

Утверждаю:
И.о. директора ООО Столовая № 41
Е.А. Макаров



Согласовано:
Директор МАОУ СОШ № 79
Е.А. Камышанова



Примерное десятидневное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд
Период действия 02.09.2024 - 27.12.2024 г.
Комплекс за счет средств субсидии бесплатное одноразовое питание (обед)
1 - 4 класс

Плановое меню по категории питающихся

Параметры: Организация: ООО Столовая № 41 г. Екат...
 Категория питающихся: 1-4 классы
 Тип планового меню: 127-79 (1-4) 2 смена

Организация Название	№ рецепта	Вес порции	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	A	B1	C	Fe	Sa	Mg	Фосфор
1 нед. Понедельник Обед	011385	790	821,04	31,50	21,68	124,72	371,83	0,63	18,73	4,48	140,94	103,03	439,14
	Суп гороховый куриный, кг		821,04	31,50	21,68	124,72	371,83	0,63	18,73	4,48	140,94	103,03	439,14
	011530	200	123,86	6,03	3,90	16,89	54,80	97,15	0,19	9,26	1,76	35,81	31,49
	Плов с курицей и кукурузой 2, кг		123,86	6,03	3,90	16,89	54,80	97,15	0,19	9,26	1,76	35,81	31,49
	011342	200	61,52	0,20	0,05	15,07		0,10	0,02	0,15			266,53
	Чай с сахаром, кг		61,52	0,20	0,05	15,07		0,10	0,02	0,15			266,53
	011337	100	52,00	0,26	0,17	13,81		3,00	0,03	4,60	0,10	6,00	5,00
	Фрукт, кг		52,00	0,26	0,17	13,81		3,00	0,03	4,60	0,10	6,00	5,00
	011335	25	61,50	1,93	0,21	12,68		0,08	0,05	0,50	10,00	10,25	32,25
	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг		61,50	1,93	0,21	12,68		0,08	0,05	0,50	10,00	10,25	32,25
011336	25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25	
Хлеб ржаной, кг		56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25	
1 нед. Вторник Обед	011439	715	758,19	28,83	23,31	110,74	1 008,62	0,59	40,34	8,21	132,47	101,49	481,39
	Борщ Морской со сметаной, кг		758,19	28,83	23,31	110,74	1 008,62	0,59	40,34	8,21	132,47	101,49	481,39
	011856	90	170,21	12,86	11,06	8,01	11,04	66,97	0,06	12,71	1,03	43,76	25,52
	Печень по-строгановски, кг		170,21	12,86	11,06	8,01	11,04	66,97	0,06	12,71	1,03	43,76	25,52
	011413	150	242,59	7,02	5,73	40,10		41,58	0,05		0,71	11,58	28,46
	Макаронные изделия отварные (масло слив), кг		242,59	7,02	5,73	40,10		41,58	0,05		0,71	11,58	28,46
	011343	200	61,76	0,25	0,06	14,77		0,07		3,68	0,06	1,90	0,54
	Чай лимонный с сахаром, кг		61,76	0,25	0,06	14,77		0,07		3,68	0,06	1,90	0,54
	011335	50	123,00	3,85	0,42	25,35		0,17	0,10	1,00	20,00	20,50	64,50
	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг		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	
Хлеб ржаной, кг		56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25	
1 нед. Среда Обед	011386	715	780,23	32,31	20,01	121,06	295,45	0,97	16,28	4,84	87,30	210,01	527,49
	Суп куриный с вертофелем и макаронными изделиями, кг		780,23	32,31	20,01	121,06	295,45	0,97	16,28	4,84	87,30	210,01	527,49
	011397	90	173,75	15,45	9,31	44,97		194,08	0,50	3,58	0,70	17,54	24,80
	Гуляш из свинины, кг		173,75	15,45	9,31	44,97		194,08	0,50	3,58	0,70	17,54	24,80
	011414	150	233,88	7,05	4,61	44,97		25,20	0,12		1,53	10,57	132,60
	Каша гречневая рассыпчатая, кг		233,88	7,05	4,61	44,97		25,20	0,12		1,53	10,57	132,60
	011342	200	61,52	0,20	0,05	15,07		0,10	0,02	0,15			266,53
	Чай с сахаром, кг		61,52	0,20	0,05	15,07		0,10	0,02	0,15			266,53
	011335	50	123,00	3,85	0,42	25,35		0,17	0,10	1,00	20,00	20,50	64,50
	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг		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	
Хлеб ржаной, кг		56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25	
1 нед. Четверг Обед	011381	715	810,77	21,16	34,86	95,64	138,01	0,47	49,64	3,76	115,26	84,38	258,84
	Распльник ленинградский со сметаной, кг		810,77	21,16	34,86	95,64	138,01	0,47	49,64	3,76	115,26	84,38	258,84
	011545	90	273,22	8,64	22,32		80,97	0,07	10,98	0,84	25,25	20,08	61,90
	Копелта домашняя п/ф, кг		273,22	8,64	22,32		80,97	0,07	10,98	0,84	25,25	20,08	61,90
	011412	150	148,29	3,30	5,90	22,19		48,59	0,12	23,69	0,99	44,95	30,36
	Картофельное пюре, кг		148,29	3,30	5,90	22,19		48,59	0,12	23,69	0,99	44,95	30,36
	011335	50	123,00	3,85	0,42	25,35		0,17	0,10	1,00	20,00	20,50	64,50
	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг		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
	Хлеб ржаной, кг		56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
1 нед. Пятница Обед	011387	715	678,68	29,10	13,12	108,63	313,08	0,73	166,08	5,05	100,81	98,26	370,11
	Соленья домашняя со сметаной, кг		678,68	29,10	13,12	108,63	313,08	0,73	166,08	5,05	100,81	98,26	370,11
	011400	240	249,21	18,16	6,82	29,53	294,41	0,34	22,24	2,13	39,97	45,11	201,30
	Рагу из курицы с овощами и беби-картофелем, кг		249,21	18,16	6,82	29,53	294,41	0,34	22,24	2,13	39,97	45,11	201,30
	011348	200	136,80	0,68	0,28	29,66		0,01	130,00	0,28	0,20	1,60	20,50
Напиток из плодов шиповника, кг		136,80	0,68	0,28	29,66		0,01	130,00	0,28	0,20	1,60	20,50	
011335	50	123,00	3,85	0,42	25,35		0,17	0,10	1,00	20,00	20,50	64,50	
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг		123,00	3,85	0,42	25,35		0,17	0,10	1,00	20,00	20,50	64,50	

011336	Хлеб ржаной, кг	25	56,50	1,80	0,33	11,48	129,10	0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
2 нед. Понедельник													
Обед		790	781,52	31,32	22,70	117,68	129,10	0,97	19,05	5,15	90,62	209,09	515,70
011385	Суп гороховый куриный, кг	200	123,86	6,03	3,90	16,89	97,15	0,19	9,26	1,76	35,81	31,49	98,11
011466	Азу из свинины, кг	90	192,02	14,01	13,43	2,99	3,68	0,45	1,36	0,51	8,09	19,21	150,52
011414	Каша гречневая рассыпчатая, кг	200	233,88	7,05	4,61	44,97	25,20	0,12	1,53	10,57	132,60	191,49	180,52
011343	Чай лимонный с сахаром, кг	150	61,76	0,25	0,06	14,77	0,07		3,68	0,06	1,90	0,54	1,08
011337	Фрукт, кг	100	52,00	0,26	0,17	13,81	3,00	0,03	4,60	0,10	6,00	5,00	11,00
011335	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	25	61,50	1,93	0,21	12,68		0,08	0,05	0,50	10,00	10,25	32,25
011336	Хлеб ржаной, кг	25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
2 нед. Вторник													
Обед		715	777,58	27,76	24,05	110,71	269,85	0,51	14,72	3,72	145,65	86,11	383,28
011382	Борщ со сметаной, кг	200	107,19	3,10	5,70	11,84	85,84	0,06	13,27	0,93	34,57	18,66	52,90
011435	Фрикасе из куриного филе, кг	90	186,93	14,79	12,02	4,00	142,05	0,08	0,96	0,36	33,58	21,33	152,15
011478	Рис припущенный с куриной 2, кг	150	242,45	4,03	5,53	42,97	41,96	0,11	0,20	0,71	39,10	15,62	82,49
011342	Чай с сахаром, кг	200	61,52	0,20	0,05	15,07			0,10	0,02	0,15		
011335	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	50	123,00	3,85	0,42	25,35		0,17	0,10	1,00	20,00	20,50	64,50
011336	Хлеб ржаной, кг	25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
2 нед. Среда													
Обед		715	761,57	27,03	24,29	109,75	203,68	0,50	74,08	4,50	160,99	133,95	434,38
011386	Суп куриный с картофелем и макаронными изделиями,	200	131,58	3,96	5,29	17,72	76,17	0,08	12,40	0,89	20,78	22,12	66,22
011468	Суфле из мятая с рисом, кг	90	200,80	13,76	12,28	8,06	75,91	0,01	0,67	0,58	44,61	45,17	164,82
011412	Картофельное пюре, кг	150	148,29	3,30	5,90	22,19	48,59	0,12	23,69	0,99	44,95	30,36	91,59
011335	Напиток яблочно-ягодный, кг	200	101,40	0,35	0,07	24,94	3,00	0,03	37,12	0,34	12,40	5,80	14,00
011335	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	50	123,00	3,85	0,42	25,35		0,17	0,10	1,00	20,00	20,50	64,50
011336	Хлеб ржаной, кг	25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
2 нед. Четверг													
Обед		715	815,64	34,99	23,05	119,82	125,61	0,52	35,91	4,80	113,34	153,49	482,73
011387	Солонка домашняя со сметаной, кг	200	113,17	4,62	5,28	12,62	18,67	0,11	13,63	0,94	22,39	21,04	73,06
011522	Ромштекс куриный, кг	90	209,43	18,96	8,83	13,46	6,57	0,11	0,92	0,70	19,30	25,82	172,17
011539	Бульор с овощами и зеленой фасолью, кг	150	221,33	5,49	8,11	34,17	91,93	0,02	6,38	1,24	26,58	72,68	134,32
011335	Напиток фруктовый с ягодами, кг	200	92,22	0,28	0,09	22,75	8,44	0,01	14,77	0,23	6,81	3,45	7,44
011335	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	50	123,00	3,85	0,42	25,35		0,17	0,10	1,00	20,00	20,50	64,50
011336	Хлеб ржаной, кг	25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
2 нед. Пятница													
Обед		715	715,68	25,79	18,34	114,49	89,82	1,01	32,41	5,03	97,82	93,88	359,46
011381	Рассолник ленинградский со сметаной, кг	200	117,54	3,29	5,81	13,87	89,82	0,07	10,98	0,84	25,25	20,08	61,90
011392	Жаркое по-домашнему из свинины с картофелем, кг	240	269,44	16,58	11,68	25,08	8,04	0,67	20,79	2,07	30,32	36,90	190,81
011715	Напиток из смеси сухофруктов, кг	200	149,20	0,26	0,12	38,71	0,80	0,80	0,44	0,42	4,00	4,40	11,00
011335	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	50	123,00	3,85	0,42	25,35		0,17	0,10	1,00	20,00	20,50	64,50
011336	Хлеб ржаной, кг	25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25