

ООО Столовая № 41



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

Приложение 8 к СанПиН 2.3./2.4.3590-20



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
для учащихся с диагнозом сахарный диабет
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 сахарный диабет

Организация		Вес	Ккал
Категория питающихся		порции	
Название		№ рецепта	
1-4 классы			
1 нед. Понедельник			489,89
Завтрак		505	489,89
Сыр нарезка, кг	011817	25	89,00
Каша пшеничная молочная с маслом без сахара, кг	011960	230	286,37
Чай без сахара, кг		200	1,52
Хлеб ржаной, кг	011336	50	113,00
1 нед. Вторник			420,56
Завтрак		500	420,56
Пудинг из творога без сахара, кг		150	254,04
Чай без сахара, кг		200	1,52
Фрукт, кг	011337	100	52,00
Хлеб ржаной, кг	011336	50	113,00
1 нед. Среда			572,32
Завтрак		500	572,32
Котлета домашняя, кг	011547	90	186,65
Каша гречневая рассыпчатая м/р, кг	011805	160	268,91
Чай лимонный без сахара, кг		200	3,76
Хлеб ржаной, кг	011336	50	113,00
1 нед. Четверг			491,07
Завтрак		505	491,07
Сыр нарезка, кг	011817	25	89,00
Каша Ассорти (гречка, рис) с маслом без сахара, кг	011964	230	243,98
Напиток из цикория с молоком без сахара, кг		200	45,09
Хлеб ржаной, кг	011336	50	113,00
1 нед. Пятница			401,40
Завтрак		500	401,40
Омлет натуральный, кг	011358	150	209,88
Чай с молоком без сахара, кг		200	26,52
Хлеб ржаной, кг	011336	50	113,00
Фрукт, кг	011337	100	52,00
2 нед. Понедельник			504,46
Завтрак		505	504,46
Сыр нарезка, кг	011817	25	89,00
Каша рисовая молочная с маслом без сахара, кг	011967	230	300,94
Чай без сахара, кг		200	1,52
Хлеб ржаной, кг	011336	50	113,00

Белки	Жиры	Углеводы	A	B1	C	Fe	Ca	Mg	Фосфор
18,16	18,88	61,50	130,77	0,38	0,48	2,90	326,44	89,81	414,97
18,16	18,88	61,50	130,77	0,38	0,48	2,90	326,44	89,81	414,97
6,24	6,86	0,56	41,25			0,05	175,00	7,25	136,50
8,13	11,31	37,93	89,52	0,18	0,18	1,45	114,94	62,56	215,97
0,20	0,05	0,07			0,10				
3,60	0,65	22,95		0,20	0,20	1,40	36,50	20,00	62,50
23,77	14,85	49,79	116,47	0,24	4,93	1,90	162,52	36,36	245,76
23,77	14,85	49,79	116,47	0,24	4,93	1,90	162,52	36,36	245,76
19,71	13,98	12,96	113,47	0,01	0,03	0,40	120,02	11,36	172,26
0,20	0,05	0,07			0,10				
0,26	0,17	13,81	3,00	0,03	4,60	0,10	6,00	5,00	11,00
3,60	0,65	22,95		0,20	0,20	1,40	36,50	20,00	62,50
29,57	15,97	80,16	3,79	0,67	5,08	3,84	70,98	188,00	449,24
29,57	15,97	80,16	3,79	0,67	5,08	3,84	70,98	188,00	449,24
18,20	8,25	8,97	3,72	0,34	1,20	0,77	21,58	26,02	181,50
7,51	7,01	47,97		0,13		1,63	11,15	141,44	204,16
0,25	0,06	0,27	0,07		3,68	0,04	1,76	0,54	1,08
3,60	0,65	22,95		0,20	0,20	1,40	36,50	20,00	62,50
20,58	14,27	71,15	111,53	0,28	0,56	2,39	436,05	113,65	476,49
20,58	14,27	71,15	111,53	0,28	0,56	2,39	436,05	113,65	476,49
6,24	6,86	0,56	41,25			0,05	175,00	7,25	136,50
7,77	4,98	43,31	45,08	0,08	0,18	0,94	116,43	76,41	194,60
2,97	1,78	4,34	25,20		0,18	0,00	108,12	9,99	82,89
3,60	0,65	22,95		0,20	0,20	1,40	36,50	20,00	62,50
19,94	16,82	42,81	189,80	0,23	5,12	3,29	229,35	48,80	367,75
19,94	16,82	42,81	189,80	0,23	5,12	3,29	229,35	48,80	367,75
14,23	14,96	3,58	172,80		0,12	1,79	126,85	18,30	248,25
1,85	1,04	2,47	14,00		0,20		60,00	5,50	46,00
3,60	0,65	22,95		0,20	0,20	1,40	36,50	20,00	62,50
0,26	0,17	13,81	3,00	0,03	4,60	0,10	6,00	5,00	11,00
16,47	18,57	66,80	143,20	0,25	0,50	1,86	331,65	49,27	336,04
16,47	18,57	66,80	143,20	0,25	0,50	1,86	331,65	49,27	336,04
6,24	6,86	0,56	41,25			0,05	175,00	7,25	136,50
6,44	11,01	43,23	101,95	0,05	0,20	0,41	120,15	22,02	137,04
0,20	0,05	0,07			0,10				
3,60	0,65	22,95		0,20	0,20	1,40	36,50	20,00	62,50

2 нед. Понедельник				422,80
Завтрак				
Пудинг из ячурки без сахара, кг		500	422,80	
Чай пимонный без сахара, кг		150	254,04	
Фрукт, кг	011337	200	3,76	
Хлеб ржаной, кг	011336	100	52,00	
		50	113,00	
2 нед. Среда				481,33
Завтрак				
Сыр нарезка, кг	011817	505	481,33	
Каша Дружба (пшено, рис) с маслом без сахара, кг	011968	25	89,00	
Чай с молоком без сахара, кг		230	252,82	
Хлеб ржаной, кг	011336	200	26,52	
		50	113,00	
2 нед. Четверг				350,66
Завтрак				
Филе минтая запечёное в омлете, кг	011903	500	350,66	
Картофельное пюре 2, кг	011941	90	104,79	
Чай без сахара, кг		160	131,35	
Хлеб ржаной, кг	011336	200	1,52	
		50	113,00	
2 нед. Пятница				391,85
Завтрак				
Омлет с сыром, кг	011359	500	391,85	
Чай Каркаде без сахара, кг		150	225,33	
Хлеб ржаной, кг	011336	200	1,52	
Фрукт, кг	011337	50	113,00	
		100	52,00	

23,83	14,85	49,99	116,54	0,24	8,51	1,94	164,28	36,90	246,84
23,83	14,85	49,99	116,54	0,24	8,51	1,94	164,28	36,90	246,84
19,71	13,98	12,96	113,47	0,01	0,03	0,40	120,02	11,36	172,26
0,25	0,06	0,27	0,07		3,68	0,04	1,76	0,54	1,08
0,26	0,17	13,81	3,00	0,03	4,60	0,10	6,00	5,00	11,00
3,60	0,65	22,95		0,20	0,20	1,40	36,50	20,00	62,50
19,26	13,95	68,70	100,33	0,33	0,58	2,53	385,44	79,62	430,22
19,26	13,95	68,70	100,33	0,33	0,58	2,53	385,44	79,62	430,22
6,24	6,86	0,56	41,25			0,05	175,00	7,25	136,50
7,58	5,39	42,73	45,08	0,13	0,18	1,08	113,94	46,87	185,22
1,85	1,04	2,47	14,00		0,20		60,00	5,50	46,00
3,60	0,65	22,95		0,20	0,20	1,40	36,50	20,00	62,50
21,17	8,05	48,91	67,50	0,34	27,33	3,22	143,40	94,47	338,91
21,17	8,05	48,91	67,50	0,34	27,33	3,22	143,40	94,47	338,91
13,77	4,74	0,81	47,34		0,03	0,69	61,35	40,37	176,31
3,60	2,61	25,08	20,16	0,14	27,00	1,13	45,55	34,10	100,10
0,20	0,05	0,07			0,10				
3,60	0,65	22,95		0,20	0,20	1,40	36,50	20,00	62,50
19,22	17,11	40,52	177,34	0,23	5,02	3,20	213,35	44,54	346,73
19,22	17,11	40,52	177,34	0,23	5,02	3,20	213,35	44,54	346,73
15,16	16,24	3,69	174,34		0,12	1,70	170,85	19,54	273,23
0,20	0,05	0,07			0,10				
3,60	0,65	22,95		0,20	0,20	1,40	36,50	20,00	62,50
0,26	0,17	13,81	3,00	0,03	4,60	0,10	6,00	5,00	11,00

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 669156940959655819463310575184336563501118402946

Владелец Чупахина Ольга Александровна

Действителен С 27.01.2025 по 27.01.2026