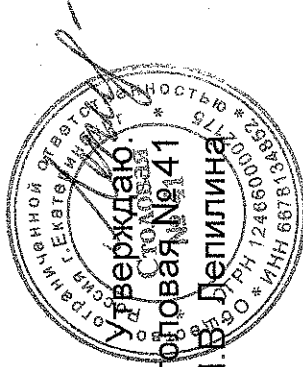
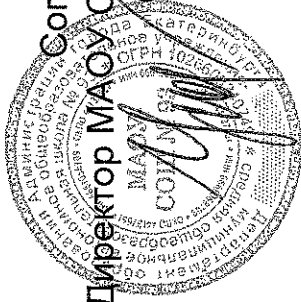


ООО Столовая № 41



Приложение 8 к СанПиН 2.3.12.4.3590-20



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

Примерное десятидневное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд
Период действия 09.01.2025 - 31.05.2025 г.
Комплекс за счет средств субсидии бесплатное одnorазовое 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	Номенклатура	№ рецепта	Вес порции	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	A	B1	C	Fe	Ca	Mg	Фосфор	
1 нед. Понедельник																	
	Обед		Суп гороховый куриный, кг	011385	860	1 106,53	43,15	33,34	129,21	196,04	0,58	12,67	5,10	110,69	113,55	472,84	
			Голень куриная запеченная в сметанно томатном соусе, кг	010181	250	154,82	43,15	33,34	129,21	196,04	0,58	12,67	5,10	110,69	113,55	472,84	
			Макаронные изделия отварные (масло слив), кг	011413	100	217,18	7,54	4,88	3,03	24,70	0,10	0,84	0,83	23,64	19,79	122,84	
			Чай с сахаром, кг	011342	180	291,11	8,42	6,88	48,12	49,90	0,06	0,10	0,02	0,15	34,15	121,97	
			Булочные изделия в ассортименте	010928	200	61,52	0,20	0,05	15,07								
			Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	80	336,00	7,60	6,90	56,70								
			Хлеб ржаной, кг	011336	25	61,50	1,93	0,21	12,68								
			Хлеб ржаной, кг	011336	25	56,50	1,80	0,33	11,48								
			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 Морзячок 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	65,98	
			Плов с курицей и кукурузой 2, кг	011530	250	543,27	24,83	19,86	63,94	316,95	0,27	5,39	1,64	82,52	54,01	310,96	
			Чай лимонный с сахаром, кг	011343	200	61,76	0,25	0,08	14,77	0,07	0,07	0,08	0,05	0,50	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								
			Хлеб ржаной, кг	011336	25	56,50	1,80	0,33	11,48								
			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	18,49	27,55	191,14	
			Каша гречневая рассыпчатая, кг	011414	180	280,66	8,46	5,53	53,96	30,24	0,14	0,10	0,02	12,68	159,12	229,78	
			Чай с сахаром, кг	011342	200	61,52	0,20	0,05	15,07								
			Булочные изделия в ассортименте	010926	80	336,00	7,60	6,90	56,70								
			Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	25	61,50	1,93	0,21	12,68								
			Хлеб ржаной, кг	011336	25	56,50	1,80	0,33	11,48								
			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	011361	250	146,93	4,12	7,26	17,34	101,22	0,09	13,73	1,05	43,63	113,96	439,34	
			Тфтелька 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	6,90	56,70								
			Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	25	61,50	1,93	0,21	12,68								
			Хлеб ржаной, кг	011336	25	56,50	1,80	0,33	11,48								
			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 гречками, 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								
			Булочные изделия в ассортименте	011489	80	336,00	7,60	6,90	56,70								
			Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	25	61,50	1,93	0,21	12,68								
			Хлеб ржаной, кг	011336	25	56,50	1,80	0,33	11,48								
			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	3,03	24,70	0,10	0,84	0,83	23,64	19,79	122,84	
			Азу из свинины, кг	011466	100	215,82	15,57	14,92	21,11	121,44	0,24	11,58	2,20	44,76	39,36	122,84	
					3,32	21,409	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	3,68	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			0,06	1,90	0,54	1,08
Булочные изделия в ассортименте	011337	80	336,00	7,60	8,30	56,70							
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	25	61,50	1,93	0,21	12,68							
Хлеб ржаной, кг	011336	25	56,50	1,80	0,33	11,48							
2 нед. Вторник													
Обед													
Борщ со сметаной, кг	011382	860	1 151,43	36,43	36,11	132,85	315,48	0,08	0,05	0,50	10,00	10,25	32,25
Фрикасе из куриного филе, кг	011435	250	1 151,43	36,43	36,11	132,85	315,48	0,08	0,05	0,50	10,00	10,25	32,25
Рис припущенный с куркумой 2, кг	011478	180	207,70	16,43	13,36	14,81	107,30	0,08	16,58	1,17	43,21	23,33	66,13
Чай с сахаром, кг	011342	200	290,94	4,83	6,64	51,56	59,35	0,13	0,23	0,95	46,92	18,75	98,98
Булочка слобная со штрейзелем 80 г	010931	80	61,52	0,20	0,05	15,07							
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	25	336,30	7,37	8,40	22,81							
Хлеб ржаной, кг	011336	25	61,50	1,93	0,21	12,68							
2 нед. Среда													
Обед													
Суп куриный с картофелем и макаронными изделиями, кг	011386	860	760,29	29,04	19,35	121,05	343,26	0,52	89,78	4,73	185,58	153,81	472,70
Филе минтая с овощами в соусе, кг	011409	250	164,48	4,95	6,61	22,16	95,22	0,10	15,51	1,12	25,98	27,65	89,27
Картофельное пюре, кг	011412	180	146,46	15,79	4,88	9,36	183,73	0,03	3,98	0,79	59,02	58,69	189,01
Напиток яблочно-ягодный, кг		200	177,94	3,96	7,08	26,63	58,31	0,14	28,43	1,19	53,94	36,43	109,91
Булочные изделия в ассортименте	011489	80	101,40	0,35	0,07	24,94	3,00	0,03	37,12	0,34	12,40	5,80	14,00
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	25	61,50	1,93	0,21	12,68							
Хлеб ржаной, кг	011336	25	56,50	1,80	0,33	11,48							
2 нед. Четверг													
Обед													
Солянка домашняя со сметаной, кг	011387	860	1 104,37	43,98	34,22	138,90	149,39	0,48	40,64	4,86	116,40	165,91	514,74
Ромштекс куриный, кг	011522	250	141,46	5,77	6,60	15,78	23,33	0,14	17,04	1,17	27,99	26,31	91,32
Булгур с овощами и зеленой фасолью, кг	011522	180	232,70	21,07	9,81	14,96	7,30	0,13	1,02	0,78	21,45	28,69	191,30
Напиток фруктовый с ягодами, кг	011539	200	265,59	6,59	9,73	41,00	110,31	0,03	7,66	1,48	31,90	87,21	161,18
Булочка Писадская с повидлом 80 г	010925	80	92,22	0,28	0,09	22,75	8,44	0,01	14,77	0,23	6,81	3,45	7,44
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	25	254,40	6,55	7,46	20,27							
Хлеб ржаной, кг	011336	25	61,50	1,93	0,21	12,68							
2 нед. Пятница													
Обед													
Суп-пюре с тыквой и гречками, кг	011513	830	869,02	28,28	28,68	129,05	256,92	1,14	40,07	5,58	163,85	101,91	408,29
Жаркое по-домашнему из свинины с картофелем, кг	011392	250	235,48	4,69	14,23	23,12	243,73	0,14	10,63	1,44	90,23	26,88	100,18
Напиток из смеси сухофруктов, кг	011715	200	314,34	19,34	13,62	29,27	9,39	0,78	24,25	2,42	35,37	45,38	222,61
Булочные изделия в ассортименте	011489	80	149,20	0,26	0,12	38,71	0,80		0,44	0,42	4,00	4,40	11,00
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	25	336,00	7,60	8,90	56,70							
Хлеб ржаной, кг	011336	25	61,50	1,93	0,21	12,68							
	011336	25	56,50	1,80	0,33	11,48							