

Утверждаю:

Директор ООО Столовая № 41

Н.С. Аристова



Согласовано:

Директор МАОУ СОШ № 97

В.И.Казарин

Примерное десятидневное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

Период действия 10.11.2025 - 31.12.2025

Комплекс ГПД (обед)

1 - 4 класс, 130,88 руб.

Плановое меню по категории питающихся

Параметры: Организация: ООО Столовая № 41 г. Екат...
Категория питающихся: 1-4 классы
Тип планового меню: 130,88

Организация	Вес порции	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	A	B1	C	Fe	Ca	Mg	Фосфор
Категория питающихся												
Название	№ рецепта											
1-4 классы												
1 нед. Понедельник												
Обед												
Суп гороховый куриный, кг	011385	685	792,55	29,54	21,28	125,56	1 039,53	0,61	33,58	8,65	112,96	99,06
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
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
Напиток из смеси сухофруктов, кг	011715	150	242,59	7,02	5,73	40,10	41,58	0,05	0,44	0,71	11,58	28,46
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	200	149,20	0,26	0,12	38,71	0,80	0,08	0,05	0,42	4,00	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
		20	45,20	1,44	0,26	9,18		0,08	0,08	0,56	14,60	8,00
1 нед. Вторник												
Обед												
Борщ Морячок со сметаной, кг	011439	660	691,35	25,65	21,20	97,91	304,76	0,45	20,58	3,52	135,80	86,82
Плов с курицей и куркумой 2, кг	011530	200	104,13	3,05	5,72	97,91	304,76	0,45	20,58	3,52	135,80	86,82
Чай лимонный с сахаром, кг	011343	210	407,45	18,62	14,90	11,04	66,97	0,06	12,71	1,03	43,76	25,52
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	200	61,76	0,25	0,06	47,95	237,71	0,20	4,04	1,23	61,89	40,51
Хлеб ржаной, кг	011336	25	61,50	1,93	0,21	14,77	0,07	0,08	3,68	0,06	1,90	0,54
		25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,05	0,50	10,00	10,25
1 нед. Среда												
Обед												
Суп куриный с картофелем и макаронными изделиями, кг	011386	690	680,36	29,01	20,30	97,96	277,87	0,78	22,50	4,27	92,32	141,67
Гуляш из свинины, кг	011397	200	131,58	3,96	5,29	97,96	277,87	0,78	22,50	4,27	92,32	141,67
Булгур с томатом, кг	011483	90	173,75	15,45	9,31	17,72	76,17	0,08	12,40	0,89	20,78	22,12
Чай с сахаром, кг	011342	150	195,50	5,67	5,12	6,47	194,08	0,50	3,58	0,70	17,54	24,80
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	200	61,52	0,20	0,05	34,55	7,62	0,01	6,27	1,46	25,59	74,51
Хлеб ржаной, кг	011336	25	61,50	1,93	0,21	12,68		0,08	0,10	0,02	0,15	10,25
		25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,05	0,50	10,00	10,00
1 нед. Четверг												
Обед												
Рассолыник ленинградский со сметаной, кг	011381	620	548,51	22,31	13,91	84,32	110,10	0,64	28,51	3,16	95,37	80,46
Тефтелька мясная с рисом с томатным соусом 80/20, порц	011943	170	99,91	2,80	4,94	11,79	68,83	0,06	9,34	0,72	21,47	17,06
Картофельное пюре 2, кг	011941	100	156,28	13,39	6,73	9,61	22,59	0,31	1,38	0,44	14,58	20,06
Напиток фруктовый, кг	011951	100	82,10	2,25	1,63	15,67	12,60	0,09	16,87	0,70	28,47	21,32
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	200	92,22	0,15	0,08	23,09	6,08	0,00	0,77	0,10	2,61	1,77
Хлеб ржаной, кг	011336	25	61,50	1,93	0,21	12,68		0,08	0,05	0,50	10,00	10,25
		25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00
1 нед. Пятница												
Обед												
Суп-пюре овощной с грибами, кг	011379	660	595,16	23,44	18,24	85,77	367,39	0,49	35,90	4,03	137,79	93,51
Рагу из курицы с овощами, кг	011577	200	198,58	3,96	11,45	85,77	367,39	0,49	35,90	4,03	137,79	93,51
Чай Каркаде с сахаром, кг	011947	210	217,05	15,55	6,21	20,70	109,78	0,11	10,64	1,15	70,38	23,71
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	200	61,52	0,20	0,05	25,86	257,61	0,20	25,01	1,66	39,01	49,55
		25	61,50	1,93	0,21	12,68		0,08	0,10	0,02	0,15	201,34
		25	61,50	1,93	0,21	12,68		0,08	0,05	0,50	10,00	10,25

[illegible]