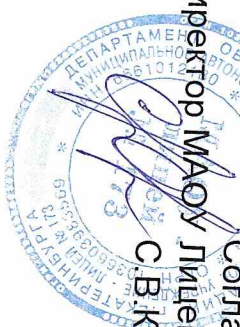


И.о. директора ООО Столовая № 41



И.В. Лепилина

Согласовано:
Директор МАДОУ Лицей № 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 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	Название	№ рецепта	Вес порции	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	A	B1	C	Fe	Ca	Mg	Фосфор	
1 нед. Понедельник	Завтрак			721,24	28,56	19,97	108,91	1 049,90	0,55	26,69	7,80	93,38	82,95	473,96	
	Печенья по-строгановски, кг	011856	555	721,24	28,56	19,97	108,91	1 049,90	0,55	26,69	7,80	93,38	82,95	473,96	
	Макаронные изделия отварные (магго слив), кг	011413	100	189,12	14,29	12,29	8,90	1 000,00	0,23	26,39	5,23	41,08	18,29	256,24	
	Чай с сахаром, кг	011342	180	291,11	8,42	6,88	48,12	49,90	0,06						
	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	200	61,52	0,20	0,05	15,07			0,10	0,02	0,15	34,15	121,97	
	Хлеб ржаной, кг	011336	50	123,00	3,85	0,42	25,35								
	1 нед. Вторник				56,50	1,80	0,33	11,48							
	Завтрак			784,54	30,74	20,66	115,53	317,02	0,53	9,27	3,40	122,67	18,25	10,00	64,50
	Плов с курицей и куркумой 2, кг	011530	550	784,54	30,74	20,66	115,53	317,02	0,53	9,27	3,40	122,67	18,25	10,00	64,50
	Чай лимонный с сахаром, кг	011343	250	543,27	24,83	19,86	63,94	316,95	0,27	5,39	1,64	82,52	54,01	310,95	407,78
	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	200	61,76	0,25	0,06	14,77	0,07	0,17	0,10	1,00	20,00	20,50	64,50	
	Хлеб ржаной, кг	011336	50	123,00	3,85	0,42	25,35								
	1 нед. Среда				123,00	3,85	0,42	25,35							
	Завтрак			714,73	31,48	16,68	113,05	245,88	0,97	0,10	1,00	18,25	10,00	20,50	64,50
	Гуляш из свинины, кг	011397	555	714,73	31,48	16,68	113,05	245,88	0,97	0,10	1,00	18,25	10,00	20,50	64,50
Каша гречневая рассыпчатая, кг	011414	100	193,06	17,17	10,35	7,19	215,64	0,56	4,28	4,33	70,58	217,17	516,68		
Чай с сахаром, кг	011342	180	280,66	8,46	5,53	53,96	30,24	0,14	3,98	0,78	19,49	27,55	191,14	516,68	
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	200	61,52	0,20	0,05	15,07			0,10	0,02	0,15	3,45	109,91	229,79	
Хлеб ржаной, кг	011336	50	123,00	3,85	0,42	25,35									
1 нед. Четверг				56,50	1,80	0,33	11,48								
Завтрак			629,95	25,89	15,38	97,36	90,21	0,79	0,10	0,70	20,00	20,00	20,50	64,50	
Тертелька с рисом в томатном соусе (курица, свинина), кг	011552	555	629,95	25,89	15,38	97,36	90,21	0,79	0,10	0,70	20,00	20,00	20,50	64,50	
Картофельное пюре, кг	011412	100	180,28	16,00	7,46	11,16	23,46	0,37	44,91	3,63	116,06	94,11	383,22		
Напиток фруктовый с ягодами, кг	011335	180	177,94	3,96	7,08	26,63	58,31	0,14	1,51	0,52	17,07	23,74	170,12		
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	200	92,22	0,28	0,09	22,75	8,44	0,01	28,43	1,19	53,94	36,43	109,91		
Хлеб ржаной, кг	011336	50	123,00	3,85	0,42	25,35									
1 нед. Пятница				56,50	1,80	0,33	11,48								
Завтрак			607,05	27,51	8,98	100,94	343,48	0,67	0,10	0,70	20,00	20,00	20,50	64,50	
Рагу из курицы с овощами и беби-картофелем, кг	011400	550	607,05	27,51	8,98	100,94	343,48	0,67	0,10	0,70	20,00	20,00	20,50	64,50	
Напиток из плодов шиповника, кг	011348	250	290,75	21,18	7,96	34,45	343,48	0,40	156,15	4,47	85,08	84,73	330,60		
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	200	136,80	0,68	0,28	29,66			25,95	2,49	46,63	52,63	234,85		
Хлеб ржаной, кг	011336	50	123,00	3,85	0,42	25,35			130,00	0,28	0,20	1,60	64,50		
			50	123,00	3,85	0,42	25,35		0,17	0,10	1,00	20,00	20,50	64,50	

2 нед. Понедельник		2 нед. Среда		2 нед. Четверг		2 нед. Пятница		2 нед. Суббота		2 нед. Воскресенье				
2 нед. Понедельник														
Завтрак	Азу из свинины, кг	011466	555	735,28	29,93	21,26	108,88	34,40	0,90	5,39	4,16	61,83	211,50	493,86
	Каша гречневая рассыпчатая, кг	011466	100	213,36	15,57	14,92	108,88	34,40	0,90	5,39	4,16	61,83	211,50	493,86
	Чай лимонный с сахаром, кг	011414	180	280,66	8,46	5,53	3,32	4,09	0,50	1,51	0,56	8,99	21,34	167,24
	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011343	200	61,76	0,25	0,06	53,96	30,24	0,14	1,84	12,69	1,90	159,12	229,79
	Хлеб ржаной, кг	011335	50	123,00	3,85	0,42	14,77	0,07	0,17	3,68	0,06	1,90	0,54	1,08
		011336	25	56,50	1,80	0,33	25,35		0,10	0,10	0,10	20,00	20,50	64,50
2 нед. Вторник														
Завтрак	Фрикасе из куриного филе, кг	011435	555	739,65	27,11	20,80	107,91	208,18	0,48	1,60	2,97	18,25	100,00	31,25
	Рис припущенный с куркумой 2, кг	011478	100	207,70	16,43	13,36	107,91	208,18	0,48	1,60	2,97	18,25	100,00	31,25
	Чай с сахаром, кг	011342	180	290,94	4,83	6,64	4,45	157,83	0,09	1,07	2,97	122,63	72,94	363,78
	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	200	61,52	0,20	0,05	51,56	50,35	0,13	0,23	0,85	37,31	23,70	169,05
	Хлеб ржаной, кг	011335	50	123,00	3,85	0,42	15,07		0,10	0,10	0,02	46,92	18,75	98,98
		011336	25	56,50	1,80	0,33	25,35		0,10	0,10	1,00	20,00	20,50	64,50
2 нед. Среда														
Завтрак	Филе минтая с овощами в соусе, кг	011409	555	605,31	25,75	12,78	97,76	245,05	0,47	69,73	4,02	18,25	10,00	31,25
	Картофельное пюре, кг	011412	100	146,46	15,79	4,88	97,76	245,05	0,47	69,73	4,02	18,25	131,42	408,68
	Напиток яблочно-ягодный, кг	011412	180	177,94	3,96	7,08	9,36	183,73	0,03	3,98	0,79	59,02	58,69	189,01
	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	200	101,40	0,35	0,07	26,63	58,31	0,14	28,43	1,19	53,94	36,43	109,91
	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
		011336	25	56,50	1,80	0,33	25,35		0,17	0,10	1,00	20,00	20,50	64,50
2 нед. Четверг														
Завтрак	Роштилкс куриный, кг	011522	555	770,01	33,58	20,38	115,53	126,06	0,42	23,65	4,19	18,25	10,00	31,25
	Булгур с овощами и зеленой фасолью, кг	011539	100	232,70	21,07	9,81	115,53	126,06	0,42	23,65	4,19	18,25	10,00	31,25
	Напиток фруктовый с ягодами, кг	011539	180	265,59	6,59	9,73	14,96	7,30	0,13	1,02	0,78	21,45	149,85	455,67
	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	200	92,22	0,28	0,09	41,00	110,31	0,03	7,66	1,48	31,90	28,69	191,30
	Хлеб ржаной, кг	011336	50	123,00	3,85	0,42	22,75	8,44	0,01	14,77	0,23	6,81	87,21	161,18
		011336	25	56,50	1,80	0,33	25,35		0,17	0,10	1,00	20,00	20,50	64,50
2 нед. Пятница														
Завтрак	Жаркое по-домашнему из свинины с картофелем, кг	011392	550	643,04	25,26	14,48	104,80	10,19	1,05	24,89	4,54	18,25	10,00	31,25
	Напиток из смеси сухофруктов, кг	011715	250	314,34	19,34	13,62	104,80	10,19	1,05	24,89	4,54	18,25	80,28	329,36
	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	200	149,20	0,26	0,12	29,27	9,39	0,78	24,25	2,42	35,37	80,28	329,36
	Хлеб ржаной, кг	011336	50	123,00	3,85	0,42	38,71	0,80	0,17	0,44	0,42	4,00	45,38	222,61
		011336	50	123,00	3,85	0,42	25,35		0,17	0,10	1,00	20,00	20,50	64,50
		011336	50	123,00	3,85	0,42	25,35		0,17	0,10	1,00	20,00	20,50	64,50