

ООО Столовая № 41

Приложение 8 к СанПин 2.3./2.4.3590-20

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



Согласовано:
Директор МАОУ СОШ № 175
Н.В. Матлаева



Примерное десятидневное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд
Период действия 01.09.2025 - 31.12.2025 г.
Комплекс полдник с салатом
1 - 11 класс (родительская плата), 80,00 руб.

Плановое меню по категории питающихся

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

Категория питающихся: 1-11 классы

Тип планового меню: Полдник 80-00

Организация	Вес порции	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	A	B1	C	Fe	Ca	Mg	Фосфор	
Категория питающихся													
Название	№ рецепта												
1-11 классы													
1 нед. Понедельник			454,64	13,70	16,56	34,93	149,96	0,07	2,77	1,57	35,55	12,17	121,55
Полдник		355	454,64	13,70	16,56	34,93	149,96	0,07	2,77	1,57	35,55	12,17	121,55
Чай с сахаром, кг	011342	200	61,52	0,20	0,05	15,07			0,10	0,02	0,15		
Сдоба Изюминка 70г	010928	70	263,90	5,73	6,53	17,74							
Яйцо с гарниром 85	ТТК 84,13	85	129,22	7,77	9,98	2,12	149,96	0,07	2,67	1,55	35,40	12,17	121,55
1 нед. Вторник			573,20	8,92	23,37	44,73	743,34	0,04	5,94	0,41	12,74	8,84	277,45
Полдник		390	573,20	8,92	23,37	44,73	743,34	0,04	5,94	0,41	12,74	8,84	277,45
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
Булочка сдобная со штрейзелем 90 г	010931	90	339,30	7,37	8,40	22,81							
Салат картофельный с огурцом консерв 100	73	100	172,14	1,30	14,91	7,15	743,27	0,04	2,26	0,35	10,84	8,30	276,37
1 нед. Среда			418,65	13,13	13,06	62,71	90,68	0,05	8,60	0,66	18,09	14,56	34,05
Полдник		390	418,65	13,13	13,06	62,71	90,68	0,05	8,60	0,66	18,09	14,56	34,05
Чай с сахаром, кг	011342	200	61,52	0,20	0,05	15,07			0,10	0,02	0,15		
Булочка с яблоком и корицей 90 г	010926	90	237,42	11,70	3,06	40,77							
Винегрет овощной (без лука).	60	100	119,71	1,23	9,95	6,87	90,68	0,05	8,50	0,64	17,94	14,56	34,05
1 нед. Четверг			484,37	8,32	17,79	53,37	139,63	0,09	12,91	0,77	22,19	19,39	48,60
Полдник		380	484,37	8,32	17,79	53,37	139,63	0,09	12,91	0,77	22,19	19,39	48,60
Напиток фруктовый, кг	011951	200	92,22	0,15	0,08	23,09	6,08	0,00	0,77	0,10	2,61	1,77	3,40
Булочка Посадская с повидлом 80 г	010925	80	254,40	6,55	7,46	20,27							
Салат овощной с зеленым горошком (без лука) 100 г	2	100	137,75	1,62	10,25	10,01	133,55	0,09	12,14	0,67	19,58	17,62	45,20
1 нед. Пятница			565,85	9,03	24,13	79,16	4,40		3,84	0,72	11,53	17,35	32,28
Полдник		400	565,85	9,03	24,13	79,16	4,40		3,84	0,72	11,53	17,35	32,28
Чай Каркаде с сахаром, кг	011947	200	61,52	0,20	0,05	15,07			0,10	0,02	0,15		
Плюшка с сахаром 100 г	011489	100	336,00	7,60	8,90	56,70							
Салат из свеклы Бурячок, кг	011374	100	168,34	1,23	15,18	7,39	4,40		3,74	0,70	11,38	17,35	32,28
2 нед. Понедельник			544,14	7,45	18,99	54,86	68,68	0,07	139,26	0,80	13,18	14,49	32,47
Полдник		350	544,14	7,45	18,99	54,86	68,68	0,07	139,26	0,80	13,18	14,49	32,47
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	
Сдоба Изюминка 70г	010928	70	263,90	5,73	6,53	17,74							
Салат картофельный с огурцом консерв 80	73	80	143,44	1,04	12,18	7,46	68,68	0,06	9,26	0,52	12,98	12,89	32,47
2 нед. Вторник			535,05	12,96	19,94	40,08	216,65	0,05	3,73	1,13	28,89	8,40	85,26
Полдник		360	535,05	12,96	19,94	40,08	216,65	0,05	3,73	1,13	28,89	8,40	85,26
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	90	339,30	7,37	8,40	22,81							
Салат яичный без лука 70	59	70	134,23	5,39	11,49	2,20	216,65	0,05	3,63	1,11	28,74	8,40	85,26

2 нед. Среда			418,65	13,13	13,06	62,71	90,68	0,05	8,60	0,66	18,09	14,56	34,05
Полдник		390	418,65	13,13	13,06	62,71	90,68	0,05	8,60	0,66	18,09	14,56	34,05
Чай Каркаде с сахаром, кг	011947	200	61,52	0,20	0,05	15,07			0,10	0,02	0,15		
Булочка с яблоком и корицей 90 г	010926	90	237,42	11,70	3,06	40,77							
Винегрет овощной (без лука),	60	100	119,71	1,23	9,95	6,87	90,68	0,05	8,50	0,64	17,94	14,56	34,05
2 нед. Четверг			529,06	8,71	22,54	51,98	718,33	0,06	3,01	0,48	13,37	8,23	357,37
Полдник		380	529,06	8,71	22,54	51,98	718,33	0,06	3,01	0,48	13,37	8,23	357,37
Напиток фруктово-ягодный, кг	011347	200	91,50	0,23	0,11	22,76	11,00		0,43	0,15	3,45	2,25	4,00
Булочка Посадская с повидлом 80 г	010925	80	254,40	6,55	7,46	20,27							
Салат картофельный с зелёным горошком 100	19	100	183,16	1,93	14,97	8,95	707,33	0,06	2,58	0,33	9,92	5,98	353,37
2 нед. Пятница			597,19	10,62	16,55	104,47	10,92		5,03	1,20	54,17	27,38	75,74
Полдник		400	597,19	10,62	16,55	104,47	10,92		5,03	1,20	54,17	27,38	75,74
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
Плюшка с сахаром 100 г	011489	100	336,00	7,60	8,90	56,70							
Салат из свеклы с сыром*, кг	011936	100	111,99	2,75	7,53	9,06	10,12		4,59	0,78	50,17	22,98	64,74