

Утверждаю:

Директор ООО Столовая № 41

Н.С. Аристова



Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 96

В.Ф. Садрисламова



Примерное десятидневное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд
Период действия 01.09.2025 - 31.12.2025
Комплекс за счет средств субсидии бесплатное одноразовое питание (завтрак)
5 - 11 класс, 128,56 руб.

Плановое меню по категории питающихся

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

Категория питающихся: 5-11 классы

Тип планового меню: 128,56 (5-11) 1 смена

Организация

Категория питающихся

Название

№ рецепта

Вес
порции

Ккал

Белки

Жиры

Углеводы

A

B1

C

Fe

Ca

Mg

Фосфор

5-11 классы

1 нед. Понедельник

Завтрак

Печень по-строгановски, кг

Макаронные изделия отварные (масло слив), кг

Чай с сахаром, кг

Хлеб витаминизированный пшеничный, кг

Хлеб ржаной, кг

Закуска из помидор с подсолнечным маслом, кг

1 нед. Вторник

Завтрак

Плов с курицей и куркумой 2, кг

Чай лимонный с сахаром, кг

Хлеб витаминизированный пшеничный, кг

Хлеб ржаной, кг

Закуска из огурцов свежих с подсолнечным маслом, кг

1 нед. Среда

Завтрак

Гуляш из свинины, кг

Каша гречневая рассыпчатая, кг

Чай с сахаром, кг

Хлеб витаминизированный пшеничный, кг

Хлеб ржаной, кг

Закуска из квашеной капусты с маслом, кг

1 нед. Четверг

Завтрак

Тефтелька мясная с рисом с томатным соусом 80/20,

Картофельное пюре 2, кг

Напиток фруктовый, кг

Хлеб витаминизированный пшеничный, кг

Хлеб ржаной, кг

1 нед. Пятница

Завтрак

Рагу из курицы с овощами, кг

Чай Каркаде с сахаром, кг

Хлеб витаминизированный пшеничный, кг

Хлеб ржаной, кг

2 нед. Понедельник

		672,66	25,44	21,58	96,40	961,24	0,45	27,70	6,87	82,04	73,84	422,57
	550	672,66	25,44	21,58	96,40	961,24	0,45	27,70	6,87	82,04	73,84	422,57
	90	170,21	12,86	11,06	8,01	900,00	0,20	23,75	4,71	36,97	16,46	230,62
	180	291,11	8,42	6,88	48,12	49,90	0,06		0,85	13,90	34,15	121,97
	200	61,52	0,20	0,05	15,07			0,10	0,02	0,15		
	25	61,50	1,93	0,21	12,68		0,08	0,05	0,50	10,00	10,25	32,25
	25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
	30	31,83	0,24	3,05	1,05	11,34		3,70	0,09	2,77	2,97	6,48
		757,35	28,25	21,56	109,66	284,41	0,50	9,45	3,31	118,20	82,78	380,95
	555	757,35	28,25	21,56	109,66	284,41	0,50	9,45	3,31	118,20	82,78	380,95
	250	485,07	22,17	17,73	57,09	282,99	0,24	4,81	1,47	73,68	48,23	277,64
	200	61,76	0,25	0,06	14,77	0,07		3,68	0,06	1,90	0,54	1,08
	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
	30	31,02	0,18	3,03	0,98	1,35		0,76	0,09	4,37	3,51	6,48
		666,02	28,08	18,47	100,81	224,59	0,83	7,80	4,16	66,73	207,68	470,72
	550	666,02	28,08	18,47	100,81	224,59	0,83	7,80	4,16	66,73	207,68	470,72
	90	173,75	15,45	9,31	6,47	194,08	0,50	3,58	0,70	17,54	24,80	172,03
	180	280,66	8,46	5,53	53,96	30,24	0,14		1,84	12,69	159,12	229,79
	200	61,52	0,20	0,05	15,07			0,10	0,02	0,15		
	25	61,50	1,93	0,21	12,68		0,08	0,05	0,50	10,00	10,25	32,25
	25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
	30	32,10	0,25	3,04	1,16	0,27		3,97	0,41	8,10	3,51	5,40
		572,18	23,24	10,09	97,74	51,35	4,79	32,73	3,51	106,68	90,70	354,44
	555	572,18	23,24	10,09	97,74	51,35	4,79	32,73	3,51	106,68	90,70	354,44
	100	152,69	13,39	6,33	9,61	22,59	4,37	1,38	0,44	14,58	20,06	142,67
	180	147,77	4,05	2,94	28,21	22,68	0,15	30,37	1,27	51,24	38,37	112,62
	200	92,22	0,15	0,08	23,09	6,08	0,00	0,77	0,10	2,61	1,77	3,40
	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
		555,92	26,17	8,51	94,15	306,68	0,60	30,17	4,40	103,09	99,49	366,69
	550	555,92	26,17	8,51	94,15	306,68	0,60	30,17	4,40	103,09	99,49	366,69
	250	258,40	18,52	7,39	30,78	306,68	0,24	29,77	1,98	46,44	58,99	239,69
	200	61,52	0,20	0,05	15,07			0,10	0,02	0,15		
	50	123,00	3,85	0,42	25,35		0,17	0,10	1,00	20,00	20,50	64,50
	50	113,00	3,60	0,65	22,95		0,20	0,20	1,40	36,50	20,00	62,50
		759,58	27,12	22,82	111,92	34,19	0,78	135,48	4,23	57,32	203,69	449,21

[illegible]

Прошито и пронумеровано _____
(_____) листов

Директор ООО Столовая №41

Аристова Н.С.



010925