

Утверждаю:
Директор ООО Столовая № 41
Н.С. Аристова



Согласовано:
Директор МАОУ СОШ № 14
О.А. Чупахина



Примерное десятидневное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд
Период действия 01.09.2025 - 31.12.2025
Комплекс за счет средств субсидии бесплатное одноразовое питание (завтрак)
1 - 4 класс, 108,64 руб.

Плановое меню по категории питающихся

Параметры: Организация: ООО Столовая № 41 г. Екат...

Категория питающихся: 1-4 классы

Тип планового меню: 108-64 (1-4) 1 смена

Организация		Вес порции	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	A	B1	C	Fe	Ca	Mg	Фосфор
Категория питающихся													
Название	№ рецепта												
1-4 классы													
1 нед. Понедельник													
Завтрак		500	571,87	17,11	16,52	89,06	106,48	0,33	19,09	2,06	237,82	77,97	342,84
Бутерброд с сыром 15/25, порц	011939	40	125,40	5,82	4,99	14,58	24,75	0,03		0,03	109,75	7,60	98,15
Каша пшенная молочная с маслом, кг	011355	210	311,87	7,42	10,33	47,23	81,73	0,17	0,17	1,33	105,07	57,12	197,19
Напиток витаминизированный "Витошка", кг	011340	200	6,10			1,53			18,83				
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
1 нед. Вторник													
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 с повидлом 130/20, кг	011779	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	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
1 нед. Среда													
Завтрак		500	687,51	34,13	22,47	84,76	66,46	0,31	3,80	2,39	69,50	67,38	370,94
Курица в сырном соусе, кг	011953	90	238,48	22,51	15,10	1,50	22,04	0,12	0,02	0,88	32,24	23,23	213,94
Макаронные изделия отварные (масло слив), кг	011413	160	258,76	7,48	6,12	42,77	44,35	0,06		0,76	12,36	30,36	108,42
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
1 нед. Четверг													
Завтрак		500	607,20	19,61	18,25	93,55	126,39	0,31	0,45	2,14	362,03	88,84	429,99
Бутерброд с сыром 15/25, порц	011939	40	125,40	5,82	4,99	14,58	24,75	0,03		0,03	109,75	7,60	98,15
Каша овсяная молочная с маслом, кг	011494	210	248,21	6,95	10,27	33,91	76,44	0,15	0,17	1,40	121,01	58,00	201,45
Напиток из цикория с молоком, кг	011339	200	105,09	2,97	1,78	19,34	25,20		0,18	0,02	108,27	9,99	82,89
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
1 нед. Пятница													
Завтрак		500	696,97	27,64	32,34	73,46	316,88	0,26	0,55	3,68	267,23	55,18	455,75
Бутерброд с маслом сливочным 10/25, порц	011362	35	159,60	2,10	10,82	14,25	84,00	0,03			5,15	3,25	16,55
Омлет натуральный, кг	011358	190	265,85	18,02	18,95	4,54	218,88		0,15	2,26	160,68	23,18	314,45
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
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	50	113,00	3,60	0,65	22,95		0,20	0,20	1,40	36,50	20,00	62,50
2 нед. Понедельник													
Завтрак		505	618,78	12,13	22,55	92,16	181,54	0,28	5,32	1,10	143,13	37,56	195,13

Бутерброд с маслом сливочным 10/25, порц	011362	35	159,60	2,10	10,82	14,25	84,00	0,03			5,15	3,25	16,55
Каша рисовая молочная с маслом, кг	011467	220	308,18	6,16	10,53	46,43	97,51	0,05	0,19	0,40	114,98	21,06	131,08
Кисель с витаминами "Витошка", кг	011341	200	22,50			5,75	0,03	0,08	5,03				
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
2 нед. Вторник			565,10	24,03	14,38	86,63	120,65	0,21	9,28	1,77	213,64	39,58	313,77
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	011780	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
2 нед. Среда			652,28	18,96	17,56	105,00	120,48	0,33	0,47	2,08	297,97	83,47	388,84
Завтрак		500	652,28	18,96	17,56	105,00	120,48	0,33	0,47	2,08	297,97	83,47	388,84
Бутерброд с сыром 15/25, порц	011939	40	125,40	5,82	4,99	14,58	24,75	0,03		0,03	109,75	7,60	98,15
Каша пшенная молочная с маслом, кг	011355	210	311,87	7,42	10,33	47,23	81,73	0,17	0,17	1,33	105,07	57,12	197,19
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
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
2 нед. Четверг			426,16	21,45	8,60	66,68	67,50	0,27	27,23	2,54	130,05	87,72	323,91
Завтрак		500	426,16	21,45	8,60	66,68	67,50	0,27	27,23	2,54	130,05	87,72	323,91
Филе минтая запечёное в омлете, кг	011903	90	104,79	13,77	4,74	0,81	47,34		0,03	0,69	61,35	40,37	176,31
Картофельное пюре 2, кг	011941	160	131,35	3,60	2,61	25,08	20,16	0,14	27,00	1,13	45,55	34,10	100,10
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
2 нед. Пятница			691,54	27,17	32,97	71,19	304,83	0,26	0,45	3,57	262,96	51,25	441,39
Завтрак		500	691,54	27,17	32,97	71,19	304,83	0,26	0,45	3,57	262,96	51,25	441,39
Бутерброд с маслом сливочным 10/25. порц	011362	35	159,60	2,10	10,82	14,25	84,00	0,03			5,15	3,25	16,55
Омлет с сыром, кг	011359	190	285,42	19,20	20,57	4,67	220,83		0,15	2,16	216,41	24,75	346,09
Чай Каркаде с сахаром, кг	011947	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	50	113,00	3,60	0,65	22,95		0,20	0,20	1,40	36,50	20,00	62,50