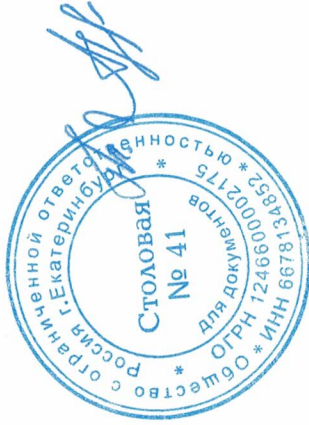


Утверждаю:
Директор ООО Столовая № 41
Н.С. Аристова



Согласовано:
Директор МАОУ Лицей № 3
Н.С. Аристова



Примерное десятидневное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд
Период действия 01.09.2025 - 31.12.2025 г
Комплекс за счет средств субсидии бесплатное двухразовое питание
1 - 4 класс, 271,59 руб.

Утверждаю:

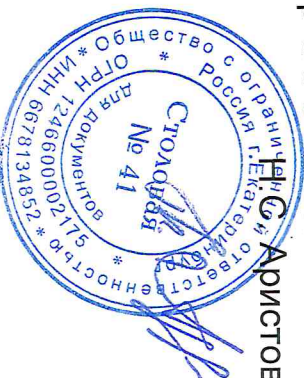
Согласовано:

Директор ООО Столовая № 41

Директор МАОУ Лицей № 3

И.В.Полтавец

Н.С. Аристова



Примерное десятидневное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

Период действия 01.09.2025 - 31.12.2025 г

Комплекс за счет средств субсидии бесплатное двухразовое питание

1 - 4 класс, 271,59 руб.

Плановое меню по категории питающихся

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

Категория питающихся: 1-4 классы

Тип планового меню: 271,59 (1-4) 2-х разовое

Организация	Вес порции	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	A	B1	C	Fe	Ca	Mg	Фосфор
Категория питающихся												
Название	№ рецепта											
1-4 классы												
1 нед. Понедельник												
Завтрак												
Бутерброд с сыром 15/25, порц	011939	500	1351,70	47,42	43,91	195,38	1167,90	0,95	59,75	10,63	356,12	180,57
Каша пшенная молочная с маслом, кг	011939	40	571,87	17,11	16,52	89,06	106,48	0,33	19,09	2,06	237,82	77,97
Напиток витаминизированный "Витошка", кг	011355	210	125,40	5,82	4,99	14,58	24,75	0,03	0,03	0,03	109,75	7,60
Батон витаминизированный, кг	011340	200	311,87	7,42	10,33	47,23	81,73	0,17	0,17	1,33	105,07	57,12
Хлеб ржаной, кг	011418	25	6,10			1,53			18,83			
	011418	25	72,00	2,08	0,88	14,25		0,03	0,70	4,75	3,25	16,25
	011336	25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	18,25	10,00	31,25
Обед		750	779,83	30,31	27,39	106,32	1061,41	0,63	40,66	8,57	118,31	102,60
Закуска из помидор с подсолнечным маслом, кг	011368	60	63,66	0,48	6,11	2,10	22,68		7,40	0,18	5,54	5,94
Суп гороховый куриный, кг	011385	200	123,86	6,03	3,90	16,89	97,15	0,19	9,26	1,76	35,81	31,49
Печень по-строгановски, кг	011856	90	170,21	12,86	11,06	8,01	900,00	0,20	23,75	4,71	36,97	16,46
Макaronные изделия отварные (масло слив), кг	011413	150	242,59	7,02	5,73	40,10	41,58	0,05	0,10	0,71	11,58	28,46
Чай с сахаром, кг	011342	200	61,52	0,20	0,05	15,07			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
Хлеб ржаной, кг	011336	25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00
1 нед. Вторник		500	1369,93	50,47	43,19	197,19	442,75	0,64	27,60	5,05	286,64	127,73
Завтрак		150	558,34	21,81	13,80	90,47	101,34	0,17	4,93	1,18	133,26	28,10
Пудинг из творога с повидлом 130/20, кг	011779	200	316,32	17,47	12,38	35,86	98,34	0,01	0,13	0,36	104,11	9,85
Чай с сахаром, кг	011342	200	61,52	0,20	0,05	15,07			0,10	0,02	0,15	
Фрукт, кг	011337	100	52,00	0,26	0,17	13,81		0,03	4,60	0,10	6,00	5,00
Батон витаминизированный, кг	011418	25	72,00	2,08	0,88	14,25		0,03	0,70	4,75	3,25	16,25
Хлеб ржаной, кг	011336	25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00
Обед		750	811,59	28,66	29,39	106,72	341,41	0,47	22,67	3,87	153,38	99,63
Закуска из огурцов свежих с подсолнечным маслом, кг	011369	60	62,04	0,35	6,06	1,96	2,70		1,51	0,17	8,74	7,02
Борщ Морачок со сметаной, кг	011439	200	104,13	3,05	5,72	11,04	66,97	0,06	12,71	1,03	43,76	25,52
Плов с курицей и куркумой 2, кг	011530	240	465,66	21,29	17,02	54,80	271,67	0,23	4,62	1,41	70,73	46,30
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
Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	25	61,50	1,93	0,21	12,68		0,08	0,05	0,50	10,00	10,25
Хлеб ржаной, кг	011336	25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00
1 нед. Среда		500	1418,61	60,70	41,50	202,93	344,13	1,41	29,15	7,43	152,33	276,95
Завтрак		90	635,68	29,82	15,62	92,24	48,14	0,53	4,98	2,28	58,83	70,17
Котлета домашняя, кг	011547	160	186,65	18,20	8,25	8,97	3,72	0,34	1,20	0,77	21,58	26,02
Макаронные изделия отварные (масло слив), кг	011413	200	258,76	7,48	6,12	42,77	44,35	0,06	0,76	0,06	1,90	0,54
Чай лимонный с сахаром, кг	011343	25	61,76	0,25	0,06	14,77		0,03	3,68	0,06	4,75	3,25
Батон витаминизированный, кг	011418	25	72,00	2,08	0,88	14,25		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00
Хлеб ржаной, кг	011336	25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,89	24,17	5,15	93,50	206,78
Обед		750	782,93	30,88	25,87	110,69	295,99	0,89	24,17	5,15	93,50	206,78
Закуска из квашеной капусты с маслом, кг	011367	60	64,20	0,49	6,08	2,31	0,54		7,94	0,81	16,20	7,02
Суп куриный с картофелем и макаронными изделиями, кг	011386	200	131,58	3,96	5,29	17,72	76,17	0,08	12,40	0,89	20,78	22,12
Угашш из свинины, кг	011397	90	173,75	15,45	9,31	6,47	194,08	0,50	3,58	0,70	17,54	172,03

1 нед. Четверг	Каша гречневая рассыпчатая, кг	011414	150	233,88	7,05	4,61	44,97	25,20	0,12	1,53	10,57	132,60	191,49
	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	10,00	10,25	32,25
	Хлеб ржаной, кг	011336	25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
				1 278,07	43,71	32,52	206,02	260,23	4,99	39,05	5,26	461,04	194,73
	Завтрак		500	674,47	19,78	17,32	111,79	131,68	0,23	0,45	1,62	347,64	100,60
	Бутерброд с сыром 15/25, порц	011939	40	125,40	5,82	4,99	14,58	24,75	0,03	0,03	0,03	109,75	7,60
	Каша Ассорти (греча, рис) с маслом, кг	011775	210	315,48	7,11	9,35	52,14	81,73	0,07	0,17	0,87	106,62	69,76
	Напиток из цикория с молоком, кг	011339	200	105,09	2,97	1,78	19,34	25,20		0,18	0,02	108,27	9,99
	Батон витаминизированный, кг	011418	25	72,00	2,08	0,88	14,25		0,03		4,75	3,25	16,25
1 нед. Пятница	Хлеб ржаной, кг	011336	25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
	Обед		700	603,60	23,93	15,20	94,24	128,54	4,76	38,60	3,64	113,40	94,13
	Рассольник ленинградский со сметаной, кг	011381	200	117,54	3,29	5,81	13,87	80,97	0,07	10,98	0,84	25,25	20,08
	Тефтелька мясная с рисом с томатным соусом 80/20,	011943	100	152,69	13,39	6,33	9,61	22,59	4,37	1,38	0,44	14,58	20,06
	Картофельное пюре 2, кг	011941	150	123,14	3,38	2,45	23,51	18,90	0,13	25,31	1,06	42,70	31,97
	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
	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	25	61,50	1,93	0,21	12,68		0,08	0,05	0,50	10,00	10,25
	Хлеб ржаной, кг	011336	25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
				1 374,43	55,02	51,62	173,40	806,27	0,86	37,94	8,45	422,39	163,82
	Завтрак		500	696,97	27,64	32,34	73,46	316,88	0,26	0,55	3,68	267,23	55,18
1 нед. Суббота	Бутерброд с маслом сливочным 10/25, порц	011362	35	159,60	2,10	10,82	14,25	84,00	0,03		5,15	3,25	16,55
	Омлет натуральный, кг	011358	190	265,85	18,02	18,95	4,54	218,88		0,15	160,68	23,18	314,45
	Чай с молоком, кг	011344	200	86,52	1,85	1,04	17,47	14,00		0,20	60,15	5,50	46,00
	Батон витаминизированный, кг	011418	25	72,00	2,08	0,88	14,25		0,03	0,02	4,75	3,25	16,25
	Хлеб ржаной, кг	011336	50	113,00	3,60	0,65	22,95		0,20	2,26	160,68	23,18	314,45
	Обед		715	677,46	27,38	19,28	99,94	489,39	0,60	37,38	4,77	155,16	108,64
	Суп-пюре с тыквой и гречками, кг	011513	200	188,38	3,75	11,39	18,50	194,98	0,11	8,50	1,15	72,18	21,51
	Рагу из курицы с овощами, кг	011577	240	248,06	17,78	7,10	29,55	294,41	0,23	28,58	1,90	44,58	56,63
	Чай Каркаде с сахаром, кг	011947	200	61,52	0,20	0,05	15,07			0,10	0,02	0,15	
	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	50	123,00	3,85	0,42	25,35		0,17	0,10	1,00	20,00	20,50
2 нед. Понедельник	Хлеб ржаной, кг	011336	25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
	Завтрак		505	1 487,54	44,11	51,38	213,12	308,12	1,23	154,03	7,19	242,25	249,73
	Бутерброд с маслом сливочным 10/25, порц	011362	35	618,78	12,13	22,55	92,16	181,54	0,28	5,32	1,10	143,13	37,56
	Каша рисовая молочная с маслом, кг	011467	220	308,18	6,16	10,53	46,43	97,51	0,05	0,19	0,40	5,15	16,55
	Кисель с витаминами "Витолка", кг	011341	200	22,50			5,75	0,03	0,08		114,98	21,06	131,08
	Батон витаминизированный, кг	011418	25	72,00	2,08	0,88	14,25		0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
	Хлеб ржаной, кг	011336	25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
	Обед		750	868,76	31,98	28,83	120,97	126,58	0,95	148,71	6,08	99,12	212,17
	Закуска из квашеной капусты с маслом, кг	011367	60	64,20	0,49	6,08	2,31	0,54		7,94	0,81	16,20	7,02
	Суп гороховый куриный, кг	011385	200	123,86	6,03	3,90	16,89	97,15	0,19	9,26	1,76	35,81	31,49
2 нед. Вторник	Азу из свинины, кг	011466	90	192,02	14,01	13,43	2,99	3,68	0,45	1,36	0,51	8,09	19,21
	Каша гречневая рассыпчатая, кг	011414	150	233,88	7,05	4,61	44,97	25,20	0,12	1,53	10,57	132,60	191,49
	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
	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	25	61,50	1,93	0,21	12,68		0,08	0,05	0,50	10,00	10,25
	Хлеб ржаной, кг	011336	25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
	Завтрак		500	1 344,37	50,21	44,30	186,62	351,24	0,63	25,46	5,16	357,83	122,46
	Мексиканский Флан со стружкой 130/20, кг	011780	150	565,10	24,03	14,38	86,63	120,65	0,21	9,28	1,77	213,64	39,58
	Чай лимонный с сахаром, кг	011343	200	322,84	19,64	12,95	32,32	117,58	0,05	0,90	0,91	182,74	20,79
	Фрукт, кг	011337	100	61,76	0,25	0,06	14,77	0,07		3,68	0,06	1,90	0,54
	Батон витаминизированный, кг	011418	25	72,00	2,08	0,88	14,25		0,03	4,60	0,10	6,00	5,00

Обед	Хлеб ржаной, кг	011336	25	56,50	1,80	0,33	11,48																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																												</
------	-----------------	--------	----	-------	------	------	-------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----