

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



Согласовано:
Директор МАОУ СОШ № 15
Н.А.Панкова



Примерное десятидневное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд
Период действия 01.09.2025 - 31.12.2025
Комплекс за счет средств субсидии бесплатное одноразовое питание
для учащихся с диагнозом сахарный диабет
1 - 4 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 сахарный диабет

Организация		Вес порции	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	A	B1	C	Fe	Ca	Mg	Фосфор
Категория питающихся													
Название	№ рецепта												
1-4 классы													
1 нед. Понедельник			489,89	18,16	18,88	61,50	130,77	0,38	0,48	2,90	326,44	89,81	414,97
Завтрак		505	489,89	18,16	18,88	61,50	130,77	0,38	0,48	2,90	326,44	89,81	414,97
Сыр нарезка, кг	011817	25	89,00	6,24	6,86	0,56	41,25			0,05	175,00	7,25	136,50
Каша пшенная молочная с маслом без сахара, кг	011960	230	286,37	8,13	11,31	37,93	89,52	0,18	0,18	1,45	114,94	62,56	215,97
Чай без сахара, кг		200	1,52	0,20	0,05	0,07			0,10				
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
1 нед. Вторник			420,56	23,77	14,85	49,79	116,47	0,24	4,93	1,90	162,52	36,36	245,76
Завтрак		500	420,56	23,77	14,85	49,79	116,47	0,24	4,93	1,90	162,52	36,36	245,76
Пудинг из творога без сахара, кг		150	254,04	19,71	13,98	12,96	113,47	0,01	0,03	0,40	120,02	11,36	172,26
Чай без сахара, кг		200	1,52	0,20	0,05	0,07			0,10				
Фрукт, кг	011337	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	50	113,00	3,60	0,65	22,95		0,20	0,20	1,40	36,50	20,00	62,50
1 нед. Среда			572,32	29,57	15,97	80,16	3,79	0,67	5,08	3,84	70,98	188,00	449,24
Завтрак		500	572,32	29,57	15,97	80,16	3,79	0,67	5,08	3,84	70,98	188,00	449,24
Котлета домашняя, кг	011547	90	186,65	18,20	8,25	8,97	3,72	0,34	1,20	0,77	21,58	26,02	181,50
Каша гречневая рассыпчатая м/р, кг	011805	160	268,91	7,51	7,01	47,97		0,13		1,63	11,15	141,44	204,16
Чай лимонный без сахара, кг		200	3,76	0,25	0,06	0,27	0,07		3,68	0,04	1,76	0,54	1,08
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
1 нед. Четверг			491,07	20,58	14,27	71,15	111,53	0,28	0,56	2,39	436,05	113,65	476,49
Завтрак		505	491,07	20,58	14,27	71,15	111,53	0,28	0,56	2,39	436,05	113,65	476,49
Сыр нарезка, кг	011817	25	89,00	6,24	6,86	0,56	41,25			0,05	175,00	7,25	136,50
Каша Ассорти (греча, рис) с маслом без сахара, кг	011964	230	243,98	7,77	4,98	43,31	45,08	0,08	0,18	0,94	116,43	76,41	194,60
Напиток из цикория с молоком без сахара, кг		200	45,09	2,97	1,78	4,34	25,20		0,18	0,00	108,12	9,99	82,89
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
1 нед. Пятница			401,40	19,94	16,82	42,81	189,80	0,23	5,12	3,29	229,35	48,80	367,75
Завтрак		500	401,40	19,94	16,82	42,81	189,80	0,23	5,12	3,29	229,35	48,80	367,75
Омлет натуральный, кг	011358	150	209,88	14,23	14,96	9,58	172,80		0,12	1,79	126,85	18,30	248,25
Чай с молоком без сахара, кг		200	26,52	1,85	1,04	2,47	14,00		0,20		60,00	5,50	46,00
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
Фрукт, кг	011337	100	52,00	0,26	0,17	13,81	3,00	0,03	4,60	0,10	6,00	5,00	11,00
2 нед. Понедельник			504,46	16,47	18,57	66,80	143,20	0,25	0,50	1,86	331,65	49,27	336,04
Завтрак		505	504,46	16,47	18,57	66,80	143,20	0,25	0,50	1,86	331,65	49,27	336,04
Сыр нарезка, кг	011817	25	89,00	6,24	6,86	0,56	41,25			0,05	175,00	7,25	136,50
Каша рисовая молочная с маслом без сахара, кг	011967	230	300,94	6,44	11,01	43,23	101,95	0,05	0,20	0,41	120,15	22,02	137,04
Чай без сахара, кг		200	1,52	0,20	0,05	0,07			0,10				
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

2 нед. Вторник					422,80	23,83	14,85	49,99	116,54	0,24	8,51	1,94	164,28	36,90	246,84	
Завтрак					500	422,80	23,83	14,85	49,99	116,54	0,24	8,51	1,94	164,28	36,90	246,84
Пудинг из творога без сахара, кг					150	254,04	19,71	13,98	12,96	113,47	0,01	0,03	0,40	120,02	11,36	172,26
Чай лимонный без сахара, кг					200	3,76	0,25	0,06	0,27	0,07		3,68	0,04	1,76	0,54	1,08
Фрукт, кг				011337	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	50	113,00	3,60	0,65	22,95		0,20	0,20	1,40	36,50	20,00	62,50
2 нед. Среда						481,33	19,26	13,95	68,70	100,33	0,33	0,58	2,53	385,44	79,62	430,22
Завтрак					505	481,33	19,26	13,95	68,70	100,33	0,33	0,58	2,53	385,44	79,62	430,22
Сыр нарезка, кг				011817	25	89,00	6,24	6,86	0,56	41,25			0,05	175,00	7,25	136,50
Каша Дружба (пшено, рис) с маслом без сахара, кг				011968	230	252,82	7,58	5,39	42,73	45,08	0,13	0,18	1,08	113,94	46,87	185,22
Чай с молоком без сахара, кг					200	26,52	1,85	1,04	2,47	14,00		0,20		60,00	5,50	46,00
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
2 нед. Четверг						350,66	21,17	8,05	48,91	67,50	0,34	27,33	3,22	143,40	94,47	338,91
Завтрак					500	350,66	21,17	8,05	48,91	67,50	0,34	27,33	3,22	143,40	94,47	338,91
Филе минтая запечённое в омлете, кг				011903	90	104,79	13,77	4,74	0,81	47,34		0,03	0,69	61,35	40,37	176,31
Картофельное пюре 2, кг				011941	160	131,35	3,60	2,61	25,08	20,16	0,14	27,00	1,13	45,55	34,10	100,10
Чай без сахара, кг					200	1,52	0,20	0,05	0,07			0,10				
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
2 нед. Пятница						391,85	19,22	17,11	40,52	177,34	0,23	5,02	3,20	213,35	44,54	346,73
Завтрак					500	391,85	19,22	17,11	40,52	177,34	0,23	5,02	3,20	213,35	44,54	346,73
Омлет с сыром, кг				011359	150	225,33	15,16	16,24	3,69	174,34		0,12	1,70	170,85	19,54	273,23
Чай Каркаде без сахара, кг					200	1,52	0,20	0,05	0,07			0,10				
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
Фрукт, кг				011337	100	52,00	0,26	0,17	13,81	3,00	0,03	4,60	0,10	6,00	5,00	11,00