

И.о. директора ООО Столовая № 41

И.В. Лепилина



Согласовано:
Директор МАОУ Пицей № 173

С.В. Кунницкая



Примерное десятидневное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд
Период действия 09.01.2025 - 31.05.2025 г.
Комплекс за счет средств субсидии бесплатное однократное питание (обед)
1 - 4 класс, 162,95 руб.

Плановое меню по категории питающихся

Параметры: Организация: ООО Столовая № 41 г. Екат...
 Категория питающихся: 1-4 классы

Организация
 Тип планового меню: 162-95 (1-4) 2 смена

Название	№ рецепта	Вес порции	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	A	B1	C	Fe	Ca	Mg	Фосфор
1 нед. Понедельник													
Обед													
Суп гороховый куринный, кг	011385	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	123,86	6,03	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	011456	90	170,21	12,86	3,90	16,89	97,15	0,19	9,26	1,76	35,81	31,49	98,11
Чай с сахаром, кг	011413	150	242,59	7,02	5,73	40,10	900,00	0,20	23,75	4,71	36,97	16,46	230,62
Фрукт, кг	011342	100	61,52	0,20	0,05	15,07	41,58	0,05	0,10	0,71	11,58	28,46	101,64
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011337	200	52,00	0,26	0,17	13,81	3,00	0,03	4,60	0,10	0,02	0,15	5,00
Хлеб ржаной, кг	011335	25	61,50	1,93	0,21	12,68		0,08	0,05	0,50	6,00	10,25	32,25
1 нед. Вторник													
Обед													
Борщ Морской со сметаной, кг	011439	755	811,05	30,24	23,54	117,44	338,71	0,10	21,21	4,20	18,25	10,00	31,25
Плов с курицей и куркумой 2, кг	011530	200	104,13	3,05	5,72	11,04	338,71	0,56	21,21	4,20	154,64	102,86	415,66
Чай лимонный с сахаром, кг	011343	200	465,66	21,29	17,02	54,80	66,97	0,06	12,71	1,03	43,76	25,52	415,66
Булочные изделия в ассортименте	011489	80	61,76	0,25	0,06	14,77	271,67	0,23	4,62	1,41	70,73	46,30	52,30
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011489	50	336,00	7,60	8,90	56,70	0,07		3,68	0,06	1,90	0,54	266,53
Хлеб ржаной, кг	011336	25	56,50	1,80	0,42	25,35		0,17	0,10	1,00	20,00	20,50	64,50
1 нед. Среда													
Обед													
Суп куринный с картофелем и макаронными изделиями,	011386	795	780,23	32,31	20,01	121,06	295,45	0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
Гуляш из свинины, кг	011397	200	131,58	3,96	5,29	121,06	295,45	0,97	16,28	4,84	87,30	210,01	527,49
Каша гречневая рассычатая, кг	011414	90	173,75	15,45	9,31	17,72	76,17	0,08	12,40	0,89	20,78	22,12	68,22
Чай с сахаром, кг	011342	150	233,88	7,05	4,61	6,47	194,08	0,50	3,58	0,70	17,54	24,80	172,03
Булочные изделия в ассортименте	011489	200	61,52	0,20	0,05	15,07	25,20	0,12	0,10	1,53	10,57	132,60	191,49
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011489	80	336,00	7,60	8,90	56,70			0,02	0,15	0,15		
Хлеб ржаной, кг	011335	50	123,00	3,85	0,42	25,35		0,17	0,10	1,00	20,00	20,50	64,50
1 нед. Четверг													
Обед													
Рассолник ленинградский со сметаной, кг	011381	825	717,83	28,52	20,01	106,79	161,47	0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
Тертелька с рисом в томатном соусе (курица, свинина),	011552	200	117,54	3,29	5,81	13,87	80,97	0,07	10,98	0,84	25,25	20,08	426,80
Картофельное пюре, кг	011412	100	180,28	16,00	7,46	11,16	23,46	0,37	1,51	0,52	17,07	23,74	61,90
Напиток фруктовый с ягодами, кг	011412	150	148,29	3,30	5,90	22,19	48,59	0,12	23,69	0,99	44,95	30,36	170,12
Фрукт, кг	011337	200	92,22	0,28	0,09	22,75	8,44	0,01	14,77	0,23	6,81	3,45	91,59
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011337	100	52,00	0,26	0,17	13,81	3,00	0,03	4,60	0,10	6,00	5,00	7,44
Хлеб ржаной, кг	011335	50	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	011513	755	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	011400	200	188,38	3,75	11,33	14,50	489,39	0,73	160,95	5,26	150,60	98,72	377,19
Напиток из плодов шиповника, кг	011348	200	249,21	18,16	6,82	29,53	194,98	0,11	8,50	1,15	72,18	21,51	80,14
Булочные изделия в ассортименте	011489	200	136,80	0,68	0,28	29,66	294,41	0,34	22,24	2,13	39,97	45,11	201,30
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	80	336,00	7,60	8,90	56,70		0,01	130,00	0,28	0,20	1,60	
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
		25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25

2 нед. Понедельник

Обед

Супл гороховый куриный, кг	011385	790	781,52	31,32	22,70	117,58	129,10	0,97	19,05	5,15	90,62	209,09	515,70
Ауу 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	13,81	0,07		3,68	0,06	1,90	5,54	1,08
Хлеб ржаной, кг	011336	25	61,50	1,93	0,21	12,68	3,00	0,03	4,60	0,10	6,00	5,00	11,00

2 нед. Вторник

Обед

Борщ со сметаной, кг	011382	795	777,58	27,76	24,05	110,71	269,85	0,51	14,72	3,72	18,25	10,25	31,25
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 прилушенный с куркумой 2, кг	011478	90	186,93	14,79	12,02	11,84	85,84	0,06	13,27	0,93	145,65	86,11	383,28
Чай с сахаром, кг	011342	150	242,45	4,03	5,53	4,00	142,05	0,08	0,96	0,36	34,57	18,66	52,90
Булочные изделия в ассортименте	011489	200	61,52	0,20	0,05	42,97	41,96	0,11	0,20	0,71	33,58	21,33	152,15
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	80	336,00	7,60	8,90	15,07			0,10	0,02	39,10	15,62	82,49
Хлеб ржаной, кг	011336	50	123,00	3,85	0,42	56,70					0,15		

2 нед. Среда

Обед

Супл куриный с картофелем и макаронными изделиями,	011386	815	761,57	27,03	24,29	109,75	203,68	0,17	0,10	1,00	20,00	20,50	64,50
Сфидле из минта с рисом, кг	011468	200	131,58	3,96	5,29	109,75	203,68	0,50	74,08	4,50	18,25	10,00	31,25
Картофельное пюре, кг	011412	90	200,80	13,76	12,28	17,72	76,17	0,08	12,40	4,50	160,99	133,95	434,38
Напиток яблочно-ягодный, кг	011337	150	148,29	3,30	5,90	8,06	75,91	0,01	0,67	0,58	20,78	22,17	68,22
Фрукт, кг	011337	200	101,40	0,35	0,07	22,19	48,59	0,12	23,69	0,99	44,61	45,17	164,82
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	100	52,00	0,26	0,17	13,94	3,00	0,03	37,12	0,34	12,40	5,80	91,59
Хлеб ржаной, кг	011336	50	123,00	3,85	0,42	25,35	3,00	0,03	4,60	0,10	6,00	5,00	14,00

2 нед. Четверг

Обед

Солынка домашняя со сметаной, кг	011387	815	815,64	34,99	23,05	119,82	125,61	0,52	35,91	4,80	18,25	10,00	31,25
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	153,49	482,73
Напиток фруктовый с ягодами, кг	011337	150	221,33	5,49	8,11	13,46	6,57	0,11	0,92	0,70	19,30	25,82	73,06
Фрукт, кг	011337	200	92,22	0,28	0,09	34,17	91,93	0,02	6,38	1,24	26,58	72,68	172,17
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	100	52,00	0,26	0,17	22,75	8,44	0,01	14,77	0,23	6,81	3,45	134,32
Хлеб ржаной, кг	011336	50	123,00	3,85	0,42	13,81	3,00	0,03	4,60	0,10	6,00	5,00	11,00

2 нед. Пятница

Обед

Супл-пюре с тыквой и гречками, кг	011513	755	786,52	26,24	23,92	119,11	203,83	1,05	29,93	5,34	18,25	10,00	31,25
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	200	269,44	16,58	11,68	18,50	194,98	0,11	8,50	1,15	72,18	21,51	377,70
Булочные изделия в ассортименте	011489	80	149,20	0,26	0,12	38,71	8,04	0,67	20,79	2,07	30,32	38,90	80,14
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	50	123,00	7,60	8,90	56,70	0,80		0,44	0,42	4,00	4,40	190,81
Хлеб ржаной, кг	011336	25	56,50	1,80	0,33	11,48					20,00	10,00	64,50