

ООО Столовая № 41

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



Приложение 8 к СанПиН 2.3.12.4.3590-20

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



Примерное десятидневное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд
Период действия 01.09.2025 - 31.12.2025 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	Вес порции	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	A	B1	C	Fe	Ca	Mg	Фосфор	
Категория питающихся													
Название	№ рецепта												
5-11 классы													
1 нед. Понедельник			920,66	34,96	34,81	120,85	1 209,14	0,71	50,55	9,79	137,38	121,95	585,95
Обед		880	920,66	34,96	34,81	120,85	1 209,14	0,71	50,55	9,79	137,38	121,95	585,95
Закуска из помидор с подсолнечным маслом, кг	011368	100	106,10	0,79	10,18	3,50	37,80		12,33	0,30	9,24	9,90	21,60
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
Печень по-строгановски, кг	011856	100	189,12	14,29	12,29	8,90	1 000,00	0,23	26,39	5,23	41,08	18,29	256,24
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		
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			956,60	33,21	37,70	119,93	405,24	0,53	27,63	4,48	181,94	118,40	462,51
Обед		880	956,60	33,21	37,70	119,93	405,24	0,53	27,63	4,48	181,94	118,40	462,51
Закуска из огурцов свежих с подсолнечным маслом, кг	011369	100	103,40	0,59	10,10	3,27	4,50		2,52	0,29	14,57	11,70	21,60
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	280	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
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			924,71	35,32	33,20	126,38	342,00	0,99	32,96	6,30	113,56	246,27	587,70
Обед		880	924,71	35,32	33,20	126,38	342,00	0,99	32,96	6,30	113,56	246,27	587,70
Закуска из квашеной капусты с маслом, кг	011367	100	107,00	0,82	10,13	3,85	0,90		13,23	1,35	27,00	11,70	18,00
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		
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			691,52	28,73	18,47	104,36	153,67	5,89	46,57	4,15	131,39	110,19	434,23
Обед		800	691,52	28,73	18,47	104,36	153,67	5,89	46,57	4,15	131,39	110,19	434,23
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
Тефтели мясные с рисом с томатным соусом 100/20, кг	011954	120	186,60	16,69	7,66	11,56	23,69	5,46	1,54	0,53	17,72	24,71	177,34
Картофельное пюре 2, кг	011941	180	147,77	4,05	2,94	28,21	22,68	0,15	30,37	1,27	51,24	38,37	112,62
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
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			765,90	31,28	23,31	109,49	587,21	0,67	44,27	5,37	180,63	123,45	464,38
Обед		805	765,90	31,28	23,31	109,49	587,21	0,67	44,27	5,37	180,63	123,45	464,38
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

[illegible]