

Утверждаю:  
И.о. директора ООО Столовая № 41  
Е.А. Макаров



Согласовано:  
И.о. директора МАОУ СОШ № 60  
Е.В. Чендева



**Примерное десятидневное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд**  
**Период действия 02.09.2024 - 27.12.2024 г.**  
**Комплекс ГПД**  
**1 - 4 класс (родительская плата), 110-00 руб.**

# Плановое меню по категории питающихся

Параметры: Организация: ООО Столовая № 41 г. Екат...  
 Категория питающихся: 1-4 классы  
 Тип планового меню: 110-00 ГПД

Организация	Название	№ рецепта	Вес порции	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	A	B1	C	Fe	Ca	Mg	Фосфор
<b>1 нед. Понедельник</b>														
Обед														
	Суп гороховый куриный, кг	011385	790	768,17	30,09	21,45	118,03	1 041,73	0,66	37,86	8,49	118,76	101,66	504,87
	Печень по-строгановски, кг	011856	200	123,86	6,03	3,90	118,03	1 041,73	0,66	37,86	8,49	118,76	101,66	504,87
	Макаронные изделия отварные (масло слив), кг	011413	90	170,21	12,86	11,06	16,89	97,15	0,19	9,26	1,78	35,81	31,49	98,11
	Чай с сахаром, кг	011342	150	242,59	7,02	5,73	8,01	900,00	0,20	23,75	4,71	36,97	16,46	230,62
	Фрукт, кг	011337	200	61,52	0,20	0,05	40,10	41,58	0,05	0,10	0,02	11,58	28,46	101,64
	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	100	52,00	0,26	0,17	13,81	3,00	0,03	4,60	0,10	6,00	5,00	11,00
	Хлеб ржаной, кг	011336	25	61,50	1,93	0,21	12,68		0,08	0,05	0,50	10,00	10,25	32,25
<b>1 нед. Вторник</b>														
Обед														
	Борщ Морячок со сметаной, кг	011439	715	811,05	30,24	23,54	117,44	338,71	0,56	21,21	4,20	154,64	102,86	415,66
	Плов с курицей и куркумой 2, кг	011530	200	104,13	3,05	5,72	117,44	338,71	0,56	21,21	4,20	154,64	102,86	415,66
	Чай лимонный с сахаром, кг	011343	240	465,66	21,29	17,02	11,04	66,97	0,06	12,71	1,03	43,76	25,52	52,30
	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	200	61,76	0,25	0,06	54,80	271,67	0,23	4,62	1,41	70,73	46,30	266,53
	Хлеб ржаной, кг	011336	50	123,00	3,85	0,42	14,77	0,07	0,17	3,68	0,06	1,90	0,54	1,08
<b>1 нед. Среда</b>														
Обед														
	Суп куриный с картофелем и макаронными изделиями, кг	011386	715	780,23	32,31	20,01	121,06	295,45	0,97	16,28	4,84	87,30	210,01	527,49
	Гуляш из свинины, кг	011397	200	131,58	3,96	5,29	17,72	78,17	0,08	12,40	0,89	20,78	22,12	68,22
	Каша гречневая рассыпчатая, кг	011414	150	173,75	15,45	9,31	6,47	194,08	0,50	3,58	0,70	17,54	24,80	172,03
	Чай с сахаром, кг	011342	200	61,52	0,20	0,05	44,97	25,20	0,12	0,10	0,02	10,57	132,60	191,49
	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	50	123,00	3,85	0,42	15,07		0,17	0,10	1,00	20,00	20,50	64,50
	Хлеб ржаной, кг	011336	25	56,50	1,80	0,33	25,35		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
<b>1 нед. Четверг</b>														
Обед														
	Рассольник ленинградский со сметаной, кг	011381	715	699,81	26,92	19,26	105,68	159,12	0,80	51,00	4,23	130,62	105,75	409,79
	Тёфтелька с рисом в томатном соусе (курица, свинина), кг	011552	200	117,54	3,29	5,81	13,87	80,97	0,07	10,98	0,84	25,25	20,08	61,90
	Картофельное пюре, кг	011412	90	162,25	14,40	6,72	10,04	21,11	0,34	1,36	0,46	15,36	21,36	153,10
	Напиток фруктовый с ягодами, кг	011335	150	148,29	3,30	5,90	22,19	48,59	0,12	23,69	0,99	44,95	30,36	91,59
	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011336	200	92,22	0,28	0,09	22,75	8,44	0,01	14,77	0,23	6,81	3,45	7,44
	Хлеб ржаной, кг	011336	50	123,00	3,85	0,42	25,35		0,17	0,10	1,00	20,00	20,50	64,50
<b>1 нед. Пятница</b>														
Обед														
	Суп-пюре с тыквой и гречками, кг	011513	715	753,90	28,24	19,23	114,51	489,39	0,73	160,95	5,26	150,60	98,72	377,19
	Рагу из курицы с овощами и беби-картофелем, кг	011400	200	188,38	3,75	11,39	114,51	489,39	0,73	160,95	5,26	150,60	98,72	377,19
	Напиток из плодов шиповника, кг	011348	240	249,21	18,16	6,82	29,53	194,98	0,11	8,50	1,15	72,18	21,51	80,14
	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	011335	200	136,80	0,68	0,28	29,66	294,41	0,34	22,24	2,13	39,97	45,11	201,30
	Хлеб ржаной, кг	011336	50	123,00	3,85	0,42	25,35		0,17	0,10	1,00	20,00	20,50	64,50
		011336	25	56,50	1,80	0,33	11,48		0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25

<b>Обед</b>												
011385	Суп гороховый куриный, кг	725,02	29,52	22,16	106,10	129,10	0,87	18,95	4,45	72,37	199,09	484,45
011460	Азу из свинины, кг	725,02	29,52	22,16	108,10	129,10	0,87	18,95	4,45	72,37	199,09	484,45
011414	Каши гречневая рассыпчатая, кг	123,86	6,03	3,90	16,89	97,15	0,19	9,26	1,76	35,81	31,49	98,11
011343	Чай зеленый с сахаром, кг	192,02	14,01	13,43	2,99	3,68	0,45	1,36	0,51	8,09	19,21	150,52
011337	Фрукт, кг	233,88	7,05	4,61	44,97	25,20	0,12	1,53	1,53	10,57	132,60	191,49
011335	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	61,76	0,25	0,06	14,77	0,07	0,07	3,68	0,06	1,90	0,54	1,08
011336	Хлеб ржаной, кг	62,00	0,26	0,17	13,81	3,00	0,03	4,60	0,10	6,00	5,00	11,00
<b>2 нед. Вторник</b>												
<b>Обед</b>												
011382	Борщ со свеклой, кг	777,58	27,76	24,06	110,71	269,85	0,51	14,72	3,72	145,65	86,11	383,28
011435	Фарш из куриного филе, кг	777,58	27,76	24,06	110,71	269,85	0,51	14,72	3,72	145,65	86,11	383,28
011476	Рис припущенный с курицей 2, кг	107,19	3,10	5,70	11,84	85,84	0,06	13,27	0,93	34,57	18,66	52,90
011342	Чай с сахаром, кг	186,93	14,79	12,02	4,00	142,05	0,08	0,96	0,36	33,58	21,33	152,15
011335	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	242,45	4,03	5,53	42,97	41,96	0,11	0,20	0,71	39,10	15,62	82,49
011336	Хлеб ржаной, кг	61,52	0,20	0,05	15,07	0,10	0,10	0,10	0,02	0,15	0,10	0,10
<b>2 нед. Среда</b>												
<b>Обед</b>												
011386	Суп куриный с картофелем и макаронными изделиями, кг	123,00	3,85	0,42	25,35	0,17	0,17	0,10	1,00	20,00	20,50	64,50
011423	Гуляш из курицы, кг	56,50	1,80	0,33	11,48	40,10	0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
011413	Макаронные изделия отварные (масло слив), кг	803,95	32,85	18,21	126,05	320,12	0,53	53,30	4,27	99,10	112,74	440,71
011335	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	131,58	3,96	5,29	17,72	76,17	0,08	12,40	0,89	20,78	22,12	68,22
011336	Хлеб ржаной, кг	148,88	15,87	6,37	6,46	199,37	0,10	3,58	0,63	16,08	25,86	161,10
<b>2 нед. Четверг</b>												
<b>Обед</b>												
011387	Солянка домашняя со сметаной, кг	728,07	32,24	21,77	103,61	117,61	0,42	34,07	4,13	99,33	136,29	434,22
011522	Ромштекс куриный, кг	728,07	32,24	21,77	103,61	117,61	0,42	34,07	4,13	99,33	136,29	434,22
011539	Булгур с овощами и зеленой фасолью, кг	101,85	4,15	4,75	11,36	16,80	0,10	12,27	0,84	20,15	18,94	65,75
011335	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	209,43	18,96	8,83	13,46	6,57	0,11	0,92	0,70	19,30	25,82	172,17
011336	Хлеб ржаной, кг	206,57	5,12	7,57	31,89	85,80	0,02	5,96	1,15	24,81	67,83	125,36
<b>2 нед. Пятница</b>												
<b>Обед</b>												
011513	Суп-пюре с тыквой и гречками, кг	92,22	0,28	0,09	22,75	8,44	0,01	14,77	0,23	6,81	3,45	7,44
011392	Жаркое по-домашнему из свинины с картофелем, кг	61,50	1,93	0,21	12,68	0,08	0,08	0,05	0,50	10,00	10,25	32,25
011715	Напиток из смеси сухофруктов, кг	56,50	1,80	0,33	11,48	0,10	0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25
011335	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	786,52	26,24	23,92	119,11	203,83	1,05	29,93	5,34	144,75	95,31	377,70
011336	Хлеб ржаной, кг	786,52	26,24	23,92	119,11	203,83	1,05	29,93	5,34	144,75	95,31	377,70
<b>2 нед. Суббота</b>												
<b>Обед</b>												
011392	Жаркое по-домашнему из свинины с картофелем, кг	188,38	3,75	11,39	18,50	194,98	0,11	8,50	1,15	72,18	21,51	80,14
011715	Напиток из смеси сухофруктов, кг	269,44	16,58	11,68	25,08	8,04	0,67	20,79	2,07	30,32	38,90	190,81
011335	Хлеб витаминизированный пшеничный, кг	149,20	0,26	0,12	38,71	0,80	0,44	0,44	0,42	4,00	4,40	11,00
011336	Хлеб ржаной, кг	123,00	3,85	0,42	25,35	0,10	0,10	0,10	1,00	20,00	20,50	64,50
011336	Хлеб ржаной, кг	56,50	1,80	0,33	11,48	0,10	0,10	0,10	0,70	18,25	10,00	31,25