ООО Столовая № 41

Приложение 8 к СанПиН 2.3./2.4.3590-20

Утверждаю:
И.о. директора ООО Столовая №41
И.В.Лепилина

Согласовано:
Директор МАОУ СОШ № 93
О.Н.Усова

**Примерное десятидневное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд**
**Период действия 09.01.2025 - 31.05.2025 г.**
**Комплекс за счет средств субсидии бесплатное одноразовое питание (обед)**
**5 - 11 класс, 192,84 руб.**

# Плановое меню по категории питающихся

Параметры: Организация: ООО Столовая № 41 г. Екат...
Категория питающихся: 5-11 классы
Тип планового меню: 192-84 (5-11) 2 смена

| Организация / Категория питающихся / День недели / Название / Номенклатура | № рецепта | Вес порции | Ккал | Белки | Жиры | Углеводы | A | B1 | C | Fe | Ca | Mg | Фосфор |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 5-11 классы | | | | | | | | | | | | | |
| **1 нед. Понедельник** | | | 1 106,53 | 43,15 | 33,34 | 129,21 | 196,04 | 0,58 | 12,67 | 5,10 | 110,69 | 113,55 | 472,84 |
| Обед | | 860 | 1 106,53 | 43,15 | 33,34 | 129,21 | 196,04 | 0,58 | 12,67 | 5,10 | 110,69 | 113,55 | 472,84 |
| Суп гороховый куриный, кг | 011385 | 250 | 154,82 | 7,54 | 4,88 | 21,11 | 121,44 | 0,24 | 11,58 | 2,20 | 44,76 | 39,36 | 122,64 |
| Голень куриная запечённая в сметанно томатном соусе, кг | 010181 | 100 | 217,18 | 17,54 | 14,47 | 3,03 | 24,70 | 0,10 | 0,84 | 0,83 | 23,64 | 19,79 | 164,73 |
| Макаронные изделия отварные (масло слив), кг | 011413 | 180 | 291,11 | 8,42 | 6,88 | 48,12 | 49,90 | 0,06 | | 0,85 | 13,90 | 34,15 | 121,97 |
| Чай с сахаром, кг | 011342 | 200 | 61,52 | 0,20 | 0,05 | 15,07 | | | 0,10 | 0,02 | 0,15 | | |
| Булочные изделия в ассортименте | 010928 | 80 | 336,00 | 7,60 | 8,90 | 56,70 | | | | | | | |
| 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 |
| **1 нед. Вторник** | | | 905,20 | 32,88 | 27,77 | 130,47 | 403,74 | 0,56 | 29,71 | 4,29 | 173,37 | 111,70 | 451,91 |
| Обед | | 850 | 905,20 | 32,88 | 27,77 | 130,47 | 403,74 | 0,56 | 29,71 | 4,29 | 173,37 | 111,70 | 451,91 |
| Борщ Морячок со сметаной, кг | 011439 | 250 | 130,16 | 3,81 | 7,15 | 13,80 | 83,72 | 0,08 | 15,89 | 1,29 | 54,70 | 31,90 | 65,38 |
| Плов с курицей и куркумой 2, кг | 011530 | 250 | 543,27 | 24,83 | 19,86 | 63,94 | 316,95 | 0,27 | 5,39 | 1,64 | 82,52 | 54,01 | 310,95 |
| 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 |
| 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 |
| **1 нед. Среда** | | | 1 055,13 | 46,20 | 26,14 | 163,30 | 341,10 | 0,99 | 19,73 | 4,95 | 86,56 | 234,57 | 569,70 |
| Обед | | 860 | 1 055,13 | 46,20 | 26,14 | 163,30 | 341,10 | 0,99 | 19,73 | 4,95 | 86,56 | 234,57 | 569,70 |
| Суп куриный с картофелем и макаронными изделиями, кг | 011386 | 250 | 164,48 | 4,95 | 6,61 | 22,16 | 95,22 | 0,10 | 15,51 | 1,12 | 25,98 | 27,65 | 85,27 |
| Гуляш из свинины, кг | 011397 | 100 | 193,06 | 17,17 | 10,35 | 7,19 | 215,64 | 0,56 | 3,98 | 0,78 | 19,49 | 27,55 | 191,14 |
| Каша гречневая рассыпчатая, кг | 011414 | 180 | 280,66 | 8,46 | 5,53 | 53,96 | 30,24 | 0,14 | | 1,84 | 12,69 | 159,12 | 229,79 |
| Чай с сахаром, кг | 011342 | 200 | 61,52 | 0,20 | 0,05 | 15,07 | | | 0,10 | 0,02 | 0,15 | | |
| Булочные изделия в ассортименте | 010926 | 80 | 336,00 | 7,60 | 8,90 | 56,70 | | | | | | | |
| 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 |
| **1 нед. Четверг** | | | 767,38 | 28,34 | 22,60 | 115,83 | 194,43 | 0,83 | 63,19 | 4,29 | 143,63 | 113,96 | 439,34 |
| Обед | | 860 | 767,38 | 28,34 | 22,60 | 115,83 | 194,43 | 0,83 | 63,19 | 4,29 | 143,63 | 113,96 | 439,34 |
| Рассольник ленинградский со сметаной, кг | 011381 | 250 | 146,93 | 4,12 | 7,26 | 17,34 | 101,22 | 0,09 | 13,73 | 1,05 | 31,57 | 25,10 | 77,37 |
| Тефтелька с рисом в томатном соусе (курица, свинина), кг | 011552 | 100 | 180,28 | 16,00 | 7,46 | 11,16 | 23,46 | 0,37 | 1,51 | 0,52 | 17,07 | 23,74 | 170,12 |
| Картофельное пюре, кг | 011412 | 180 | 177,94 | 3,96 | 7,08 | 26,63 | 58,31 | 0,14 | 28,43 | 1,19 | 53,94 | 36,43 | 109,91 |
| 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 |
| Булочные изделия в ассортименте | 011489 | 80 | 336,00 | 7,60 | 8,90 | 56,70 | | | | | | | |
| 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 |
| **1 нед. Пятница** | | | 1 117,03 | 37,87 | 31,91 | 168,08 | 587,21 | 0,73 | 166,73 | 5,41 | 165,31 | 101,36 | 398,53 |
| Обед | | 880 | 1 117,03 | 37,87 | 31,91 | 168,08 | 587,21 | 0,73 | 166,73 | 5,41 | 165,31 | 101,36 | 398,53 |
| Суп-пюре с тыквой и гренками, кг | 011513 | 250 | 235,48 | 4,69 | 14,23 | 23,12 | 243,73 | 0,14 | 10,63 | 1,44 | 90,23 | 26,88 | 100,18 |
| Рагу из курицы с овощами и беби-картофелем, кг | 011400 | 250 | 290,75 | 21,18 | 7,96 | 34,45 | 343,48 | 0,40 | 25,95 | 2,49 | 46,63 | 52,63 | 234,85 |
| Напиток из плодов шиповника, кг | 011348 | 200 | 136,80 | 0,68 | 0,28 | 29,66 | | 0,01 | 130,00 | 0,28 | 0,20 | 1,60 | |
| Булочные изделия в ассортименте | 011489 | 80 | 336,00 | 7,60 | 8,90 | 56,70 | | | | | | | |
| 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. Понедельник** | | | 880,60 | 35,80 | 26,09 | 131,12 | 158,84 | 1,09 | 21,52 | 5,95 | 102,59 | 245,61 | 595,25 |
| Обед | | 860 | 880,60 | 35,80 | 26,09 | 131,12 | 158,84 | 1,09 | 21,52 | 5,95 | 102,59 | 245,61 | 595,25 |
| Суп гороховый куриный, кг | 011385 | 250 | 154,82 | 7,54 | 4,88 | 21,11 | 121,44 | 0,24 | 11,58 | 2,20 | 44,76 | 39,36 | 122,64 |
| Азу из свинины, кг | 011466 | 100 | 213,36 | 15,57 | 14,92 | 3,32 | 4,09 | 0,50 | 1,51 | 0,56 | 8,99 | 21,34 | 167,24 |

| | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| Каша гречневая рассыпчатая, кг | 011414 | 180 | 280,66 | 8,46 | 5,53 | 53,96 | 30,24 | 0,14 | | 1,84 | 12,69 | 159,12 | 229,79 |
| 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 |
| Булочные изделия в ассортименте | 011337 | 80 | 336,00 | 7,60 | 8,90 | 56,70 | | | | | | | |
| 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** | | | 1 151,43 | 36,43 | 36,11 | 132,85 | 315,48 | 0,47 | 18,13 | 3,63 | 155,84 | 86,02 | 397,66 |
| Обед | | 860 | 1 151,43 | 36,43 | 36,11 | 132,85 | 315,48 | 0,47 | 18,13 | 3,63 | 155,84 | 86,02 | 397,66 |
| Борщ со сметаной, кг | 011382 | 250 | 133,98 | 3,87 | 7,12 | 14,81 | 107,30 | 0,08 | 16,58 | 1,17 | 43,21 | 23,33 | 66,13 |
| Фрикасе из куриного филе, кг | 011435 | 100 | 207,70 | 16,43 | 13,36 | 4,45 | 157,83 | 0,09 | 1,07 | 0,40 | 37,31 | 23,70 | 169,05 |
| Рис припущенный с куркумой 2, кг | 011478 | 180 | 290,94 | 4,83 | 6,64 | 51,56 | 50,35 | 0,13 | 0,23 | 0,85 | 46,92 | 18,75 | 98,98 |
| Чай с сахаром, кг | 011342 | 200 | 61,52 | 0,20 | 0,05 | 15,07 | | | 0,10 | 0,02 | 0,15 | | |
| Булочка сдобная со штрейзелем 90 г | 010931 | 80 | 339,30 | 7,37 | 8,40 | 22,81 | | | | | | | |
| 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. Среда** | | | 760,29 | 29,04 | 19,35 | 121,05 | 343,26 | 0,52 | 89,78 | 4,73 | 185,58 | 153,81 | 472,70 |
| Обед | | 860 | 760,29 | 29,04 | 19,35 | 121,05 | 343,26 | 0,52 | 89,78 | 4,73 | 185,58 | 153,81 | 472,70 |
| Суп куриный с картофелем и макаронными изделиями, кг | 011386 | 250 | 164,48 | 4,95 | 6,61 | 22,16 | 95,22 | 0,10 | 15,51 | 1,12 | 25,98 | 27,65 | 85,27 |
| Филе минтая с овощами в соусе, кг | 011409 | 100 | 146,46 | 15,79 | 4,88 | 9,36 | 183,73 | 0,03 | 3,98 | 0,79 | 59,02 | 58,69 | 189,01 |
| Картофельное пюре, кг | 011412 | 180 | 177,94 | 3,96 | 7,08 | 26,63 | 58,31 | 0,14 | 28,43 | 1,19 | 53,94 | 36,43 | 109,91 |
| 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 |
| Булочные изделия в ассортименте | 011489 | 80 | 336,00 | 7,60 | 8,90 | 56,70 | | | | | | | |
| 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. Четверг** | | | 1 104,37 | 43,98 | 34,22 | 138,90 | 149,39 | 0,48 | 40,64 | 4,86 | 116,40 | 165,91 | 514,74 |
| Обед | | 860 | 1 104,37 | 43,98 | 34,22 | 138,90 | 149,39 | 0,48 | 40,64 | 4,86 | 116,40 | 165,91 | 514,74 |
| Солянка домашняя со сметаной, кг | 011387 | 250 | 141,46 | 5,77 | 6,60 | 15,78 | 23,33 | 0,14 | 17,04 | 1,17 | 27,99 | 26,31 | 91,32 |
| Ромштекс куриный, кг | 011522 | 100 | 232,70 | 21,07 | 9,81 | 14,96 | 7,30 | 0,13 | 1,02 | 0,78 | 21,45 | 28,69 | 191,30 |
| Булгур с овощами и зеленой фасолью, кг | 011539 | 180 | 265,59 | 6,59 | 9,73 | 41,00 | 110,31 | 0,03 | 7,66 | 1,48 | 31,90 | 87,21 | 161,18 |
| 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 |
| Булочка Посадская с повидлом 80 г | 010925 | 80 | 254,40 | 6,55 | 7,46 | 20,27 | | | | | | | |
| 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. Пятница** | | | 869,02 | 28,28 | 28,68 | 129,05 | 256,92 | 1,14 | 40,07 | 5,58 | 163,85 | 101,91 | 408,29 |
| Обед | | 830 | 869,02 | 28,28 | 28,68 | 129,05 | 256,92 | 1,14 | 40,07 | 5,58 | 163,85 | 101,91 | 408,29 |
| Суп-пюре с тыквой и гренками, кг | 011513 | 250 | 235,48 | 4,69 | 14,23 | 23,12 | 243,73 | 0,14 | 10,63 | 1,44 | 90,23 | 26,88 | 100,18 |
| Жаркое по-домашнему из свинины с картофелем, кг | 011392 | 250 | 314,34 | 19,34 | 13,62 | 29,27 | 9,39 | 0,78 | 24,25 | 2,42 | 35,37 | 45,38 | 222,61 |
| Напиток из смеси сухофруктов, кг | 011715 | 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 | 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 |

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 669156940959655819463310575184336563501118402757

Владелец Усова Ольга Николаевна

Действителен С 14.01.2025 по 14.01.2026