

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "Новая Сибирь"

Согласовано:

Директор БОУ г. Омска "СОШ №44 им. А.В. Салугина"

Степаненко А.Н.

Ремыга М.А.

Меню завтраков и обедов для учащихся с ОВЗ
для БОУ г. Омска "СОШ №44 им. А.В. Салугина"
с 09.01.2025 года

		Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
Понедельник							
1 неделя							
Завтрак							
1	Колбасные изделия отварные с маслом	715/1998	105(100/5)	12.040	33.625	2.065	339.050
2	Макароны отварные с сыром, с маслом	206/2/2011	185(170/10/5)	9.467	7.334	42.013	272.978
3	Хлеб пшеничный	ТПП	60	4.560	0.540	29.820	135.600
4	Чай с лимоном, с сахаром	54/3гн/2020	200(186/7/7)	0.263	0.000	7.265	31.828
Итого за Завтрак:			550				
Обед							
1	Закуска овощная с чесноком	198/1998	100	2.153	9.551	13.309	146.690
2	Суп картофельный с курицей	247/2022	250(240/10)	5.140	5.098	24.376	158.228
3	Каша гречневая с мясом по-купечески	ТТК	245(200/45)	18.777	15.618	30.539	330.922
4	Хлеб пшеничный	ТПП	80	6.080	0.720	39.760	180.800
5	Компот из кураги*	1113/3/98г.	200(185/19/14)	0.988	0.000	26.493	107.540
Итого за Обед:			875				
Итого за день:			1425	59,468	72,486	215,64	1703,636
Вторник							
1 неделя							
Завтрак							
1	Огурец соленый	ТПП	40	0.000	0.000	1.200	4.800
2	Плов с курицей(филе курицы)*	893/2/1998	250(200/50)	17.893	21.692	54.004	482.381
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
Итого за Завтрак:			550				
Обед							
1	Закуска овощная из белокачанной капусты	130/3/1998	100	1.550	5.005	9.951	90.292
2	Борщ с капустой и картофелем, мясом (со сметаной)	262/1998	265(250/10/5)	4.741	7.941	14.762	145.986
3	Жаркое из курицы(филе птицы)	820/3/1998	240(200/40)	13.343	18.775	28.198	328.619
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
Итого за Обед:			865				
Итого за день:			1415	47,487	54,493	203,38	1467,176
Среда							
1 неделя							
Завтрак							
1	Картофельное пюре на свежем молоке с маслом	946/2/1998	180(176/4)	3.859	3.746	31.136	166.795
2	Котлета из говядины запеченая в сметанном соусе	841/3/1998	120(90/30)	14.193	18.458	16.163	280.441
3	Хлеб пшеничный	ТПП	80	6.080	0.720	39.760	180.800
4	Чай с черникой с сахаром	54-13гн-2020	200(178/12/10)	0.200	0.000	10.049	41.418
Итого за Завтрак:			580				
Обед							
1	Салат из свеклы отварной	54-13з	100	1.614	4.995	10.253	90.518
2	Суп гороховый с мясом	306/3/1998	263(250/13)	9.400	8.195	21.560	193.190
3	Рыба тушеная в томате с овощами(филе горбуши)*	640/3/1998	100(50/50)	13.362	9.594	4.770	158.515
4	Рис отварной с маслом	934/3/1998	180(177/3)	4.484	2.812	47.192	232.018
5	Хлеб пшеничный	ТПП	80	6.080	0.720	39.760	180.800
6	Компот вишневый с сахаром*	54-1хн-2020	200(170/20/10)	0.160	0.000	12.240	49.700
Итого за Обед:			923				
Итого за день:			1503	59,432	49,24	232,883	1574,195



Четверг 1 неделя							
Завтрак							
1	Тефтели(г/к) тушеные в сметанном соусе с томатом	848/3/1998.	120(90/30)	13.012	22.046	16.644	313.603
2	Гречка отварная с маслом	931/3/1998.	180(176/4)	10.277	5.583	46.481	276.881
3	Хлеб пшеничный	ТПП	60	4.560	0.540	29.820	135.600
4	Чай с малиной с сахаром	54-13гн-2020	200(178/12 /10)	0.296	0.000	11.129	46.338
Итого за Завтрак:			560				
Обед							
1	Кукуруза порционная	ТПП	100	2.200	0.400	14.700	68.000
2	Щи из свеж капусты, с картофелем и мясом(со сметаной)	282/3/1998.	250(240/5/5)	3.234	6.778	11.543	117.417
3	Курица тушеная в сметанном соусе (филе курицы)*	303/2011	100(50/50)	14.803	20.776	7.926	277.266
4	Макаронные изделия отварные с маслом	940/2/1998.	180(177/3)	6.644	2.957	42.466	223.238
5	Хлеб пшеничный	ТПП	50	3.800	0.450	24.850	113.000
6	Компот из кураги*	1113/3/98г.	200(185/19 /14)	0.988	0.000	26.493	107.540
Итого за Обед:			880				
Итого за день:			1440	59,814	59,53	232,052	1678,883
Пятница 1 неделя							
Завтрак							
1	Котлета куриная тушеная в томатном соусе	904/3/1998	120(90/30)	14.365	15.856	15.397	260.352
2	Пюре гороховое с маслом	563/1998	180(175/5)	20.072	5.019	41.959	293.470
3	Хлеб пшеничный	ТПП	50	3.800	0.450	24.850	113.000
4	Чай с сахаром	54-2гн-2020	200(193/7)	0.200	0.000	7.055	29.448
Итого за Завтрак:			550				
Обед							
1	Салат овощной с яблоком	56/2017	100	1.091	2.810	8.278	61.798
2	Суп картофельный с макаронными изделиями и фрикадельками*	307/3/1998	250(235/15)	6.343	4.084	23.569	152.821
3	Плов с курицей(филе курицы)	893/2/1998	240(200/40)	17.875	21.673	54.003	482.140
4	Хлеб пшеничный	ТПП	50	3.800	0.450	24.850	113.000
5	Компот из сухофруктов*	1113/3/98	200(185/15 /4)	0.640	0.000	28.570	114.450
Итого за Обед:			840				
Итого за день:			1390	68,186	50,342	228,531	1620,479
Суббота 1 неделя							
Завтрак							
1	Гуляш из говядины	827/3/98.	100(50/50)	14.742	16.306	6.866	225.840
2	Картофель отварной, с маслом	423/3/1998	180(175/5)	3.657	3.806	35.689	183.142
3	Хлеб пшеничный	ТПП	40	3.040	0.360	19.880	90.400
4	Пряник в индивидуальной упаковке	ТПП	30(1 шт.)	1.881	1.485	24.651	118.470
5	Чай с лимоном, с сахаром	1204/1998.	200(181/15 /4)	0.236	0.000	15.159	62.728
Итого за Завтрак:			550				
Обед							
1	Салат овощной с яблоком	56/2017	100	1.091	2.810	8.278	61.798
2	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне (со сметаной)	262/1998.	250 (247/3)	5.095	9.455	13.979	159.489
3	Каша гречневая с курицей по-купечески	ТТК	240 (200/40)	16.308	15.677	29.358	323.135
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
Итого за Обед:			850				
Итого за день:			1400	50,71	50,439	199,61	1426,052
Понедельник 2 неделя							
Завтрак							
1	Колбасные изделия отварные с маслом	715/1998.	105(100/5)	12.040	33.625	2.065	339.050
2	Макаронны отварные с сыром, с маслом	206/2/2011	185(170/10 /5)	9.467	7.334	42.013	272.978
3	Хлеб пшеничный	ТПП	60	4.580	0.540	29.820	135.600
4	Чай с лимоном, с сахаром	54/3гн/2020	200(186/7/7)	0.263	0.000	7.265	31.828
Итого за Завтрак:			550				
Обед							
1	Закуска овощная с чесноком	198/1998	100	2.153	9.551	13.309	146.690
2	Щи из свеж капусты, с картофелем и мясом(со сметаной)	282/3/1998.	250(240/5/5)	3.234	6.778	11.543	117.417
3	Печень по-строгановски	748/3/1998	100(50/50)	13.330	12.950	7.159	198.610
4	Макаронные изделия отварные с маслом	940/2/1998.	180(177/3)	6.644	2.957	42.466	223.238
5	Хлеб пшеничный	ТПП	50	3.800	0.450	24.850	113.000
6	Компот из клубники с сахаром	54-1хн-2020	200(165/20 /15)	0.100	0.000	15.930	65.450
Итого за Обед:			880				
Итого за день:			1430	55,591	74,185	196,42	1643,861



Вторник 2 неделя							
Завтрак							
1	Котлета куриная тушеная в томатном соусе	904/3/1998	120(90/30)	14.365	15.856	15.397	260.352
2	Гречка отварная с маслом	931/3/1998	180(176/4)	10.277	5.583	46.481	276.881
3	Хлеб пшеничный	ТПП	50	3.800	0.450	24.850	113.000
4	Чай с сахаром	54-2гн-2020	200(193/7)	0.200	0.000	7.055	29.448
Итого за Завтрак:			550				
Обед							
1	Салат из свеклы отварной	54-13з	100	1.614	4.995	10.253	90.516
2	Суп гороховый с мясом	306/3/1998	263(250/13)	9.400	8.195	21.560	193.190
3	Рыба тушеная в томате с овощами(филе горбуши)*	640/3/1998	100(50/50)	13.362	9.594	4.770	158.515
4	Рис отварной с маслом	934/3/1998	180(177/3)	4.484	2.812	47.192	232.018
5	Хлеб пшеничный	ТПП	40	3.040	0.360	19.880	90.400
6	Компот из сухофруктов*	1113/3/98	200(185/15)	0.640	0.000	28.570	114.450
Итого за Обед:			883				
Итого за день:			1433	61,182	47,845	226,008	1558,772
Среда 2 неделя							
Завтрак							
1	Плов с курицей(филе курицы)*	893/2/1998	280(240/40)	16.485	20.988	64.612	512.823
2	Огурец соленый	ТПП	20	0.000	0.000	0.600	2.400
3	Хлеб пшеничный	ТПП	60	4.560	0.540	29.820	135.600
4	Чай с лимоном, с сахаром	1204/1998	200(178/15/7)	0.263	0.000	15.249	63.748
Итого за Завтрак:			560				
Обед							
1	Закуска овощная из белокочанной капусты	130/3/1998	100	1.550	5.005	9.951	90.292
2	Суп из овощей на курином бульоне	54-5с	250	5.263	6.283	21.237	157.797
3	Гуляш из говядины	827/3/98	100(50/50)	14.742	16.306	6.866	225.840
4	Картофельное пюре на свежем молоке с маслом	946/2/1998	180(176/4)	3.859	3.746	31.136	166.795
5	Хлеб пшеничный	ТПП	80	6.080	0.720	39.760	180.800
6	Компот из кураги*	1113/3/98г	200(185/19/14)	0.988	0.000	26.493	107.540
Итого за Обед:			910				
Итого за день:			1470	53,79	53,588	245,724	1643,635
Четверг 2 неделя							
Завтрак							
1	Тефтели с томатным соусом	848/3/1998	120(90/30)	12.629	21.251	17.354	305.217
2	Картофель отварной, с маслом	423/3/1998	180(175/5)	3.657	3.806	35.689	183.142
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
Итого за Завтрак:			560				
Обед							
1	Маринад овощной с томатом*	1070/3/1998	100	1.759	10.050	10.975	140.617
2	Щи из свеж капусты, с картофелем, курицей(со сметаной)	282/3/1998	250(235/10/5)	4.245	7.946	11.347	131.791
3	Каша гречневая с курицей покупечески	ТТК	250(200/50)	18.802	18.197	29.454	356.152
4	Хлеб пшеничный	ТПП	80	6.080	0.720	39.760	180.800
5	Компот из клубники с сахаром	54-1хн-2020	200(165/20/15)	0.100	0.000	15.930	65.450
Итого за Обед:			880				
Итого за день:			1440	52,032	62,51	197,384	1528,217
Пятница 2 неделя							
Завтрак							
1	Котлета куриная тушеная в томатном соусе	904/3/1998	120(90/30)	14.365	15.856	15.397	260.352
2	Рис отварной с маслом	934/3/1998	180(177/3)	4.484	2.812	47.192	232.018
3	Хлеб пшеничный	ТПП	50	3.800	0.450	24.850	113.000
4	Чай с сахаром	54-2гн-2020	200(193/7)	0.200	0.000	7.055	29.448
Итого за Завтрак:			550				
Обед							
1	Икра кабачковая порционная	ТПП	100	2.000	9.000	8.600	122.000
2	Свекольник на курином бульоне(со сметаной)	95/2018	250(246/4)	5.553	9.642	19.743	184.672
3	Курица тушеная с морковью (филе курицы)*	303/2011	100(40/20/40)	11.007	15.990	5.085	207.971
4	Макаронные изделия отварные с маслом	940/2/1998	180(177/3)	6.644	2.957	42.466	223.238
5	Хлеб пшеничный	ТПП	40	3.040	0.360	19.880	90.400
6	Компот из сухофруктов*	1113/3/98	200(185/15)	0.640	0.000	28.570	114.450
Итого за Обед:			870				
Итого за день:			1420	51,733	57,067	218,838	1577,549



