

Утверждаю:

Согласовано:

Генеральный директор ООО "Новая Сибирь" Директор БОУ г. Омска "СОШ №44 им. А.В. Салугина

Степаненко А.Н.

Ремыга М.А.

**Меню завтраков и обедов для учащихся 1-4 классов  
для БОУ г. Омска "СОШ №44 им. А.В. Салугина"  
с 10.03.2025 года**

	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность	
<b>Понедельник</b>							
<b>1 неделя</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Сыр п/твердых сортов порционный	54-1з-2020	10	2.680	2.730	0.000	38.100
2	Каша молочная ячневая с вишней, с маслом	548/2/1998г.	250(240/5/5)	8.300	6.712	48.755	288.327
3	Хлеб пшеничный	ТПП	80	4.560	0.540	29.820	135.800
4	Чай с лимоном, с сахаром	54/3гн/2020	200(186/7/7)	0.263	0.000	7.285	31.828
<b>Итого за Завтрак:</b>			<b>520</b>				
<b>Обед</b>							
1	Закуска овощная с чесноком	198/1998	60	1.292	5.730	7.985	88.014
2	Суп картофельный с курицей	247/2022	200(190/10)	4.600	4.573	19.318	132.293
3	Каша гречневая с мясом покупечески	ТТК	200 (160/40)	16.128	13.386	24.570	277.168
4	Хлеб пшеничный	ТПП	50	3.800	0.450	24.850	113.000
5	Компот из кураги*	1113/3/98г.	200(185/19/14)	0.988	0.000	26.493	107.540
<b>Итого за Обед:</b>			<b>710</b>				
<b>Итого за день:</b>			<b>1230</b>	<b>42,611</b>	<b>34,121</b>	<b>189,056</b>	<b>1209,87</b>
<b>Вторник</b>							
<b>1 неделя</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Масло сливочное, крестьянское порционное	27/1998	10	0.080	7.250	0.130	66.100
2	Каша молочная рисовая с яблоком и маслом	363/2022	250 (225/20/5)	5.620	6.705	39.501	241.430
3	Хлеб пшеничный	ТПП	80	4.560	0.540	29.820	135.800
4	Какао со свежим цельным молоком	382/2011	200	3.872	3.100	20.178	125.410
<b>Итого за Завтрак:</b>			<b>520</b>				
<b>Обед</b>							
1	Закуска овощная из белокочанной капусты	130/3/1998.	60	0.964	3.005	6.124	54.914
2	Борщ с капустой и картофелем, мясом (со сметаной)	262/1998.	200(190/5/5)	3.030	5.787	11.181	106.604
3	Жаркое из курицы(филе птицы)	820/3/1998.	240(200/40)	13.343	18.775	28.198	328.619
4	Хлеб пшеничный	ТПП	80	4.560	0.540	29.820	135.800
5	Компот из сухофруктов*	1113/3/98	200(185/15)	0.640	0.000	28.570	114.450
<b>Итого за Обед:</b>			<b>760</b>				
<b>Итого за день:</b>			<b>1280</b>	<b>36,669</b>	<b>45,702</b>	<b>193,522</b>	<b>1308,727</b>
<b>Среда</b>							
<b>1 неделя</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Запеканка творожная с морковью	238/2/2011	150	16.206	14.343	27.525	306.870
2	Молоко сгущенное*	1087/98.	15	1.080	1.275	8.400	49.200
3	Хлеб пшеничный	ТПП	80	4.560	0.540	29.820	135.800
4	Чай с черникой с сахаром	54-13гн-2020	200(178/12/10)	0.200	0.000	10.049	41.418
5	Фрукт свежий: Яблоко	ТПП	100	0.400	0.000	11.300	46.000
<b>Итого за Завтрак:</b>			<b>525</b>				
<b>Обед</b>							
1	Салат из свеклы отварной	54-13з	80	0.968	2.997	6.152	54.311
2	Суп гороховый с мясом	306/3/1998.	200(180/10)	7.176	6.254	16.390	147.188
3	Рыба тушеная в томате с овощами(филе горбуши)*	640/3/1998.	90(40/50)	10.814	8.745	4.771	140.684
4	Рис отварной с маслом	934/3/1998.	150(147/3)	3.738	2.705	39.275	198.393
5	Хлеб пшеничный	ТПП	80	4.560	0.540	29.820	135.800
6	Напиток лимонный	699/2004г.	200	0.344	0.000	24.501	102.718
<b>Итого за Обед:</b>			<b>760</b>				
<b>Итого за день:</b>			<b>1285</b>	<b>50,044</b>	<b>37,399</b>	<b>208,003</b>	<b>1355,782</b>



Четверг 1 неделя							
<b>Завтрак</b>							
1	Сыр п/твердых сортов порционный	54-1з-2020	10	2.680	2.730	0.000	36.100
2	Каша молочная пшеничная с маслом	548/1/1998г.	220(215/5)	7.606	7.304	41.581	263.234
3	Изюм (порциями)	82/2018	10	0.180	0.000	7.090	27.600
4	Хлеб пшеничный	ТПП	80	4.560	0.540	29.820	135.600
5	Чай с малиной с сахаром	54-1згн-2020	200(178/12/10)	0.296	0.000	11.129	46.338
<b>Итого за Завтрак:</b>			<b>500</b>				
<b>Обед</b>							
1	Кукуруза порционная	ТПП	80	1.320	0.240	8.820	40.800
2	Щи из свеж капусты, с картофелем и мясом(со сметаной)	282/3/1998.	200(185/10/5)	3.959	6.610	9.114	108.987
3	Курица тушеная в сметанном соусе (Филе курицы)*	303/2011	90(45/45)	12.600	18.656	3.206	231.207
4	Макаронные изделия отварные с маслом*	940/2/1998.	150(147/3)	5.514	2.824	35.227	188.533
5	Хлеб пшеничный	ТПП	40	3.040	0.360	19.880	90.400
6	Компот из кураги*	1113/3/98г.	200(185/19/14)	0.988	0.000	26.493	107.540
<b>Итого за Обед:</b>			<b>740</b>				
<b>Итого за день:</b>			<b>1240</b>	<b>42,743</b>	<b>39,264</b>	<b>192,36</b>	<b>1276,339</b>
<b>Пятница 1 неделя</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Горошек зеленый порционный	ТПП	80	1.860	0.120	4.260	24.600
2	Омлет с отварным картофелем	275/2018	185(120/60/5)	11.856	19.121	15.907	280.256
3	Хлеб пшеничный	ТПП	60	4.560	0.540	29.820	135.600
4	Чай с сахаром	54-2гн-2020	200(193/7)	0.200	0.000	7.055	29.448
<b>Итого за Завтрак:</b>			<b>505</b>				
<b>Обед</b>							
1	Салат овощной с яблоком	56/2017	60	0.654	1.686	4.967	37.079
2	Суп картофельный с макаронными изделиями и фрикадельками*	307/3/1998.	200(185/15)	5.763	3.601	18.874	128.135
3	Плов с курицей(Филе курицы)**	893/2/1998.	200(160/40)	14.368	15.512	43.290	369.911
4	Хлеб пшеничный	ТПП	60	4.560	0.540	29.820	135.600
5	Компот из сухофруктов*	1113/3/98	200(185/15)	0.640	0.000	28.570	114.450
<b>Итого за Обед:</b>			<b>720</b>				
<b>Итого за день:</b>			<b>1225</b>	<b>44,461</b>	<b>41,12</b>	<b>182,563</b>	<b>1255,079</b>
<b>Суббота 1 неделя</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Каша молочная Дружба с маслом (жидкая)	548/1/1998г.	220(215/5)	6.950	7.330	40.578	256.928
2	Соус абрикосовый*	1087/98.	20	0.114	0.000	13.426	53.864
3	Хлеб пшеничный	ТПП	60	4.560	0.540	29.820	135.600
4	Чай с лимоном, с сахаром	1204/1998.	200(181/15/4)	0.236	0.000	15.159	62.728
<b>Итого за Завтрак:</b>			<b>500</b>				
<b>Обед</b>							
1	Салат овощной с яблоком	56/2017	60	0.654	1.686	4.967	37.079
2	Борщ с капустой и картофелем, курицей.(со сметаной)	262/1998.	200(186/10/4)	4.540	7.350	10.947	126.354
3	Каша гречневая с курицей покупечески	ТТК	200 (160/40)	15.041	14.558	23.563	284.922
4	Хлеб пшеничный	ТПП	45	3.420	0.405	22.365	101.700
5	Компот из клубники с сахаром	54-1хн-2020	200(165/20/15)	0.100	0.000	15.930	65.450
<b>Итого за Обед:</b>			<b>705</b>				
<b>Итого за день:</b>			<b>1205</b>	<b>35,615</b>	<b>31,869</b>	<b>176,755</b>	<b>1124,625</b>
<b>Понедельник 2 неделя</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Сыр п/твердых сортов порционный	54-1з-2020	10	2.680	2.730	0.000	36.100
2	Каша пшеничная на свежем цельном молоке с маслом	548/1/1998г.	200(195/5)	9.447	6.784	43.418	266.087
3	Соус клубничный*	1090/98.	10	0.019	0.000	4.174	17.024
4	Хлеб пшеничный	ТПП	40	3.040	0.360	19.880	90.400
5	Чай с лимоном, с сахаром	54/3гн/2020	200(186/7/7)	0.263	0.000	7.265	31.828
6	Булочка обсыпная	Товар пром.производства	50	0.000	0.000	0.000	0.000
<b>Итого за Завтрак:</b>			<b>510</b>				
<b>Обед</b>							
1	Закуска овощная с чесноком	198/1998	60	1.292	5.730	7.985	88.014
2	Щи из свеж капусты, с картофелем и мясом(со сметаной)	282/3/1998.	200(185/10/5)	3.959	6.610	9.114	108.987
3	Печень по-строгановски	748/3/1998.	90(45/45)	11.997	11.655	6.443	179.749
4	Макаронные изделия отварные с маслом*	940/2/1998.	150(147/3)	5.514	2.824	35.227	188.533
5	Хлеб пшеничный	ТПП	80	2.280	0.270	14.910	67.800
6	Напиток лимонный	699/2004г.	200	0.344	0.000	24.501	102.716
<b>Итого за Обед:</b>			<b>730</b>				
<b>Итого за день:</b>			<b>1240</b>	<b>40,836</b>	<b>36,963</b>	<b>172,917</b>	<b>1176,24</b>





<b>Вторник 2 неделя</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Сыр п/твердых сортов порционный	54-1з-2020	10	2,680	2,730	0,000	36,100
2	Соус абрикосовый с/м*	1087/98.	10	0,000	0,000	1,996	7,980
3	Каша молочная Дружба с маслом (жидкая)	548/1/1998г.	250(245/5)	7,914	7,847	46,231	288,167
4	Хлеб пшеничный	ТПП	50	3,800	0,450	24,850	113,000
5	Чай с сахаром	54-2гн-2020	200(193/7)	0,200	0,000	7,055	29,448
<b>Итого за Завтрак:</b>			<b>520</b>				
<b>Обед</b>							
1	Салат из свеклы отварной	54-13з	60	0,968	2,997	6,152	54,311
2	Суп гороховый с мясом	306/3/1998.	200(190/10)	7,176	6,254	16,390	147,188
3	Рыба тушеная в томате с овощами (филе горбуши)*	640/3/1998.	90(45/45)	12,028	8,635	4,292	142,665
4	Рис отварной с маслом	934/3/1998.	150(147/3)	3,736	2,705	39,275	196,393
5	Хлеб пшеничный	ТПП	50	3,800	0,450	24,850	113,000
6	Компот из сухофруктов*	1113/3/98	200(185/15)	0,640	0,000	28,570	114,450
<b>Итого за Обед:</b>			<b>760</b>				
<b>Итого за день:</b>			<b>1270</b>	<b>42,94</b>	<b>32,068</b>	<b>199,661</b>	<b>1242,702</b>
<b>Среда 2 неделя</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Огурец соленый	ТПП	60	0,000	0,000	1,800	7,200
2	Омлет с отварным картофелем	275/2018	185(120/60/5)	11,856	19,121	15,907	280,256
3	Хлеб пшеничный	ТПП	60	4,560	0,540	29,820	135,600
4	Чай с черникой с сахаром	54-13гн-2020	200(178/12/10)	0,200	0,000	10,049	41,418
<b>Итого за Завтрак:</b>			<b>505</b>				
<b>Обед</b>							
1	Закуска овощная из Белокочанной капусты	130/3/1998.	60	0,964	3,005	6,124	54,914
2	Суп из овощей с мясными фрикадельками*	54-5с	200(185/15)	5,189	3,753	18,596	124,917
3	Гуляш из говядины	827/3/98.	90(45/45)	13,268	14,675	6,180	203,256
4	Картофельное пюре на свежем молоке с маслом	946/2/1998.	150(148/4)	3,212	3,602	25,895	143,115
5	Хлеб пшеничный	ТПП	40	3,040	0,360	19,880	90,400
6	Компот из кураги*	1113/3/98г.	200(185/19/14)	0,988	0,000	26,493	107,540
<b>Итого за Обед:</b>			<b>740</b>				
<b>Итого за день:</b>			<b>1245</b>	<b>43,277</b>	<b>45,056</b>	<b>160,744</b>	<b>1188,616</b>
<b>Четверг 2 неделя</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Салат яблочно-морковный	156/2011	60	0,451	1,706	7,614	47,114
2	Запеканка из творога	620/3/1998.	140	23,879	17,253	19,979	335,110
3	Соус клубничный*	1090/98.	40	0,076	0,000	16,698	68,096
4	Хлеб пшеничный	ТПП	60	4,560	0,540	29,820	135,600
5	Чай с малиной с сахаром	54-13гн-2020	200(173/15/12)	0,318	0,000	13,394	55,533
<b>Итого за Завтрак:</b>			<b>500</b>				
<b>Обед</b>							
1	Маринад овощной с томатом*	1070/3/1998.	60	1,055	6,030	6,585	84,371
2	Щи из свеж капусты, с картофелем, курицей(со сметаной)	282/3/1998.	200(185/10/5)	3,837	6,938	8,985	112,095
3	Каша гречневая с курицей покупечески	ТТК	225 (180/45)	16,922	16,378	26,509	320,538
4	Хлеб пшеничный	ТПП	60	4,560	0,540	29,820	135,600
5	Компот из клубники с сахаром	54-1хн-2020	200(165/20/15)	0,100	0,000	15,930	65,450
<b>Итого за Обед:</b>			<b>745</b>				
<b>Итого за день:</b>			<b>1245</b>	<b>56,768</b>	<b>49,385</b>	<b>175,334</b>	<b>1359,507</b>
<b>Пятница 2 неделя</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Соус абрикосовый*	1087/98.	40	0,229	0,000	28,852	107,728
2	Запеканка рисовая с яблоками	245/2018	200	6,413	6,681	47,273	275,370
3	Хлеб пшеничный	ТПП	60	4,560	0,540	29,820	135,600
4	Йогуртный продукт фасованный	ТПП	95(1/95)	2,300	2,500	18,600	100,000
5	Чай с сахаром	54-2гн-2020	200(193/7)	0,200	0,000	7,055	29,448
<b>Итого за Завтрак:</b>			<b>695</b>				
<b>Обед</b>							
1	Икра кабачковая порционная	ТПП	60	1,200	5,400	5,160	73,200
2	Свекольник на курином бульоне(со сметаной)	95/2018.	200(196/4)	4,447	7,845	15,757	148,813
3	Курица тушеная с морковью (филе курицы)*	303/2011	90(36/20/35)	10,214	14,830	4,752	193,013
4	Макаронные изделия отварные с маслом*	940/2/1998.	150(146/4)	5,485	3,544	35,000	193,893
5	Хлеб пшеничный	ТПП	30	2,280	0,270	14,910	67,800
6	Компот из сухофруктов*	1113/3/98	200(185/15)	0,640	0,000	28,570	114,450
<b>Итого за Обед:</b>			<b>730</b>				
<b>Итого за день:</b>			<b>1325</b>	<b>37,968</b>	<b>41,61</b>	<b>231,749</b>	<b>1439,415</b>





Суббота 2 неделя Завтрак							
1	Каша молочная манная с яблоком и мюсли	548/2/1998	250 (240/5/5)	7.995	6.500	48.823	286.525
2	Хлеб пшеничный	ТПП	55	4.180	0.495	27.335	124.300
3	Чай с лимоном, с сахаром	1204/1998.	200(181/15/4)	0.238	0.000	15.159	62.728
<b>Итого за Завтрак:</b>			<b>505</b>				
Обед							
1	Салат из свеклы отварной	54-13з	60	0.988	2.997	6.152	54.311
2	Суп картофельный с курицей	247/2022	200(190/10)	4.600	4.573	19.318	132.299
3	Капуста тушеная с мясом	440/3/1998.	175(150/25)	10.411	15.396	17.601	245.804
4	Хлеб пшеничный	ТПП	65	4.940	0.585	32.305	146.900
5	Компот клюквенный с сахаром*	54-1жн-2020	200(165/20/15)	0.100	0.000	15.830	65.450
<b>Итого за Обед:</b>			<b>700</b>				
<b>Итого за день:</b>			<b>1205</b>	<b>33,43</b>	<b>30,546</b>	<b>182,623</b>	<b>1118,111</b>
<b>Итого за период:</b>			<b>14995</b>	<b>506,351</b>	<b>465,103</b>	<b>2265,287</b>	<b>15055,013</b>
<b>СООТНОШЕНИЕ:</b>				<b>1</b>	<b>0,918</b>	<b>4,473</b>	

