

И.о. директора ООО Столовая № 41



И.В. Пелипина

Утверждаю:

Согласовано:



Директор МАОУ Лицей № 173  
С.В.Кунницкая

Примерное десятидневное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

Период действия 09.01.2025 - 31.05.2025 г

Комплекс ГПД

1 - 4 класс (родительская плата) 162,95 руб.

# Плановое меню по категории питающихся

Параметры: Организация: ООО Столовая № 41 г. Екат...  
 Категория питающихся: 1-4 классы  
 Тип планового меню: 162,95 (1-4) 2 смена

Организация	Название	№ рецепта	Вес	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	A	B1	C	Fe	Ca	Mg	Фосфор	
1 нед. Понедельник	Обед														
	Суп гороховый куриный, 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	011856	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	011413	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	011342	150	242,59	7,02	5,73	8,01	900,00	0,20	23,75	4,71	36,97	16,46	230,62	
	Фрукт, кг	011337	200	61,52	0,20	0,05	40,10	41,58	0,05	0,10	0,71	11,58	28,46	101,64	
	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	100	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	0,10	6,00	10,25	
	1 нед. Вторник														
	Обед														
	Борщ Морочок со сметаной, кг	011439	755	811,05	30,24	23,54	117,44	338,71	0,56	21,21	4,20	154,64	102,86	415,66	
	Плов с курицей и куркумой 2, кг	011530	200	104,13	3,05	5,72	11,04	66,97	0,06	12,71	1,03	43,76	25,52	52,30	
	Чай лимонный с сахаром, кг	011343	200	465,66	21,29	17,02	54,80	271,67	0,23	4,62	1,41	70,73	46,30	266,53	
	Булочные изделия в ассортименте	011489	80	61,76	0,25	0,06	14,77	0,07			3,68	0,06	1,90	0,54	
	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	50	336,00	7,60	8,90	56,70								
Хлеб ржаной, кг	011335	50	123,00	3,85	0,42	25,35									
1 нед. Среда															
Обед															
Суп куриный с картофелем и макаронными изделиями, кг	011386	795	780,23	32,31	20,01	121,06	295,45	0,17	0,10	1,00	20,00	20,50	64,50		
Гуляш из свинины, кг	011397	200	131,58	3,96	5,29	17,72	76,17	0,08	16,28	4,84	87,30	210,01	527,49		
Каша гречневая рассыпчатая, кг	011414	150	233,88	7,05	9,31	6,47	194,08	0,50	3,58	0,89	20,78	22,12	68,22		
Чай с сахаром, кг	011342	200	61,52	0,20	0,05	44,97	25,20	0,12	0,10	0,70	17,54	24,80	172,03		
Булочные изделия в ассортименте	011489	80	336,00	7,60	8,90	56,70									
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	50	123,00	3,85	0,42	25,35									
Хлеб ржаной, кг	011336	25	56,50	1,80	0,33	11,48									
1 нед. Четверг															
Обед															
Рассолник ленинградский со сметаной, кг	011381	825	717,83	28,52	20,01	106,79	161,47	0,17	0,10	1,00	20,00	20,50	64,50		
Тетелька с рисом в томатном соусе (курица, свинина), кг	011552	200	117,54	3,29	5,81	13,87	161,47	0,84	51,15	4,28	132,33	108,12	426,80		
Картофельное пюре, кг	011412	100	180,28	16,00	7,46	11,16	80,97	0,07	10,98	0,84	25,25	20,08	61,90		
Напиток фруктовый с ягодами, кг	011412	150	148,29	3,30	5,90	22,19	23,46	0,37	1,51	0,52	17,07	23,74	170,12		
Фрукт, кг	011337	200	92,22	0,28	0,09	22,75	8,44	0,01	14,77	0,23	44,97	30,36	91,59		
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	100	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	50	123,00	3,85	0,42	25,35									
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	11,39	18,50	194,98	0,11	8,50	1,15	72,18	21,51	80,14		
Напиток из плодов шиповника, кг	011348	200	249,21	18,16	6,82	29,63	294,41	0,34	22,24	2,13	39,97	45,11	201,30		
Булочные изделия в ассортименте	011489	80	336,00	7,60	8,90	56,70									
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	50	123,00	3,85	0,42	25,35									
Хлеб ржаной, кг	011336	25	56,50	1,80	0,33	11,48									
1 нед. Суббота															
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	11,39	18,50	194,98	0,11	8,50	1,15	72,18	21,51	80,14		
Напиток из плодов шиповника, кг	011348	200	249,21	18,16	6,82	29,63	294,41	0,34	22,24	2,13	39,97	45,11	201,30		
Булочные изделия в ассортименте	011489	80	336,00	7,60	8,90	56,70									
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	50	123,00	3,85	0,42	25,35									
Хлеб ржаной, кг	011336	25	56,50	1,80	0,33	11,48									
1 нед. Воскресенье															
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	11,39	18,50	194,98	0,11	8,50	1,15	72,18	21,51	80,14		
Напиток из плодов шиповника, кг	011348	200	249,21	18,16	6,82	29,63	294,41	0,34	22,24	2,13	39,97	45,11	201,30		
Булочные изделия в ассортименте	011489	80	336,00	7,60	8,90	56,70									
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	50	123,00	3,85	0,42	25,35									
Хлеб ржаной, кг	011336	25	56,50	1,80	0,33	11,48									

<b>2 нед. Понедельник</b>													
Обед													
Суп 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	16,89	97,15	0,19	9,26	1,76	35,81	31,49	98,11
Каша гречневая рассыпчатая, кг	011414	90	192,02	14,01	13,43	2,99	3,68	0,45	1,36	0,51	8,09	19,21	150,52
Чай лимонный с сахаром, кг	011343	150	233,88	7,05	4,61	44,97	25,20	0,12	3,68	0,06	10,57	132,60	191,49
Фрукт, кг	011337	200	61,76	0,25	0,06	14,77	0,07	0,03	4,60	0,10	1,90	0,54	1,08
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	100	52,00	0,26	0,17	13,81	3,00	0,08	0,05	0,50	6,00	10,00	11,00
Хлеб ржаной, кг	011335	25	61,50	1,93	0,21	12,68		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	32,25
	011336	25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
<b>2 нед. Вторник</b>													
Обед													
Борщ со сметаной, кг	011382	795	777,58	27,76	24,05	110,71	269,85	0,51	14,72	3,72	145,65	86,11	383,28
Фрикасе из куриного филе, кг	011435	200	107,19	3,10	5,70	11,84	85,84	0,06	13,27	0,93	34,57	18,66	52,90
Рис припущенный с куркумой 2, кг	011478	150	186,93	14,79	12,02	4,00	142,05	0,08	0,96	0,36	33,58	21,33	152,15
Чай с сахаром, кг	011342	200	242,45	4,03	5,53	42,97	41,96	0,11	0,20	0,71	39,10	15,62	82,49
Булочные изделия в ассортименте	011489	200	61,52	0,20	0,05	15,07		0,10	0,10	0,02	0,15		
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	80	336,00	7,60	8,90	56,70							
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
	011336	25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
<b>2 нед. Среда</b>													
Обед													
Суп куриный с картофелем и макаронными изделиями, Супфле из минтая с рисом, кг	011386	815	761,57	27,03	24,29	109,75	203,68	0,50	74,08	4,50	160,99	133,95	434,38
Картофельное пюре, кг	011468	200	131,58	3,96	5,29	17,72	76,17	0,08	12,40	0,89	20,78	22,12	68,22
Напиток яблочно-ягодный, кг	011412	90	200,80	13,76	12,28	8,06	75,91	0,01	0,67	0,58	44,61	45,17	164,82
Фрукт, кг	011337	150	148,29	3,30	5,90	22,19	48,59	0,12	23,69	0,99	44,95	30,36	91,59
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	200	101,40	0,35	0,07	24,94	3,00	0,03	37,12	0,34	12,40	5,00	14,00
Хлеб ржаной, кг	011335	100	52,00	0,26	0,17	13,81		0,03	4,60	0,10	6,00	20,50	11,00
	011336	50	123,00	3,85	0,42	25,35		0,17	0,10	1,00	20,00	20,50	64,50
<b>2 нед. Четверг</b>													
Обед													
Солянка домашняя со сметаной, кг	011387	815	815,64	34,99	23,05	119,82	125,61	0,52	35,91	4,80	113,34	153,49	482,73
Ромштекс куриный, кг	011522	200	113,17	4,62	5,28	18,62	18,67	0,11	13,63	0,94	22,39	21,04	73,06
Булгур с овощами и зеленой фасолью, кг	011539	90	209,43	18,96	8,83	13,46	6,57	0,11	0,92	0,70	19,30	25,82	172,17
Напиток фруктовый с ягодами, кг	011539	150	221,33	5,49	8,11	34,17	91,93	0,02	6,38	1,24	26,58	72,68	134,32
Фрукт, кг	011337	200	92,22	0,28	0,09	22,75	8,44	0,01	14,77	0,23	6,81	3,45	7,44
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	100	52,00	0,26	0,17	13,81	3,00	0,03	4,60	0,10	6,00	5,00	11,00
Хлеб ржаной, кг	011335	50	123,00	3,85	0,42	25,35		0,10	0,10	1,00	20,00	20,50	64,50
	011336	25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
<b>2 нед. Пятница</b>													
Обед													
Суп-пюре с тыквой и грибами, кг	011513	755	786,52	26,24	23,92	119,11	203,83	1,05	29,93	5,34	144,75	95,31	377,70
Жаркое по-домашнему из свинины с картофелем, кг	011392	200	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	269,44	16,58	11,68	25,08	8,04	0,67	20,79	2,07	30,32	38,90	190,81
Булочные изделия в ассортименте	011489	80	149,20	0,26	0,12	38,71	0,80		0,44	0,42	4,00	4,40	11,00
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	50	336,00	7,60	8,90	56,70							
Хлеб ржаной, кг	011335	25	123,00	3,85	0,42	25,35		0,17	0,10	1,00	20,00	20,50	64,50
	011336	25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25