



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
Понедельник							
1 неделя							
Завтрак							
1	Сыр п/твердых сортов порционный	54-1з-2020	15				
2	Каша молочная с маслом (жидкая) ²	548/2/1998.	200				
3	Хлеб в ассортименте ⁵	ТПП	45				
4	Чай плодово-ягодный с сахаром ³	54/3гн/2020	200				
5	Фрукт свежий ⁴	ТПП	100				
Итого за Завтрак:			не менее 500				не менее 470
Обед							
1	Овощная закуска ¹	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 ⁵	ТПП	40				
6	Компот из кураги	1113/3/98г.	200				
Итого за Обед:			не менее 700				не менее 705
Вторник							
1 неделя							
Завтрак							
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 ⁵	ТПП	30				
4	Чай плодово-ягодный с сахаром ³	54-13гн-2020	200				
Итого за Завтрак:			не менее 500				не менее 470
Обед							
1	Овощная закуска ¹	320/2011 Т	60				
2	Свекольникс фрикадельками(со	95/2018.	215				
3	Рагу овощное с мясом птицы(филе курицы)	887/3/1998.	200				
4	Хлеб в ассортименте ⁵	ТПП	80				
5	Компот из сухофруктов	1113/3/98	200				
Итого за Обед:			не менее 700				не менее 705
Среда							
1 неделя							
Завтрак							
1	Запеканка творожная/сырники(п/ф)	ТТК	150				
2	Соус плодово-ягодный /молоко сгущенное	1087/98.	10				
3	Хлеб в ассортименте ⁵	ТПП	45				
4	Чай с сахаром	54-2гн-2020	200				
5	Йогурт фасованный	ТПП	95				
Итого за Завтрак:			не менее 500				не менее 470
Обед							
1	Овощная закуска ¹	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 ⁵	ТПП	40				
6	Компот плодово-ягодный с сахаром ³	54-1хн-2020	200				
Итого за Обед:			не менее 700				не менее 705

	Четверг 1 неделя					
	Завтрак					
1	Сыр п/твердых сортов порционный	54-1з-2020	10			
2	Каша молочная с маслом (жидкая) ²	548/1/1998г.	220			
3	Хлеб в ассортименте ⁵	ТПП	45			
4	Чай плодово-ягодный с сахаром ³	54/3гн/2020	200			
5	Фрукт свежий ⁴	ТПП	100			
	Итого за Завтрак:		не менее 500			не менее 470
	Обед					
1	Овощная закуска ¹	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 ⁵	ТПП	35			
6	Компот плодово-ягодный с сахаром ³	54-1хн-2020	200			
	Итого за Обед:		не менее 700			не менее 705
	Пятница 1 неделя					
	Завтрак					
1	Плов с курицей(филе курицы)	893/2/1998.	200			
2	Хлеб в ассортименте ⁵	ТПП	30			
3	Чай плодово-ягодный с сахаром ³	54-13гн-2020	200			
4	Фрукт свежий ⁴	ТПП	100			
	Итого за Завтрак:		не менее 500			не менее 470
	Обед					
1	Овощная закуска ¹	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 ⁵	ТПП	54			
5	Сок фруктовый/компот плодово-ягодный ⁴	ТПП	200			
	Итого за Обед:		не менее 700			не менее 705
	Суббота 1 неделя					
	Завтрак					
1	Бефстроганов	736/3/1998.	90			
2	Макаронные изделия отварные с маслом	940/3/1998.	165			
3	Хлеб в ассортименте ⁵	ТПП	45			
4	Какао с молоком	1222/2/1998.	200			
	Итого за Завтрак:		не менее 500			не менее 470
	Обед					
1	Овощная закуска ¹	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 ⁵	ТПП	40			
6	Кисель плодово-ягодный ³	1131/3/98.	200			
	Итого за Обед:		не менее 700			не менее 705
	Понедельник 2 неделя					
	Завтрак					
1	Сыр п/твёрдых сортов порционный	54-1з-2020	10			
2	Каша молочная с маслом (жидкая) ²	548/1/1998г.	200			
3	Хлеб в ассортименте ⁵	ТПП	50			
4	Чай плодово-ягодный с сахаром ³	54/3гн/2020	200			
5	Фрукт свежий ⁴	ТПП	100			
	Итого за Завтрак:		не менее 500			не менее 470
	Обед					
1	Овощная закуска ¹	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 ⁵	ТПП	40			
6	Компот плодово-ягодный с сахаром ³	54-1хн-2020	200			
	Итого за Обед:		не менее 700			не менее 705

	Вторник					
	2 неделя					
	Завтрак					
1	Гуляш из говядины	827/3/98.	90			
2	Гречка отварная с маслом	931/3/1998.	180			
3	Хлеб в ассортименте ⁵	ТПП	30			
4	Чай плодово-ягодный с сахаром ³	54-13гн-2020	200			
	Итого за Завтрак:	не менее 500				не менее 470
	Обед					
1	Овощная закуска ¹	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 ⁵	ТПП	75			
6	Компот плодово-ягодный с сахаром ³	54-1хн-2020.	200			
	Итого за Обед:	не менее 700				не менее 705
	Среда					
	2 неделя					
	Завтрак					
1	Омлет натуральный на молоке	54-1о-2020	150			
2	Хлеб в ассортименте ⁵	ТПП	55			
3	Чай с сахаром	54-2гн-2020	200			
4	Йогурт фасованный	ТПП	95			
	Итого за Завтрак:	не менее 500				не менее 470
	Обед					
1	Овощная закуска ¹	320/2011	60			
2	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне (со сметаной)	262/1998.	255			
3	Рагу овощное с мясом птицы(филе курицы)	887/3/1998.	200			
4	Хлеб в ассортименте ⁵	ТПП	65			
5	Компот из сухофруктов	1113/3/98	200			
	Итого за Обед:	не менее 700				не менее 705
	Четверг					
	2 неделя					
	Завтрак					
1	Соус плодово-ягодный/молоко сгущенное	1087/98.	10			
2	Запеканка творожно-морковная/сырники (п/ф)	ТТК	150			
3	Хлеб в ассортименте ⁵	ТПП	55			
4	Чай плодово-ягодный с сахаром ³	54/3гн/2020	200			
5	Фрукт свежий ⁴	ТПП	150			
	Итого за Завтрак:	не менее 500				не менее 470
	Обед					
1	Овощная закуска ¹	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 ⁵	ТПП	50			
5	Компот плодово-ягодный с сахаром ³	54-1хн-2020	200			
	Итого за Обед:	не менее 700				не менее 705
	Пятница					
	2 неделя					
	Завтрак					
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 ⁵	ТПП	55			
4	Чай плодово-ягодный с сахаром ³	54-13гн-2020	200			
	Итого за Завтрак:	не менее 500				не менее 470
	Обед					
1	Овощная закуска ¹	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 ⁵	ТПП	40			
5	Сок фруктовый/компот плодово-ягодный ⁴	ТПП	200			
	Итого за Обед:	не менее 700				не менее 705

	Суббота					
	2 неделя					
	Завтрак					
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 ⁵	ТПП	42			
4	Какао с молоком	1222/2/1998.	200			
	Итого за Завтрак:	не менее 500				не менее 470
	Обед					
1	Овощная закуска ¹	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 ⁵	ТПП	40			
6	Кисель плодово-ягодный ³	1131/3/98.	200			
	Итого за Обед:	не менее 700				не менее 705
	ИТОГО ЗА Завтрак:			250,777	193,858	919,861
	ИТОГО ЗА Обед:			324,568	302,242	1294,575
	ИТОГО ЗА ПЕРИОД:			575,345	496,1	2214,436
	СРЕДНЕЕ ЗА ПЕРИОД:			47,95	41,34	184,54
	СООТНОШЕНИЕ:			1	0,862	3,849

Примечание:

- ¹ 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.
- ² Для приготовления молочной каши используется крупа рисовая, пшенная, пшеничная, ячневая, кукурузная, хлопья "Геркулес"
- ³ Для приготовления напитков используются свежемороженные ягоды и плоды и/или свежие ягоды и плоды в соответствии с сезонностью.
- ⁴ Фрукты свежие: яблоки, мандарины, апельсины. Допускается замена фруктов в соответствии с сезонностью. Допускается увеличение массы фруктов.
- ⁵ Хлеб в ассортименте: хлеб пшеничный, хлеб ржано-пшеничный, батон нарезной и т.п.