

Утверждаю:

Директор ООО Столовая № 41

Н.С. Аристова



Согласовано:

Директор МАОУ Лицей № 159

Ю.В. Аничкина

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 (завтрак)

1 класс, 108,64 руб.

Плановое меню по категории питающихся

Параметры: Организация: ООО Столовая № 41 г. Екат...
Категория питающихся: 1-4 классы
Тип планового меню: 108-64 (1-4) 1 смена

Организация	Вес	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	A	B1	C	Fe	Ca	Mg	Фосфор
Категория питающихся	порции											
Название	№ рецепта											
1-4 классы												
1 нед. Понедельник												
Завтрак												
Бутерброд с сыром 15/25, порц	011939	500	571,87	17,11	16,52	89,06	106,48	0,33	19,09	2,06	237,82	77,97
Каша пшеница молочная с маслом, кг	011355	40	125,40	5,82	4,99	14,58	24,75	0,03	0,03	0,03	109,75	7,60
Напиток витаминизированный "Витошка", кг	011340	210	311,87	7,42	10,33	47,23	81,73	0,17	0,17	1,33	105,07	57,12
Батон витаминизированный, кг	011418	200	6,10			1,53			18,83			
Хлеб ржаной, кг	011418	25	72,00	2,08	0,88	14,25		0,03			4,75	3,25
1 нед. Вторник		25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00
Завтрак												
Пудинг из творога с повидлом 130/20, кг	011779	500	558,34	21,81	13,80	90,47	101,34	0,17	4,93	1,18	133,26	28,10
Чай с сахаром, кг	011342	150	558,34	21,81	13,80	90,47	101,34	0,17	4,93	1,18	133,26	28,10
Фрукт, кг	011337	200	61,52	0,20	0,05	15,07	98,34	0,01	0,13	0,36	104,11	9,85
Батон витаминизированный, кг	011418	100	52,00	0,26	0,17	13,81		0,03	0,10	0,02	0,15	5,00
Хлеб ржаной, кг	011418	25	72,00	2,08	0,88	14,25	3,00	0,03	4,60	0,10	6,00	3,25
1 нед. Среда		25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00
Завтрак												
Котлета домашняя, кг	011547	500	635,68	29,82	15,62	92,24	48,14	0,53	4,98	2,28	58,83	70,17
Макаронные изделия отварные (масло слив), кг	011413	90	186,65	18,20	8,25	8,97	48,14	0,53	4,98	2,28	58,83	70,17
Чай лимонный с сахаром, кг	011343	160	258,76	7,48	6,12	42,77	3,72	0,34	1,20	0,77	21,58	26,02
Батон витаминизированный, кг	011418	200	61,76	0,25	0,06	14,77	44,35	0,06	0,76	0,76	12,36	30,36
Хлеб ржаной, кг	011336	25	56,50	1,80	0,33	11,48	0,07	0,03	3,68	0,06	1,90	0,54
1 нед. Четверг		25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00
Завтрак												
Бутерброд с сыром 15/25, порц	011939	500	674,47	19,78	17,32	111,79	131,68	0,23	0,45	1,62	347,64	100,60
Каша Ассорти (греча, рис) с маслом, кг	011775	40	125,40	5,82	4,99	14,58	24,75	0,03	0,03	0,03	109,75	7,60
Напиток из цикория с молоком, кг	011339	210	315,48	7,11	9,35	52,14	81,73	0,07	0,17	0,87	106,62	69,76
Батон витаминизированный, кг	011418	200	105,09	2,97	1,78	19,34	25,20	0,18	0,18	0,02	108,27	9,99
Хлеб ржаной, кг	011418	25	72,00	2,08	0,88	14,25		0,03			4,75	3,25
1 нед. Пятница		25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00
Завтрак												
Бутерброд с маслом сливочным 10/25, порц	011362	500	696,97	27,64	32,34	73,46	316,88	0,26	0,55	3,68	267,23	55,18
Омлет натуральный, кг	011358	35	159,60	2,10	10,82	73,46	316,88	0,26	0,55	3,68	267,23	55,18
Чай с молоком, кг	011344	190	265,85	18,02	18,95	4,54	84,00	0,03	0,15	2,26	5,15	3,25
Батон витаминизированный, кг	011418	200	86,52	1,85	1,04	17,47	218,88		0,20	0,02	160,68	23,18
Хлеб ржаной, кг	011336	25	72,00	2,08	0,88	14,25	14,00	0,03			60,15	5,50
2 нед. Понедельник		25	72,00	2,08	0,88	14,25		0,20	0,20	1,40	4,75	3,25
Завтрак												
Батон витаминизированный, кг	011336	50	113,00	3,60	0,65	22,95		0,20	5,32	1,10	36,50	20,00
Хлеб ржаной, кг	011336	50	618,78	12,13	22,55	92,16	181,54	0,28	5,32	1,10	143,13	37,56
Завтрак		505	618,78	12,13	22,55	92,16	181,54	0,28	5,32	1,10	143,13	37,56

2 нед. Вторник	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
	Каша рисовая молочная с маслом, кг	011467	220	308,18	6,16	10,53	46,43	97,51	0,05	0,19	0,40		114,98	21,06	131,08
	Кисель с витаминами "Витолка", кг	011341	200	22,50			5,75	0,03	0,08						
	Батон витаминизированный, кг	011418	25	72,00	2,08	0,88	14,25		0,03	5,03			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	31,25
2 нед. Вторник	Завтрак														
	Мексиканский Флан со стученкой 130/20, кг	011780	500	565,10	24,03	14,38	86,63	120,65	0,21	9,28	1,77		213,64	39,58	313,77
	Чай лимонный с сахаром, кг	011343	150	322,84	19,64	12,95	86,63	120,65	0,21	9,28	1,77		213,64	39,58	313,77
	Фрукт, кг	011337	200	61,76	0,25	0,06	32,32	117,58	0,05	0,90	0,91		182,74	20,79	254,19
	Батон витаминизированный, кг	011418	100	52,00	0,26	0,17	14,77	0,07	0,03	3,68	0,06		1,90	0,54	1,08
2 нед. Среда	Хлеб ржаной, кг	011418	25	72,00	2,08	0,88	13,81	3,00	0,03	4,60	0,10		6,00	5,00	11,00
	Завтрак														
	Бутерброд с сыром 15/25, порц	011939	500	663,96	18,48	16,96	109,39	120,48	0,28	0,10	0,70		18,25	10,00	31,25
	Каша Дружба (пшено, рис) с маслом, кг	011356	40	125,40	5,82	4,99	109,39	120,48	0,28	0,47	1,74		297,25	69,15	360,91
	Чай с молоком, кг	011344	210	323,54	6,93	9,73	14,58	24,75	0,03	0,47	1,74		297,25	69,15	360,91
2 нед. Четверг	Батон витаминизированный, кг	011418	200	86,52	1,85	1,04	51,61	81,73	0,12	0,17	1,00		104,35	42,80	169,26
	Хлеб ржаной, кг	011418	25	72,00	2,08	0,88	14,25	14,00	0,03	0,20	0,02		60,15	5,50	46,00
	Завтрак														
	Филе минтая запечённое в омлете, кг	011903	500	426,16	21,45	8,60	66,68	67,50	0,27	0,10	0,70		18,25	10,00	31,25
	Картофельное пюре 2, кг	011941	90	104,79	13,77	4,74	66,68	67,50	0,27	27,23	2,54		130,05	87,72	323,91
2 нед. Пятница	Чай с сахаром, кг	011342	160	131,35	3,60	2,61	0,81	47,34	0,14	0,03	0,69		61,35	40,37	176,31
	Батон витаминизированный, кг	011418	200	61,52	0,20	0,05	25,08	20,16	0,03	27,00	1,13		45,55	34,10	100,10
	Хлеб ржаной, кг	011336	25	72,00	2,08	0,88	14,25		0,10	0,02			0,15		
	Завтрак														
	Бутерброд с маслом сливочным 10/25, порц	011362	500	691,54	27,17	32,97	71,19	304,83	0,26	0,10	0,70		18,25	10,00	31,25
2 нед. Пятница	Омлет с сыром, кг	011359	35	159,60	2,10	10,82	71,19	304,83	0,26	0,45	3,57		262,96	51,25	441,39
	Чай Каркаде с сахаром, кг	011947	190	285,42	19,20	20,57	14,25	84,00	0,03	0,45	3,57		262,96	51,25	441,39
	Батон витаминизированный, кг	011418	200	61,52	0,20	0,05	4,67	220,83	0,03	0,15	2,16		5,15	3,25	16,55
	Хлеб ржаной, кг	011336	25	72,00	2,08	0,88	15,07		0,10	0,02			216,41	24,75	346,09
	Завтрак														
2 нед. Пятница	Батон витаминизированный, кг	011336	25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	0,70		18,25	10,00	31,25
	Завтрак														
	Бутерброд с маслом сливочным 10/25, порц	011362	500	691,54	27,17	32,97	71,19	304,83	0,26	0,45	3,57		262,96	51,25	441,39
	Омлет с сыром, кг	011359	190	285,42	19,20	20,57	14,25	84,00	0,03	0,15	2,16		5,15	3,25	16,55
	Чай Каркаде с сахаром, кг	011947	200	61,52	0,20	0,05	15,07		0,03	0,10	0,02		0,15		
2 нед. Пятница	Батон витаминизированный, кг	011418	25	72,00	2,08	0,88	14,25		0,10	0,02			0,15		
	Хлеб ржаной, кг	011336	50	113,00	3,60	0,65	22,95		0,20	0,20	1,40		36,50	20,00	62,50