

## Меню для учащихся 1-4 классов БОУ г. Омска

№ \_\_\_\_\_



8425

№п/п	Наименование блюда	Номер по сборнику рецептов	Выход основной	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
<b>Понедельник</b>							
<b>1 неделя</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Сыр п/твердых сортов порционный	54-1з-2020	15				
2	Каша молочная с маслом (жидкая) <sup>2</sup>	548/2/1998.	200				
3	Хлеб в ассортименте <sup>5</sup>	ТПП	45				
4	Чай плодово-ягодный с сахаром <sup>3</sup>	54/3гн/2020	200				
5	Фрукт свежий <sup>4</sup>	ТПП	100				
<b>Итого за Завтрак:</b>			<b>не менее 500</b>				<b>не менее 470</b>
<b>Обед</b>							
1	Овощная закуска <sup>1</sup>	1070/3/1998.	60				
2	Щи из свежей капусты, с картофелем на курином бульоне (со сметаной)	282/3/1998.	205				
3	Котлета куриная тушеная в томатном соусе	ТПП/1029/3/1998	120				
4	Картофельное пюре на молоке с маслом	946/2/1998.	150				
5	Хлеб в ассортименте <sup>5</sup>	ТПП	40				
6	Компот из кураги	1113/3/98г.	200				
<b>Итого за Обед:</b>			<b>не менее 700</b>				<b>не менее 705</b>
<b>Вторник</b>							
<b>1 неделя</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Тефтели(биточки) тушеные в сметанном соусе с томатом	ТПП/1045/3/1998	120				
2	Макаронные изделия отварные с маслом	940/2/1998.	150				
3	Хлеб в ассортименте <sup>5</sup>	ТПП	30				
4	Чай плодово-ягодный с сахаром <sup>3</sup>	54-13гн-2020	200				
<b>Итого за Завтрак:</b>			<b>не менее 500</b>				<b>не менее 470</b>
<b>Обед</b>							
1	Овощная закуска <sup>1</sup>	320/2011 Т	60				
2	Свекольник фрикадельками(со	95/2018.	215				
3	Рагу овощное с мясом птицы(филе курицы)	887/3/1998.	200				
4	Хлеб в ассортименте <sup>5</sup>	ТПП	80				
5	Компот из сухофруктов	1113/3/98	200				
<b>Итого за Обед:</b>			<b>не менее 700</b>				<b>не менее 705</b>
<b>Среда</b>							
<b>1 неделя</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Запеканка творожная/сырники(п/ф)	ТТК	150				
2	Соус плодово-ягодный /молоко сгущенное	1087/98.	10				
3	Хлеб в ассортименте <sup>5</sup>	ТПП	45				
4	Чай с сахаром	54-2гн-2020	200				
5	Йогурт фасованный	ТПП	95				
<b>Итого за Завтрак:</b>			<b>не менее 500</b>				<b>не менее 470</b>
<b>Обед</b>							
1	Овощная закуска <sup>1</sup>	54/2011.	60				
2	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне	307/3/1998.	200				
3	Котлета курица/говядина запеченая	ТПП	90				
4	Гречка отварная с маслом	931/3/1998.	150				
5	Хлеб в ассортименте <sup>5</sup>	ТПП	40				
6	Компот плодово-ягодный с сахаром <sup>3</sup>	54-1хн-2020	200				
<b>Итого за Обед:</b>			<b>не менее 700</b>				<b>не менее 705</b>

<b>Четверг</b>					
<b>1 неделя</b>					
<b>Завтрак</b>					
1	Сыр п/твердых сортов порционный	54-1з-2020	10		
2	Каша молочная с маслом (жидкая) <sup>2</sup>	548/1/1998г.	220		
3	Хлеб в ассортименте <sup>5</sup>	ТПП	45		
4	Чай плодово-ягодный с сахаром <sup>3</sup>	54/3гн/2020	200		
5	Фрукт свежий <sup>4</sup>	ТПП	100		
<b>Итого за Завтрак:</b>			<b>не менее 500</b>		<b>не менее 470</b>
<b>Обед</b>					
1	Овощная закуска <sup>1</sup>	1070/3/1998.	60		
2	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне (со сметаной)	262/1998.	205		
3	Рыба тушеная в сметанном соусе	232/2017 Т	90		
4	Рис отварной с маслом	934/3/1998.	150		
5	Хлеб в ассортименте <sup>5</sup>	ТПП	35		
6	Компот плодово-ягодный с сахаром <sup>3</sup>	54-1хн-2020	200		
<b>Итого за Обед:</b>			<b>не менее 700</b>		<b>не менее 705</b>
<b>Пятница</b>					
<b>1 неделя</b>					
<b>Завтрак</b>					
1	Плов с курицей(филе курицы)	893/2/1998.	200		
2	Хлеб в ассортименте <sup>5</sup>	ТПП	30		
3	Чай плодово-ягодный с сахаром <sup>3</sup>	54-13гн-2020	200		
4	Фрукт свежий <sup>4</sup>	ТПП	100		
<b>Итого за Завтрак:</b>			<b>не менее 500</b>		<b>не менее 470</b>
<b>Обед</b>					
1	Овощная закуска <sup>1</sup>	320/2011 Т	60		
2	Свекольник на курином бульоне(со сметаной)	95/2018.	205		
3	Жаркое по-домашнему	820/3/1998.	220		
4	Хлеб в ассортименте <sup>5</sup>	ТПП	54		
5	Сок фруктовый/компот плодово-ягодный <sup>4</sup>	ТПП	200		
<b>Итого за Обед:</b>			<b>не менее 700</b>		<b>не менее 705</b>
<b>Суббота</b>					
<b>1 неделя</b>					
<b>Завтрак</b>					
1	Бефстроганов	736/3/1998.	90		
2	Макаронные изделия отварные с маслом	940/3/1998.	165		
3	Хлеб в ассортименте <sup>5</sup>	ТПП	45		
4	Какао с молоком	1222/2/1998.	200		
<b>Итого за Завтрак:</b>			<b>не менее 500</b>		<b>не менее 470</b>
<b>Обед</b>					
1	Овощная закуска <sup>1</sup>	1072/2/1998.	60		
2	Щи из свежей капусты, с картофелем на курином бульоне (со сметаной)	282/3/1998.	205		
3	Оладьи из печени запеченные	850/2/1998.	105		
4	Картофель отварной, с маслом	423/3/1998.	150		
5	Хлеб в ассортименте <sup>5</sup>	ТПП	40		
6	Кисель плодово-ягодный <sup>3</sup>	1131/3/98.	200		
<b>Итого за Обед:</b>			<b>не менее 700</b>		<b>не менее 705</b>
<b>Понедельник</b>					
<b>2 неделя</b>					
<b>Завтрак</b>					
1	Сыр п/твердых сортов порционный	54-1з-2020	10		
2	Каша молочная с маслом (жидкая) <sup>2</sup>	548/1/1998г.	200		
3	Хлеб в ассортименте <sup>5</sup>	ТПП	50		
4	Чай плодово-ягодный с сахаром <sup>3</sup>	54/3гн/2020	200		
5	Фрукт свежий <sup>4</sup>	ТПП	100		
<b>Итого за Завтрак:</b>			<b>не менее 500</b>		<b>не менее 470</b>
<b>Обед</b>					
1	Овощная закуска <sup>1</sup>	334/2011.	60		
2	Суп гороховый с фрикадельками	306/3/1998.	215		
3	Печень по-строгановски	748/3/1998.	90		
4	Рис отварной с маслом	934/3/1998.	150		
5	Хлеб в ассортименте <sup>5</sup>	ТПП	40		
6	Компот плодово-ягодный с сахаром <sup>3</sup>	54-1хн-2020	200		
<b>Итого за Обед:</b>			<b>не менее 700</b>		<b>не менее 705</b>

<b>Вторник</b>						
<b>2 неделя</b>						
<b>Завтрак</b>						
1	Гуляш из говядины	827/3/98.	90			
2	Гречка отварная с маслом	931/3/1998.	180			
3	Хлеб в ассортименте <sup>5</sup>	ТПП	30			
4	Чай плодово-ягодный с сахаром <sup>3</sup>	54-13гн-2020	200			
<b>Итого за Завтрак:</b>			<b>не менее 500</b>			<b>не менее 470</b>
<b>Обед</b>						
1	Овощная закуска <sup>1</sup>	345/2011.	60			
2	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне	307/3/1998.	200			
3	Рыба тушеная в томате с овощами	640/3/1998.	90			
4	Картофельное пюре на молоке с маслом	946/2/1998.	180			
5	Хлеб в ассортименте <sup>5</sup>	ТПП	75			
6	Компот плодово-ягодный с сахаром <sup>3</sup>	54-1хн-2020.	200			
<b>Итого за Обед:</b>			<b>не менее 700</b>			<b>не менее 705</b>
<b>Среда</b>						
<b>2 неделя</b>						
<b>Завтрак</b>						
1	Омлет натуральный на молоке	54-1о-2020	150			
2	Хлеб в ассортименте <sup>5</sup>	ТПП	55			
3	Чай с сахаром	54-2гн-2020	200			
4	Йогурт фасованный	ТПП	95			
<b>Итого за Завтрак:</b>			<b>не менее 500</b>			<b>не менее 470</b>
<b>Обед</b>						
1	Овощная закуска <sup>1</sup>	320/2011	60			
2	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне (со сметаной)	262/1998.	255			
3	Рагу овощной с мясом птицы(филе курицы)	887/3/1998.	200			
4	Хлеб в ассортименте <sup>5</sup>	ТПП	65			
5	Компот из сухофруктов	1113/3/98	200			
<b>Итого за Обед:</b>			<b>не менее 700</b>			<b>не менее 705</b>
<b>Четверг</b>						
<b>2 неделя</b>						
<b>Завтрак</b>						
1	Соус плодово-ягодный/молоко сгущенное	1087/98.	10			
2	Запеканка творожно-морковная/сырники (п/ф)	ТТК	150			
3	Хлеб в ассортименте <sup>5</sup>	ТПП	55			
4	Чай плодово-ягодный с сахаром <sup>3</sup>	54/3гн/2020	200			
5	Фрукт свежий <sup>4</sup>	ТПП	150			
<b>Итого за Завтрак:</b>			<b>не менее 500</b>			<b>не менее 470</b>
<b>Обед</b>						
1	Овощная закуска <sup>1</sup>	1070/3/1998.	60			
2	Свекольник на курином бульоне(со сметаной)	95/2018.	205			
3	Плов с курицей(филе курицы)	893/2/1998.	200			
4	Хлеб в ассортименте <sup>5</sup>	ТПП	50			
5	Компот плодово-ягодный с сахаром <sup>3</sup>	54-1хн-2020	200			
<b>Итого за Обед:</b>			<b>не менее 700</b>			<b>не менее 705</b>
<b>Пятница</b>						
<b>2 неделя</b>						
<b>Завтрак</b>						
1	Рыба тушеная в томате с овощами	640/3/1998.	100			
2	Картофельное пюре на молоке с маслом	946/2/1998.	155			
3	Хлеб в ассортименте <sup>5</sup>	ТПП	55			
4	Чай плодово-ягодный с сахаром <sup>3</sup>	54-13гн-2020	200			
<b>Итого за Завтрак:</b>			<b>не менее 500</b>			<b>не менее 470</b>
<b>Обед</b>						
1	Овощная закуска <sup>1</sup>	161/1998.	60			
2	Щи из свежей капусты, с картофелем на курином бульоне (со сметаной)	282/3/1998.	250			
3	Жаркое по-домашнему	820/3/1998.	220			
4	Хлеб в ассортименте <sup>5</sup>	ТПП	40			
5	Сок фруктовый/компот плодово-ягодный <sup>4</sup>	ТПП	200			
<b>Итого за Обед:</b>			<b>не менее 700</b>			<b>не менее 705</b>

Суббота 2 неделя						
<b>Завтрак</b>						
1	Котлета курица/говядина запеченая с соусом сметанным	ТПП/1044/3/1998	120			
2	Гречка отварная с маслом	931/3/1998.	176			
3	Хлеб в ассортименте <sup>5</sup>	ТПП	42			
4	Какао с молоком	1222/2/1998.	200			
<b>Итого за Завтрак:</b>			<b>не менее 500</b>			<b>не менее 470</b>
<b>Обед</b>						
1	Овощная закуска <sup>1</sup>	54/2011.	60			
2	Суп гороховый на курином бульоне	306/3/1998.	200			
3	Котлета куриная тушеная в томатном соусе	ТПП/1029/3/1998	120			
4	Рис отварной с маслом	934/3/1998.	150			
5	Хлеб в ассортименте <sup>5</sup>	ТПП	40			
6	Кисель плодово-ягодный <sup>3</sup>	1131/3/98.	200			
<b>Итого за Обед:</b>			<b>не менее 700</b>			<b>не менее 705</b>
<b>ИТОГО ЗА Завтрак:</b>				<b>250,777</b>	<b>193,858</b>	<b>919,861</b>
<b>ИТОГО ЗА Обед:</b>				<b>324,568</b>	<b>302,242</b>	<b>1294,575</b>
<b>ИТОГО ЗА ПЕРИОД:</b>				<b>575,345</b>	<b>496,1</b>	<b>2214,436</b>
<b>СРЕДНЕЕ ЗА ПЕРИОД:</b>				<b>47,95</b>	<b>41,34</b>	<b>184,54</b>
<b>СООТНОШЕНИЕ:</b>				<b>1</b>	<b>0,862</b>	<b>3,849</b>

**Примечание:**

<sup>1</sup> Овощная нарезка из свежих овощей (огурец, помидор, перец), овощная нарезка из вареных овощей (морковь, свекла и т.п.), консервированные овощи (зеленый горошек, кукуруза, овощная икра), салаты и закуски из свежих и вареных овощей, винегреты и т.д. Ассортимент холодных блюд и закусок формируется в соответствии с санитарно-техническими и планировочными возможностями пищеблока.

<sup>2</sup> Для приготовления молочной каши используется крупа рисовая, пшенная, пшеничная, ячневая, кукурузная, хлопья "Геркулес"

<sup>3</sup> Для приготовления напитков используются свежемороженые ягоды и плоды и/или свежие ягоды и плоды в соответствии с сезонностью.

<sup>4</sup> Фрукты свежие: яблоки, мандарины, апельсины. Допускается замена фруктов в соответствии с сезонностью. Допускается увеличение массы фруктов.

<sup>5</sup> Хлеб в ассортименте: хлеб пшеничный, хлеб ржано-пшеничный, батон нарезной и т.п.