,34	1,20	0,77	21,58	26,02	181,50
		Батон витаминизированный, кг	011418	200	61,76	0,25	0,06	14,77	44,35	0,06		0,76	12,36	30,36	108,42
		Хлеб ржаной, кг	011336	25	72,00	2,08	0,88	14,25	0,07		3,68	0,06	1,90	0,54	1,08
Обед					25	56,50	1,80	0,33		0,03			4,75	3,25	16,25
		Закуска из квашеной капусты с маслом, кг	011367	750	782,93	30,88	25,87	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
		Суп куриный с картофелем и макаронными изделиями, кг	011386	60	64,20	0,49	6,08	2,31	295,99	0,89	24,17	5,15	93,50	206,78	506,04
		Гуляш из свинины, кг	011397	200	131,58	3,96	5,29	17,72	0,54		7,94	0,81	16,20	7,02	10,80
				90	173,75	15,45	9,31	6,47	76,17	0,08	12,40	0,89	20,78	22,12	68,22
									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	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			1 278,07	43,71	32,52	206,02	260,23	4,99	39,05	5,26	461,04	194,73	385,84
Завтрак		500	674,47	19,78	17,32	111,79	131,68	0,23	0,45	1,62	347,64	100,60	406,37
Бутерброд с сыром 15/25, порц	011939	40	125,40	5,82	4,99	14,58	24,75	0,03		0,03	109,75	7,60	98,15
Каша Ассорти (греча, рис) с маслом, кг	011775	210	315,48	7,11	9,35	52,14	81,73	0,07	0,17	0,87	106,62	69,76	177,83
Напиток из цикория с молоком, кг	011339	200	105,09	2,97	1,78	19,34	25,20		0,18	0,02	108,27	9,99	82,89
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		700	603,60	23,93	15,20	94,24	128,54	4,76	38,60	3,64	113,40	94,13	365,32
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 мясная с рисом с томатным соусом 80/20,	011943	100	152,69	13,39	6,33	9,61	22,59	4,37	1,38	0,44	14,58	20,06	142,67
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
Напиток фруктовый, кг	011951	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		0,08	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. Пятница			1 374,43	55,02	51,62	173,40	806,27	0,86	37,94	8,45	422,39	163,82	430,87
Завтрак		500	696,97	27,64	32,34	73,46	316,88	0,26	0,55	3,68	267,23	55,18	455,75
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
Омлет натуральный, кг	011358	190	265,85	18,02	18,95	4,54	218,88		0,15	2,26	160,68	23,18	314,45
Чай с молоком, кг	011344	200	86,52	1,85	1,04	17,47	14,00		0,20	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	50	113,00	3,60	0,65	22,95		0,20	0,20	1,40	36,50	20,00	62,50
Обед		715	677,46	27,38	19,28	99,94	489,39	0,60	37,38	4,77	155,16	108,64	405,99
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, кг	011577	240	248,06	17,78	7,10	29,55	294,41	0,23	28,58	1,90	44,58	56,63	230,10
Чай Каркаде с сахаром, кг	011947	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
2 нед. Понедельник			1 487,54	44,11	51,38	213,12	308,12	1,23	154,03	7,19	242,25	249,73	354,78
Завтрак		505	618,78	12,13	22,55	92,16	181,54	0,28	5,32	1,10	143,13	37,56	195,13
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
Кисель с витаминами "Витощка", 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	25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
Обед		750	868,76	31,98	28,83	120,97	126,58	0,95	148,71	6,08	99,12	212,17	514,42
Закуска из квашеной капусты с маслом, кг	011367	60	64,20	0,49	6,08	2,31	0,54		7,94	0,81	16,20	7,02	10,80
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
Азу из свинины, кг	011466	90	192,02	14,01	13,43	2,99	3,68	0,45	1,36	0,51	8,09	19,21	150,52
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
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. Вторник			1 344,37	50,21	44,30	186,62	351,24	0,63	25,46	5,16	357,83	122,46	338,81
Завтрак		500	565,10	24,03	14,38	86,63	120,65	0,21	9,28	1,77	213,64	39,58	313,77
Мексиканский Флан со сгущенкой 130/20, кг	011780	150	322,84	19,64	12,95	32,32	117,58	0,05	0,90	0,91	182,74	20,79	254,19
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
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
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										
Обед		750	779,27	26,18	29,93	100,00	230,59	0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25			
Закуска из огурцов свежих с подсолнечным маслом, кг	011369	60	62,04	0,35	6,06	1,96	2,70	0,43	16,18	3,39	144,19	82,88	363,84			
Борщ со сметаной, кг	011382	200	107,19	3,10	5,70	11,84	85,84	0,06	13,27	0,93	8,74	7,02	12,96			
Фрикасе из куриного филе, кг	011435	90	186,93	14,79	12,02	4,00	142,05	0,08	0,96	0,36	34,57	18,66	52,90			
Рис припущенный с куркумой, кг	011436	150	243,60	4,02	5,56	42,97		0,11	0,96	0,36	33,58	21,33	152,15			
Чай с сахаром, кг	011342	200	61,52	0,20	0,05	15,07			0,20	0,71	38,90	15,62	82,34			
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	25	61,50	1,93	0,21	12,68			0,10	0,02	0,15					
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			
2 нед. Среда								0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25			
Завтрак		500	1 272,13	43,09	29,72	209,22	301,88	0,77	40,68	5,94	439,71	195,21	376,73			
Бутерброд с сыром 15/25, порц	011939	40	663,96	18,48	16,96	109,39	120,48	0,28	0,47	1,74	297,25	69,15	360,91			
Каша Дружба (пшено, рис) с маслом, кг	011356	210	125,40	5,82	4,99	14,58	24,75	0,03		0,03	109,75	7,60	98,15			
Чай с молоком, кг	011344	200	323,54	6,93	9,73	51,61	81,73	0,12	0,17	1,00	104,35	42,80	169,26			
Батон витаминизированный, кг	011418	25	86,52	1,85	1,04	17,47	14,00		0,20	0,02	60,15	5,50	46,00			
Хлеб ржаной, кг	011336	25	72,00	2,08	0,88	14,25		0,03			4,75	3,25	16,25			
Обед		715	608,17	24,61	12,76	99,83	181,40	0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25			
Суп куриный с картофелем и макаронными изделиями, кг	011386	200	608,17	24,61	12,76	99,83	181,40	0,49	40,21	4,20	142,45	126,06	392,55			
Филе минтая припущенное в соусе с овощами, кг	011945	90	131,58	3,96	5,29	17,72	76,17	0,08	12,40	0,89	20,78	22,12	68,22			
Картофельное пюре 2, кг	011941	150	112,43	11,42	4,23	6,70	86,33	0,02	2,19	0,54	40,57	41,47	134,74			
Чай Каркаде с сахаром, кг	011947	200	123,14	3,38	2,45	23,51	18,90	0,13	25,31	1,06	42,70	31,97	93,85			
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	50	61,52	0,20	0,05	15,07			0,10	0,02	0,15					
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			
2 нед. Четверг								0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25			
Завтрак		500	1 235,13	60,52	39,41	162,04	213,58	0,71	47,83	7,03	246,55	229,75	418,25			
Филе минтая запечённое в омлете, кг	011903	90	426,16	21,45	8,60	66,68	67,50	0,27	27,23	2,54	130,05	87,72	323,91			
Картофельное пюре 2, кг	011941	160	104,79	13,77	4,74	0,81	47,34		0,03	0,69	61,35	40,37	176,31			
Чай с сахаром, кг	011342	200	131,35	3,60	2,61	25,08	20,16	0,14	27,00	1,13	45,55	34,10	100,10			
Батон витаминизированный, кг	011418	25	61,52	0,20	0,05	15,07			0,10	0,02	0,15					
Хлеб ржаной, кг	011336	25	72,00	2,08	0,88	14,25		0,03			4,75	3,25	16,25			
Обед		700	808,97	39,07	30,81	95,36	146,08	0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25			
Солянка домашняя со сметаной, кг	011387	200	808,97	39,07	30,81	95,36	146,08	0,45	20,61	4,49	116,50	142,03	512,59			
Курица в сырном соусе, кг	011953	100	113,17	4,62	5,28	12,62	18,67	0,11	13,63	0,94	22,39	21,04	73,06			
Булгур с овощами и зеленой фасолью, кг	011539	150	264,98	25,02	16,77	1,66	24,49	0,13	0,02	0,97	35,82	25,81	237,72			
Напиток фруктово-ягодный, кг	011347	200	221,33	5,49	8,11	34,17	91,93	0,02	6,38	1,24	26,58	72,68	134,32			
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	25	91,50	0,23	0,11	22,76	11,00		0,43	0,15	3,45	2,25	4,00			
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			
2 нед. Пятница								0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25			
Завтрак		500	1 476,86	53,02	57,18	190,33	508,66	1,19	36,98	8,68	412,51	158,55	424,54			
Бутерброд с маслом сливочным 10/25, порц	011362	35	691,54	27,17	32,97	71,19	304,83	0,26	0,45	3,57	262,96	51,25	441,39			
Омлет с сыром, кг	011359	190	159,60	2,10	10,82	14,25	84,00	0,03			5,15	3,25	16,55			
Чай Каркаде с сахаром, кг	011947	200	285,42	19,20	20,57	4,67	220,83		0,15	2,16	216,41	24,75	346,09			
Батон витаминизированный, кг	011418	25	61,52	0,20	0,05	15,07			0,10	0,02	0,15					
Хлеб ржаной, кг	011336	25	72,00	2,08	0,88	14,25		0,03			4,75	3,25	16,25			
Обед		715	113,00	3,60	0,65	22,95		0,20	0,20	1,40	36,50	20,00	62,50			
Суп-пюре с тыквой и гречкой, кг	011513	200	785,32	25,85	24,21	119,14	203,83	0,93	36,53	5,10	149,55	107,31	407,70			
Жаркое по домашнему из свинины 2, кг	011470	240	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	200	268,24	16,18	11,96	25,11	8,04	0,55	27,39	1,83	35,12	50,90	220,81			
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	50	149,20	0,26	0,12	38,71	0,80		0,44	0,42	4,00	4,40	11,00			
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			
			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.



010925