Утверждаю

И.О. Директора ООО "Столовая №41"

Лепилина И.В. _____

Согласовано

Директор МАОУ СОШ № 79

_____ Камышанова Е.А.

Примерное 2-х разовое меню на 10 дней для общеобразовательных учреждений
города Екатеринбурга (все районы города) в 2024-2025 году

(возрастная группа с 7 до 11 лет)

Период действия меню: с 09.01.2025 по 31.05.2025

Плановое меню по категории питающихся

Параметры: Организация: ООО Столовая № 41 г. Екат...
Категория питающихся: 1-4 классы
Тип планового меню: 271-59 (1-4) 2-х разовое

Организация / Название	№ рецепта	Вес порции	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	A	B1	C	Fe	Ca	Mg	Фосфор
1 нед. Понедельник			1 431,06	46,36	42,40	206,17	523,73	0,95	37,85	6,72	354,21	184,46	383,37
Завтрак		505	586,82	14,86	20,72	81,45	151,91	0,32	19,12	2,24	213,28	81,43	327,61
Бутерброд с маслом и сыром 5/10/25, порц	11863	40	151,40	4,58	8,59	14,47	58,50	0,03		0,02	74,95	6,15	71,00
Каша пшенная молочная с маслом, кг	11355	240	356,42	8,48	11,81	53,98	93,41	0,19	0,19	1,52	120,08	65,28	225,36
Кисель с витаминами "Витошка", кг	11341	200	22,50			5,75	0,03	0,08	5,03				
Хлеб ржаной, кг	11336	25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
Обед		730	844,24	31,50	21,68	124,72	371,83	0,63	18,73	4,48	140,94	103,03	439,14
Суп гороховый куриный, кг	11385	200	123,86	6,03	3,90	16,89	97,15	0,19	9,26	1,76	35,81	31,49	98,11
Плов с курицей и куркумой 2, кг	11530	200	465,66	21,29	17,02	54,80	271,67	0,23	4,62	1,41	70,73	46,30	266,53
Чай с сахаром, кг	11342	200	61,52	0,20	0,05	15,07			0,10	0,02	0,15		
Салат из белокочанной капусты с яблоками, морковью и растительным маслом	7\75	80	75,20	1,12	4,80	6,16	0,00	0,04	27,76	0,56	32,40	26,81	38,89
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	11335	25	61,50	1,93	0,21	12,68		0,08	0,05	0,50	10,00	10,25	32,25
Хлеб ржаной, кг	011336	25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
1 нед. Вторник			1 420,47	50,64	37,11	201,21	1 109,96	0,75	45,27	9,38	265,73	129,59	344,59
Завтрак		500	558,34	21,81	13,80	90,47	101,34	0,17	4,93	1,18	133,26	28,10	207,79
Пудинг из творога со сгущенкой 130/20, кг	11779	150	316,32	17,47	12,38	35,86	98,34	0,01	0,13	0,36	104,11	9,85	149,29
Чай с сахаром, кг	011342	200	61,52	0,20	0,05	15,07			0,10	0,02	0,15		
Фрукт, кг	11337	100	52,00	0,26	0,17	13,81	3,00	0,03	4,60	0,10	6,00	5,00	11,00
Батон витаминизированный, кг	11418	25	72,00	2,08	0,88	14,25		0,03			4,75	3,25	16,25
Хлеб ржаной, кг	011336	25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
Обед		795	842,13	28,83	23,31	110,74	1 008,62	0,59	40,34	8,21	132,47	101,49	481,39
Борщ Морячок со сметаной, кг	11439	200	104,13	3,05	5,72	11,04	66,97	0,06	12,71	1,03	43,76	25,52	52,30
Печень по-строгановски, кг	11856	90	170,21	12,86	11,06	8,01	900,00	0,20	23,75	4,71	36,97	16,46	230,62
Макаронные изделия отварные (масло слив), кг	11413	150	242,59	7,02	5,73	40,10	41,58	0,05		0,71	11,58	28,46	101,64
Чай лимонный с сахаром, кг	11343	200	61,76	0,25	0,06	14,77	0,07		3,68	0,06	1,90	0,54	1,08
Салат из моркови, сахара и изюма, с растительным маслом	7\19	80	83,94	1,07	2,42	15,97	0,00	0,04	3,57	0,51	19,41	27,15	39,35
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	50	123,00	3,85	0,42	25,35		0,17	0,10	1,00	20,00	20,50	64,50
Хлеб ржаной, кг	011336	25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
1 нед. Среда			1 603,46	59,34	35,63	208,10	342,47	1,46	23,32	7,23	145,42	276,24	417,98
Завтрак		540	739,15	27,03	15,63	87,04	47,02	0,49	7,04	2,39	58,13	66,23	308,47
Котлета домашняя, кг	11547	100	303,58	9,60	24,80								2,40
Макаронные изделия отварные (масло слив), кг	011413	150	210,24	6,08	4,97	34,75	36,04	0,05		0,62	10,04	24,67	88,09
Соус томатный, кг	11550	40	35,07	0,64	2,07	3,82	7,61	0,01	2,19	0,33	4,00	4,64	10,46
Чай лимонный с сахаром, кг	011343	200	61,76	0,25	0,06	14,77	0,07		3,68	0,06	1,90	0,54	1,08
Батон витаминизированный, кг	011418	25	72,00	2,08	0,88	14,25		0,03			4,75	3,25	16,25
Хлеб ржаной, кг	011336	25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
Обед		795	864,31	32,31	20,01	121,06	295,45	0,97	16,28	4,84	87,30	210,01	527,49
Суп куриный с картофелем и макаронными изделиями, кг	11386	200	131,58	3,96	5,29	17,72	76,17	0,08	12,40	0,89	20,78	22,12	68,22
Гуляш из свинины, кг	11397	90	173,75	15,45	9,31	6,47	194,08	0,50	3,58	0,70	17,54	24,80	172,03
Каша гречневая рассыпчатая, кг	11414	150	233,88	7,05	4,61	44,97	25,20	0,12		1,53	10,57	132,60	191,49
Чай с сахаром, кг	011342	200	61,52	0,20	0,05	15,07			0,10	0,02	0,15		
Салат из отварной свеклы с сыром и растительным	7\34	80	84,08	2,08	5,81	6,83	8,23	0,01	1,50	0,96	65,11	16,79	52,34
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	50	123,00	3,85	0,42	25,35		0,17	0,10	1,00	20,00	20,50	64,50
Хлеб ржаной, кг	011336	25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25

1 нед. Четверг				1 616,81	38,09	46,40	195,83	221,59	0,64	50,04	5,10	322,69	157,45	258,13
Завтрак			525	689,78	16,93	11,54	100,19	83,58	0,18	0,40	1,34	207,43	73,07	257,41
Каша Ассорти (греча, рис) с маслом, кг	11775		150	225,34	5,08	6,68	37,24	58,38	0,05	0,12	0,62	76,16	49,83	127,02
Напиток из цикория с молоком, кг	11339		200	105,09	2,97	1,78	19,34	25,20		0,18	0,02	108,27	9,99	82,89
Йогурт 125г, шт	11501		125	71,25	5,00	1,88	17,88							
Батон витаминизированный, кг	011418		25	72,00	2,08	0,88	14,25		0,03			4,75	3,25	16,25
Хлеб ржаной, кг	011336		25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
Обед			805	927,03	21,16	34,86	95,64	138,01	0,47	49,64	3,76	115,26	84,38	258,84
Рассольник ленинградский со сметаной, кг	11381		200	117,54	3,29	5,81	13,87	80,97	0,07	10,98	0,84	25,25	20,08	61,90
Котлета домашняя п/ф, кг		01154	100	303,58	9,60	24,80								2,40
Картофельное пюре, кг	11412		150	148,29	3,30	5,90	22,19	48,59	0,12	23,69	0,99	44,95	30,36	91,59
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
Салат из квашеной капусты с зеленью и маслом растительным	7\14		80	85,90	0,92	3,99	12,82	0,00	0,04	3,53	0,51	19,24	26,81	38,89
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335		50	123,00	3,85	0,42	25,35		0,17	0,10	1,00	20,00	20,50	64,50
Хлеб ржаной, кг	011336		25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
1 нед. Пятница				1 491,58	49,31	30,49	169,22	502,88	0,89	171,10	7,65	316,82	140,31	361,43
Завтрак			500	476,90	20,21	17,37	60,59	189,80	0,16	5,02	2,60	216,00	42,05	352,75
Омлет натуральный, кг	11358		150	209,88	14,23	14,96	3,58	172,80		0,12	1,79	126,85	18,30	248,25
Чай с молоком, кг	11344		200	86,52	1,85	1,04	17,47	14,00		0,20	0,02	60,15	5,50	46,00
Фрукт, кг	011337		100	52,00	0,26	0,17	13,81	3,00	0,03	4,60	0,10	6,00	5,00	11,00
Батон витаминизированный, кг	011418		25	72,00	2,08	0,88	14,25		0,03			4,75	3,25	16,25
Хлеб ржаной, кг	011336		25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
Обед			755	1014,68	29,10	13,12	108,63	313,08	0,73	166,08	5,05	100,81	98,26	370,11
Солянка домашняя со сметаной, кг	11387		200	113,17	4,62	5,28	12,62	18,67	0,11	13,63	0,94	22,39	21,04	73,06
Рагу из курицы с овощами и картофелем, кг	11400		200	249,21	18,16	6,82	29,53	294,41	0,34	22,24	2,13	39,97	45,11	201,30
Напиток из плодов шиповника, кг	11348		200	136,80	0,68	0,28	29,66		0,01	130,00	0,28	0,20	1,60	
Булочные изделия в ассортименте	11489		80	336,00	7,60	8,90	56,70							
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335		50	123,00	3,85	0,42	25,35		0,17	0,10	1,00	20,00	20,50	64,50
Хлеб ржаной, кг	011336		25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
2 нед. Понедельник				1 430,20	44,42	43,11	199,92	294,01	1,22	24,39	6,31	309,25	248,21	380,48
Завтрак			505	566,60	13,10	20,40	82,35	164,91	0,26	5,33	1,16	218,63	39,13	245,25
Бутерброд с маслом и сыром 5/10/25, порц	11863		40	151,40	4,58	8,59	14,47	58,50	0,03		0,02	74,95	6,15	71,00
Каша рисовая молочная с маслом, кг	11467		240	336,20	6,72	11,49	50,65	106,38	0,05	0,21	0,44	125,43	22,98	143,00
Кисель с витаминами "Витошка", кг	011341		200	22,50			5,75	0,03	0,08	5,03				
Хлеб ржаной, кг	011336		25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
Обед			770	863,60	31,32	22,70	117,58	129,10	0,97	19,05	5,15	90,62	209,09	515,70
Суп гороховый куриный, кг	011385		200	123,86	6,03	3,90	16,89	97,15	0,19	9,26	1,76	35,81	31,49	98,11
Азу из свинины, кг	11466		90	242,02	14,01	13,43	2,99	3,68	0,45	1,36	0,51	8,09	19,21	150,52
Каша гречневая рассыпчатая, кг	011414		150	233,88	7,05	4,61	44,97	25,20	0,12		1,53	10,57	132,60	191,49
Чай лимонный с сахаром, кг	011343		200	61,76	0,25	0,06	14,77	0,07		3,68	0,06	1,90	0,54	1,08
Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	7\34		80	84,08	2,08	5,81	6,83	8,23	0,01	1,50	0,96	65,11	16,79	52,34
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335		25	61,50	1,93	0,21	12,68		0,08	0,05	0,50	10,00	10,25	32,25
Хлеб ржаной, кг	011336		25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
2 нед. Вторник				1 426,63	51,79	38,43	197,34	390,49	0,72	24,00	5,49	359,29	125,69	348,53
Завтрак			500	565,10	24,03	14,38	86,63	120,65	0,21	9,28	1,77	213,64	39,58	313,77
Мексиканский Флан со сгущенкой 130/20, кг	11780		150	322,84	19,64	12,95	32,32	117,58	0,05	0,90	0,91	182,74	20,79	254,19
Чай лимонный с сахаром, кг	011343		200	61,76	0,25	0,06	14,77	0,07		3,68	0,06	1,90	0,54	1,08
Фрукт, кг	011337		100	52,00	0,26	0,17	13,81	3,00	0,03	4,60	0,10	6,00	5,00	11,00
Батон витаминизированный, кг	011418		25	72,00	2,08	0,88	14,25		0,03			4,75	3,25	16,25
Хлеб ржаной, кг	011336		25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25

Обед			795	861,53	27,76	24,05	110,71	269,85	0,51	14,72	3,72	145,65	86,11	383,28
Борщ со сметаной, кг	11382		200	107,19	3,10	5,70	11,84	85,84	0,06	13,27	0,93	34,57	18,66	52,90
Фрикасе из куриного филе, кг	11435		90	186,93	14,79	12,02	4,00	142,05	0,08	0,96	0,36	33,58	21,33	152,15
Рис припущенный с куркумой 2, кг	11478		150	242,45	4,03	5,53	42,97	41,96	0,11	0,20	0,71	39,10	15,62	82,49
Чай с сахаром, кг	011342		200	61,52	0,20	0,05	15,07			0,10	0,02	0,15		
Салат из моркови, сахара и изюма, с растительным маслом	7\19		80	83,94	1,07	2,42	15,97	0,00	0,04	3,57	0,51	19,41	27,15	39,35
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335		50	123,00	3,85	0,42	25,35		0,17	0,10	1,00	20,00	20,50	64,50
Хлеб ржаной, кг	011336		25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
2 нед. Среда				1 563,18	46,98	53,99	192,12	248,50	0,69	75,86	6,00	198,72	177,68	295,89
Завтрак			500	548,99	21,36	19,83	72,53	127,75	0,26	26,13	2,35	115,70	90,80	310,02
Суфле из минтая с рисом, кг	11468		90	200,80	13,76	12,28	8,06	75,91	0,01	0,67	0,58	44,61	45,17	164,82
Картофельное пюре, кг	11412		160	158,17	3,52	6,29	23,67	51,83	0,13	25,27	1,06	47,94	32,38	97,70
Чай с сахаром, кг	011342		200	61,52	0,20	0,05	15,07			0,10	0,02	0,15		
Батон витаминизированный, кг	011418		25	72,00	2,08	0,88	14,25		0,03			4,75	3,25	16,25
Хлеб ржаной, кг	011336		25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
Обед			805	1014,19	25,62	34,16	119,59	120,75	0,43	49,72	3,64	83,02	86,88	281,77
Суп куриный с картофелем и макаронными изделиями, кг	011386		200	131,58	3,96	5,29	17,72	76,17	0,08	12,40	0,89	20,78	22,12	68,22
Котлета домашняя п/ф, кг		01154	100	303,58	9,60	24,80								2,40
Макаронные изделия отварные (масло слив), кг	011413		150	242,59	7,02	5,73	40,10	41,58	0,05		0,71	11,58	28,46	101,64
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
Салат из квашеной капусты с зеленью и маслом растительным	7\14		80	85,90	0,92	3,99	12,82	0,00	0,04	3,53	0,51	19,24	26,81	38,89
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335		50	123,00	3,85	0,42	25,35		0,17	0,10	1,00	20,00	20,50	64,50
Хлеб ржаной, кг	011336		25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
2 нед. Четверг				1 423,26	51,77	34,87	218,58	200,91	0,74	36,25	7,11	288,15	220,91	366,27
Завтрак			525	532,41	16,78	11,82	98,76	75,30	0,22	0,34	2,31	174,81	67,42	249,80
Каша Дружба (пшено, рис) с маслом, кг	11356		150	231,10	4,95	6,95	36,87	58,38	0,09	0,12	0,71	74,54	30,57	120,90
Какао с молоком, кг	11608		200	101,56	2,95	1,79	18,29	16,92	0,00	0,12	0,90	77,27	23,60	81,40
Йогурт 125г, шт	011501		125	71,25	5,00	1,88	17,88							
Батон витаминизированный, кг	011418		25	72,00	2,08	0,88	14,25		0,03			4,75	3,25	16,25
Хлеб ржаной, кг	011336		25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
Обед			795	890,85	34,99	23,05	119,82	125,61	0,52	35,91	4,80	113,34	153,49	482,73
Солянка домашняя со сметаной, кг	011387		200	113,17	4,62	5,28	12,62	18,67	0,11	13,63	0,94	22,39	21,04	73,06
Ромштекс куриный, кг	11522		90	209,43	18,96	8,83	13,46	6,57	0,11	0,92	0,70	19,30	25,82	172,17
Булгур с овощами и зеленой фасолью, кг	11539		150	221,33	5,49	8,11	34,17	91,93	0,02	6,38	1,24	26,58	72,68	134,32
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
Салат из белокочанной капусты с яблоками, морковью и растительным маслом	7\75		80	75,20	1,12	4,80	6,16	0,00	0,04	27,76	0,56	32,40	26,81	38,89
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335		50	123,00	3,85	0,42	25,35		0,17	0,10	1,00	20,00	20,50	64,50
Хлеб ржаной, кг	011336		25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
2 нед. Пятница				1 544,03	46,93	37,00	175,18	281,16	1,17	37,43	7,55	357,82	137,16	368,59
Завтрак			500	492,35	21,14	18,65	60,69	191,34	0,16	5,02	2,52	260,00	43,29	377,73
Омлет с сыром, кг	11359		150	225,33	15,16	16,24	3,69	174,34		0,12	1,70	170,85	19,54	273,23
Чай с молоком, кг	011344		200	86,52	1,85	1,04	17,47	14,00		0,20	0,02	60,15	5,50	46,00
Фрукт, кг	011337		100	52,00	0,26	0,17	13,81	3,00	0,03	4,60	0,10	6,00	5,00	11,00
Батон витаминизированный, кг	011418		25	72,00	2,08	0,88	14,25		0,03			4,75	3,25	16,25
Хлеб ржаной, кг	011336		25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
Обед			755	1051,68	25,79	18,34	114,49	89,82	1,01	32,41	5,03	97,82	93,88	359,46
Рассольник ленинградский со сметаной, кг	011381		200	117,54	3,29	5,81	13,87	80,97	0,07	10,98	0,84	25,25	20,08	61,90
Жаркое по-домашнему из свинины с картофелем, кг	11392		200	269,44	16,58	11,68	25,08	8,04	0,67	20,79	2,07	30,32	38,90	190,81
Напиток из смеси сухофруктов, кг	11715		200	149,20	0,26	0,12	38,71	0,80		0,44	0,42	4,00	4,40	11,00
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		0,17	0,10	1,00	20,00	20,50	64,50
Хлеб ржаной, кг	011336		25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25