

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



Согласовано:
Директор MAOU СОШ № 71
Т.А. Шиндина

Примерное десятидневное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд
Период действия 06.10.2025 - 31.12.2025 г.
Комплекс за счет средств субсидии бесплатное одноразовое питание (обед)
1 - 4 класс, 162,95 руб.

Обед		715	687,66	27,59	19,34	102,14	404,19	0,60	39,52	4,77	153,36	110,84	408,59
Суп-пюре овощной с гренками, кг	011379	200	198,58	3,96	11,45	20,70	109,78	0,11	10,64	1,15	70,38	23,71	82,74
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	230,10
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	64,50
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. Понедельник			848,15	29,19	30,90	113,78	111,56	0,83	152,14	5,07	92,27	197,92	470,70
Обед		750	848,15	29,19	30,90	113,78	111,56	0,83	152,14	5,07	92,27	197,92	470,70
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	10,80
Суп крестьянский куриный со сметаной, кг	011388	200	103,25	3,24	5,96	9,70	82,14	0,08	12,69	0,74	28,96	17,24	54,39
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	150,52
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	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
2 нед. Вторник			779,27	26,18	29,93	100,00	230,59	0,43	16,18	3,39	144,19	82,88	363,84
Обед		750	779,27	26,18	29,93	100,00	230,59	0,43	16,18	3,39	144,19	82,88	363,84
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	12,96
Борщ со сметаной, кг	011382	200	107,19	3,10	5,70	11,84	85,84	0,06	13,27	0,93	34,57	18,66	52,90
Фрикасе из куриного филе, кг	011435	90	186,93	14,79	12,02	4,00	142,05	0,08	0,96	0,36	33,58	21,33	152,15
Рис припущенный с куркумой, кг	011436	150	243,60	4,02	5,56	42,97		0,11	0,20	0,71	38,90	15,62	82,34
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
2 нед. Среда			634,12	24,85	12,52	107,12	162,50	0,54	49,51	4,63	121,26	134,74	399,14
Обед		715	634,12	24,85	12,52	107,12	162,50	0,54	49,51	4,63	121,26	134,74	399,14
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	68,22
Филе минтая припущенное в соусе с овощами, кг	011945	90	112,43	11,42	4,23	6,70	86,33	0,02	2,19	0,54	40,57	41,47	134,74
Картофель запеченный с куркумой 2, кг	011985	150	149,09	3,61	2,21	30,80		0,18	34,61	1,49	21,51	40,65	100,44
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	64,50
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. Четверг			725,92	35,99	18,40	102,88	90,31	0,43	14,36	3,48	120,66	99,22	459,49
Обед		700	725,92	35,99	18,40	102,88	90,31	0,43	14,36	3,48	120,66	99,22	459,49
Солянка домашняя со сметаной, кг	011387	200	113,17	4,62	5,28	12,62	18,67	0,11	13,63	0,94	22,39	21,04	73,06
Курица в сырном соусе, кг	011953	100	160,66	20,40	6,74	3,25	19,06	0,09	0,15	0,49	54,98	27,22	217,29
Макаронные изделия отварные (масло слив), кг	011413	150	242,59	7,02	5,73	40,10	41,58	0,05		0,71	11,58	28,46	101,64
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
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
2 нед. Пятница			605,21	25,62	17,58	87,43	21,66	0,91	60,03	4,59	109,20	101,66	378,49
Обед		715	605,21	25,62	17,58	87,43	21,66	0,91	60,03	4,59	109,20	101,66	378,49
Суп Минестроне куриный с овощами и сметаной, кг	011378	200	95,71	3,53	4,81	10,73	13,55	0,09	28,76	1,00	33,93	19,72	60,85
Жаркое по домашнему из свинины 2, кг	011470	240	268,24	16,18	11,96	25,11	8,04	0,55	27,39	1,83	35,12	50,90	220,81
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	50	123,00	3,85	0,42	25,35		0,17	0,10	1,00	20,00	20,50	64,50
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