



## Меню для учащихся 1-4 классов БОУ г. Омска № \_\_\_\_\_

№ 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	40.				
4	Чай плодово-ягодный с сахаром <sup>3</sup>	54-13гн-2020	200				
5	Фрукт свежий <sup>4</sup>	ТПП	150				
<b>Итого за Завтрак:</b>			<b>не менее 500</b>				
<b>Обед</b>							
<b>не менее 470</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>Обед</b>							
<b>не менее 470</b>							
1	Овощная закуска <sup>1</sup>	320/2011 Т	60				
2	Свекольник на курином бульоне(со сметаной)	95/2018.	205				
3	Рагу овощное с мясом птицы(филе курицы)	887/3/1998.	225				
4	Хлеб в ассортименте <sup>5</sup>	ТПП	70				
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.	30				
3	Хлеб в ассортименте <sup>5</sup>	ТПП	30				
4	Чай с сахаром	54-2гн-2020	200				
5	Йогурт фасованный	ТПП	95				
<b>Итого за Завтрак:</b>			<b>не менее 500</b>				
<b>Обед</b>							
<b>не менее 470</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	Курица тушеная с морковью в сметанном соусе (филе курицы)	303/2011	105				
3	Картофельное пюре на молоке с маслом	946/2/1998.	150				
4	Хлеб в ассортименте <sup>5</sup>	ТПП	40				
5	Чай плодово-ягодный с сахаром <sup>3</sup>	54/3гн/2020	200				
<b>Итого за Завтрак:</b>			<b>не менее 500</b>				<b>не менее 470</b>

**Обед**

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	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>	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	60				
5	Сок фруктовый/компот плодово-ягодный <sup>3</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.	200				
3	Оладьи из печени запеченные	850/2/1998.	90				
4	Картофель отварной, с маслом	423/3/1998.	150				
5	Хлеб в ассортименте <sup>5</sup>	ТПП	30				
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	15				
2	Каша молочная с маслом(жидкая) <sup>2</sup>	548/1/1998г.	200				
3	Хлеб в ассортименте <sup>5</sup>	ТПП	30				
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>	334/2011.	60				
2	Суп гороховый на курином бульоне	306/3/1998.	200				
3	Котлета курица/говядина запеченная	ТПП	90				
4	Рис отварной с маслом	934/3/1998.	150				
5	Хлеб в ассортименте <sup>5</sup>	ТПП	50				
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.	165				
3	Хлеб в ассортименте <sup>5</sup>	ТПП	45				
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>	198/1998	60				
2	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне	307/3/1998.	200				
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 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>

Среда 2 неделя							
<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>Обед</b>							<b>не менее 470</b>
1	Овощная закуска <sup>1</sup>	320/2011	60				
2	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне (со сметаной)	262/1998.	205				
3	Рагу овощное с мясом птицы(филе курицы)	887/3/1998.	225				
4	Хлеб в ассортименте <sup>5</sup>	ТПП	60				
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 2 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>	54/3гн/2020	200				
<b>Итого за Завтрак:</b>				<b>не менее 500</b>			
<b>Обед</b>							<b>не менее 470</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 2 неделя</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Рыба тушеная в томате с овощами	640/3/1998.	100				
2	Картофельное пюре на молоке с.маслом	946/1/1998.	210				
3	Хлеб в ассортименте <sup>5</sup>	ТПП	38				
4	Чай плодово-ягодный с сахаром <sup>3</sup>	54-13гн-2020	200				
<b>Итого за Завтрак:</b>				<b>не менее 500</b>			
<b>Обед</b>							<b>не менее 470</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.	205				
3	Жаркое из курицы(филе птицы)	820/3/1998.	200				
4	Хлеб в ассортименте <sup>5</sup>	ТПП	40				
5	Сок фруктовый/компот плодово-ягодный <sup>3</sup>	ТПП	200				
<b>Итого за Обед:</b>				<b>не менее 700</b>			<b>не менее 705</b>
<b>Суббота 2 неделя</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Котлета курица/говядина запеченая с соусом сметанным	ТПП/1044/3/1998	120				
2	Гречка отварная с маслом	931/3/1998.	150				
3	Хлеб в ассортименте <sup>5</sup>	ТПП	40				
4	Какао с молоком	1222/2/1998.	200				
<b>Итого за Завтрак:</b>				<b>не менее 500</b>			
<b>Обед</b>							<b>не менее 470</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>ИТОГО ЗА Завтрак:</b>							<b>не менее 705</b>
<b>ИТОГО ЗА Обед:</b>			6348	266	202,112	889,405	6379,722
<b>ИТОГО ЗА ПЕРИОД:</b>			8950	328,528	293,337	1280,818	8908,784
<b>СРЕДНЕЕ ЗА ПЕРИОД:</b>			15298	594,528	495,449	2170,223	15288,506
<b>СООТНОШЕНИЕ:</b>			1274.83	49,54	41,29	180,85	1274,04
				1	0,833	3,651	

**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, пшеничная, 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.