



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	54-1s-2020	15				
2	Каша молочная с маслом (жидкая) ²	548/2/1998.	200				
3	Хлеб в ассортименте ²	ТПП	45				
4	Чай плодово-ягодный с сахаром ²	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 ²	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 ²	ТПП	30				
4	Чай плодово-ягодный с сахаром ²	54-13гн-2020	200				
Итого за Завтрак:			не менее 500				не менее 470
Обед							
1	Овощная закуска ¹	320/2011 Т	60				
2	Свекольник с фрикадельками(со)	95/2018.	215				
3	Рагу овощное с мясом птицы(филе курицы)	887/3/1998.	200				
4	Хлеб в ассортименте ²	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 ²	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 запеченная	ТПП	90				
4	Гречка отварная с маслом	931/3/1998.	150				
5	Хлеб в ассортименте ²	ТПП	40				
6	Компот плодово-ягодный с сахаром ²	54-1хв-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 ³	ТПШ	45		
4	Чай плодово-ягодный с сахаром ⁴	54/3гн/2020	200		
5	Фрукт свежий ⁴	ТПШ	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 ³	ТПШ	35		
6	Компот плодово-ягодный с сахаром ⁴	54-1хн-2020	200		
Итого за Обед:			не менее 700		не менее 705
Пятница 1 неделя					
Завтрак					
1	Плов с курицей(филе курица)	893/2/1998.	200		
2	Хлеб в ассортименте ³	ТПШ	30		
3	Чай плодово-ягодный с сахаром ⁴	54-13гн-2020	200		
4	Фрукт свежий ⁴	ТПШ	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 ³	ТПШ	54		
5	Сок фруктовый/компот плодово-ягодный ⁴	ТПШ	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 ³	ТПШ	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 ³	ТПШ	40		
6	Кисель плодово-ягодный ⁴	1131/3/98.	200		
Итого за Обед:			не менее 700		не менее 705
Понедельник 2 недели					
Завтрак					
1	Сыр п/твердых сортов порционный	54-1з-2020	10		
2	Каша молочная с маслом (жидкая) ²	548/1/1998г.	200		
3	Хлеб в ассортименте ³	ТПШ	50		
4	Чай плодово-ягодный с сахаром ⁴	54/3гн/2020	200		
5	Фрукт свежий ⁴	ТПШ	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 ³	ТПШ	40		
6	Компот плодово-ягодный с сахаром ⁴	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 ²	ТПП	30		
4	Чай плодово-ягодный с сахаром ²	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 ²	ТПП	75		
6	Компот плодово-ягодный с сахаром ²	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 ²	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 ²	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)	ГТК	150		
3	Хлеб в ассортименте ²	ТПП	55		
4	Чай плодово-ягодный с сахаром ²	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 ²	ТПП	50		
5	Компот плодово-ягодный с сахаром ²	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 ²	ТПП	55		
4	Чай плодово-ягодный с сахаром ²	54-13гн-2020	200		
	Итого за Завтрак:		не менее 500		не менее 470
	Обед				
1	Овощная закуска ¹	161/1998.	60		
2	ПЦи 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 ²	ТПП	40		
5	Сок фруктовый/компот плодово-ягодный ⁴	ТПП	200		
	Итого за Обед:		не менее 700		не менее 705

Суббота 2 недели						
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 ²	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 ²	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, пшеничная, ячневая, кукурузная, хлопья "Геркулес"

³ Для приготовления панинток используются свежемороженые 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.