

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "Новая Сибирь"
 Степаненко А.Н.

Согласовано:

Директор БОУ г. Омска "СОШ №44 им. А.В. Салугин"
 Ремыга М.А.

Меню завтраков и обедов для учащихся мобилизованных граждан
 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 | Сыр п/твердых сортов порционный | 54-13-2020 | 10 | 2 680 | 2 730 | 0 000 | 36 100 |
| 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 | 60 | 4 560 | 0 540 | 29 820 | 135 600 |
| 4 | Печенье | ТПП | 30 | 2 070 | 3 690 | 19 560 | 137 400 |
| 5 | 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 | 225 (180/45) | 18 144 | 15 059 | 27 642 | 311 815 |
| 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 |
| Итого за Обед: | | | 825 | 48,098 | 43,83 | 222,07 | 1466,528 |
| Итого за день: | | | 1375 | | | | |
| Вторник | | | | | | | |
| 1 неделя | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 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 | Соус клубничный* | 1090/98. | 30 | 0 057 | 0 000 | 12 523 | 51 072 |
| 4 | Хлеб пшеничный | ТПП | 60 | 4 560 | 0 540 | 29 820 | 135 600 |
| 5 | Какао со свежим цельным молоком | 382/2011 | 200 | 3 872 | 3 100 | 20 178 | 125 410 |
| Итого за Завтрак: | | | 550 | | | | |
| Обед | | | | | | | |
| 1 | Закуска овощная из белокачанной калусты | 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 | 39,023 | 49,856 | 213,453 | 1434,559 |
| Итого за день: | | | 1415 | | | | |
| Среда | | | | | | | |
| 1 неделя | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 1 | Запеканка творожная с морковью | 238/2/2011 | 150 | 16 206 | 14 343 | 27 525 | 306 670 |
| 2 | Молоко сгущенное* | 1087/98. | 15 | 1 080 | 1 275 | 8 400 | 49 200 |
| 3 | Хлеб пшеничный | ТПП | 60 | 4 560 | 0 540 | 29 820 | 135 600 |
| 4 | Хлеб пшеничный | 200(178/12/10) | 200 | 0 200 | 0 000 | 10 049 | 41 418 |
| 5 | Чай с черникой с сахаром | 54-13гн-2020 | 10 | 0 600 | 0 000 | 16 950 | 69 000 |
| 6 | Фрукт свежий: Яблоко | ТПП | 150 | | | | |
| Итого за Завтрак: | | | 575 | | | | |
| 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 | 634/3/1998 | 180(177/3) | 4 484 | 2 812 | 47 192 | 202 018 |
| 5 | Хлеб пшеничный | ТПП | 60 | 4 560 | 0 540 | 29 820 | 135 600 |
| 6 | Напиток лимонный | 699/2004г. | 200 | 0 344 | 0 000 | 24 501 | 102 718 |
| Итого за Обед: | | | 903 | 56,41 | 42,294 | 230,84 | 1514,447 |
| Итого за день: | | | 1478 | | | | |

| Четверг 1 неделя | | | | | | | |
|---------------------------------|---|--------------|----------------|---------------|---------------|----------------|-----------------|
| Завтрак | | | | | | | |
| 1 | Сыр п/твердых сортов порционный | 54-13-2020 | 10 | 2.680 | 2.730 | 0.000 | 36.100 |
| 2 | Каша молочная пшеничная с маслом | 548/1/1998г. | 250(245/5) | 8.662 | 7.817 | 47.374 | 295.352 |
| 3 | Изюм (порциями) | 82/2018 | 10 | 0.180 | 0.000 | 7.090 | 27.600 |
| 4 | Хлеб пшеничный | ТПП | 60 | 4.560 | 0.540 | 29.820 | 135.600 |
| 5 | Печенье | ТПП | 25 | 1.784 | 3.180 | 16.855 | 118.398 |
| 6 | Чай с малиной с сахаром | 54-13гн-2020 | 200(178/12/10) | 0.296 | 0.000 | 11.129 | 46.338 |
| Итого за Завтрак: | | | 555 | | | | |
| 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 | 940/3/1998. | 180(176/4) | 6.605 | 3.677 | 42.182 | 228.425 |
| 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 |
| Итого за Обед: | | | 870 | | | | |
| Итого за день: | | | 1425 | 49.032 | 46.258 | 234.992 | 1548,436 |
| Пятница 1 неделя | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 1 | Горошек зеленый порционный | ТПП | 35 | 1.085 | 0.070 | 2.485 | 14.350 |
| 2 | Омлет с отварным картофелем | 275/2018 | 255(140/110/5) | 14.713 | 21.748 | 27.294 | 358.309 |
| 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 | 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 | 60 | 4.560 | 0.540 | 29.820 | 135.600 |
| 5 | Компот из сухофруктов* | 1113/3/98 | 200(190/10) | 0.657 | 0.000 | 23.948 | 95.977 |
| Итого за Обед: | | | 850 | | | | |
| Итого за день: | | | 1400 | 51,084 | 51,465 | 206,272 | 1466,043 |
| Суббота 1 неделя | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 1 | Каша молочная Дружба с маслом (жидкая) | 548/1/1998г. | 250(245/5) | 7.914 | 7.847 | 46.231 | 288.167 |
| 2 | Соус абрикосовый* | 1087/98. | 40 | 0.229 | 0.000 | 26.852 | 107.728 |
| 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 | Салат овощной с яблоком | 56/2017 | 100 | 1.091 | 2.810 | 8.278 | 61.798 |
| 2 | Борщ с капустой и картофелем, курицей (со сметаной) | 262/1998. | 250(230/15/5) | 6.335 | 9.827 | 13.566 | 165.881 |
| 3 | Каша гречневая с курицей покупчески | ТТК | 240 (200/40) | 16.308 | 15.677 | 29.358 | 323.135 |
| 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 |
| Итого за Обед: | | | 835 | | | | |
| Итого за день: | | | 1385 | 40,22 | 37,106 | 199,665 | 1281,287 |
| Понедельник 2 неделя | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 1 | Сыр п/твердых сортов порционный | 54-13-2020 | 10 | 2.680 | 2.730 | 0.000 | 36.100 |
| 2 | Каша пшеничная на свежем цельном молоке с маслом | 548/1/1998г. | 250(245/5) | 11.859 | 7.594 | 54.534 | 325.841 |
| 3 | Соус клубничный* | 1090/98. | 30 | 0.057 | 0.000 | 12.523 | 51.072 |
| 4 | Хлеб пшеничный | ТПП | 60 | 4.560 | 0.540 | 29.820 | 135.600 |
| 5 | 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 | 30 | 2.280 | 0.270 | 14.910 | 67.800 |
| 6 | Напиток лимонный | 699/2004г. | 200 | 0.344 | 0.000 | 24.501 | 102.718 |
| Итого за Обед: | | | 860 | | | | |
| Итого за день: | | | 1410 | 47,404 | 43,37 | 218,03 | 1436,914 |



| Вторник 2 неделя | | | | | | | |
|-----------------------------|--|--------------|----------------|---------------|---------------|----------------|-----------------|
| Завтрак | | | | | | | |
| 1 | Сыр п/твердых сортов порционный | 54-1з-2020 | 10 | 2,680 | 2,730 | 0,000 | 36,100 |
| 2 | Соус абрикосовый* | 1087/98 | 40 | 0,229 | 0,000 | 28,852 | 107,728 |
| 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 | 60 | 4,560 | 0,540 | 29,820 | 135,800 |
| 5 | Чай с сахаром | 54-2гн-2020 | 200(193/7) | 0,200 | 0,000 | 7,055 | 29,448 |
| Итого за Завтрак: | | | 560 | | | | |
| 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 | 50 | 3,800 | 0,450 | 24,850 | 113,000 |
| 6 | Компот из сухофруктов* | 1113/3/98 | 200(185/15) | 0,840 | 0,000 | 28,570 | 114,450 |
| Итого за Обед: | | | 893 | | | | |
| Итого за день: | | | 1453 | 48,883 | 37,163 | 247,153 | 1498,734 |
| Среда 2 неделя | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 1 | Огурец соленый | ТПП | 40 | 0,000 | 0,000 | 1,200 | 4,800 |
| 2 | Омлет со стручковой фасолью | 275/2018 | 200(143/52/5) | 14,015 | 21,540 | 5,087 | 269,555 |
| 3 | Хлеб пшеничный | ТПП | 60 | 4,560 | 0,540 | 29,820 | 135,800 |
| 4 | Печенье | ТПП | 50 | 3,450 | 6,150 | 32,600 | 229,000 |
| 5 | Чай с черникой с сахаром | 54-13гн-2020 | 200(178/12/10) | 0,200 | 0,000 | 10,049 | 41,418 |
| Итого за Завтрак: | | | 550 | | | | |
| Обед | | | | | | | |
| 1 | Закуска овощная из белокачанной капусты | 130/3/1998 | 100 | 1,550 | 5,005 | 9,951 | 90,292 |
| 2 | Суп из овощей с мясными фрикадельками (с) | 54-5с | 250(235/15) | 5,572 | 5,246 | 22,259 | 151,946 |
| 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(177/3) | 3,872 | 3,026 | 31,299 | 160,982 |
| 5 | Хлеб пшеничный | ТПП | 40 | 3,040 | 0,360 | 19,880 | 90,400 |
| Итого за Обед: | | | 670 | | | | |
| Итого за день: | | | 1220 | 51,001 | 58,173 | 169,011 | 1399,833 |
| Четверг 2 неделя | | | | | | | |
| Обед | | | | | | | |
| 1 | Компот из кураги* | 1113/3/98г. | 200(185/19/14) | 0,988 | 0,000 | 26,493 | 107,540 |
| Итого за Обед: | | | 200 | | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 1 | Салат яблочно-морковный | 156/2011 | 100 | 0,752 | 2,843 | 12,691 | 78,524 |
| 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 | Пряники | ТПП | 50 | 2,850 | 2,250 | 37,350 | 179,500 |
| 6 | Чай с малиной с сахаром | 54-13гн-2020 | 200(178/12/10) | 0,296 | 0,000 | 11,129 | 46,338 |
| Итого за Завтрак: | | | 590 | | | | |
| 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 покупчески | 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 |
| Итого за Обед: | | | 835 | | | | |
| Итого за день: | | | 1625 | 60,987 | 57,8 | 248,741 | 1744,704 |
| Пятница 2 неделя | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 1 | Соус абрикосовый* | 1087/98 | 40 | 0,229 | 0,000 | 26,852 | 107,728 |
| 2 | Запеканка рисовая с яблоками | 245/2018 | 250 | 8,017 | 8,351 | 59,092 | 344,213 |
| 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 | 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 | 223,236 |
| 5 | Хлеб пшеничный | ТПП | 30 | 2,280 | 0,270 | 14,910 | 67,800 |
| 6 | Компот из сухофруктов* | 1113/3/98 | 200(185/15) | 0,840 | 0,000 | 28,570 | 114,450 |
| Итого за Обед: | | | 860 | | | | |
| Итого за день: | | | 1410 | 41,13 | 46,75 | 242,193 | 1637,12 |



| Суббота 2 неделя | | | | | | | |
|--------------------------|---|-------------|--------------------|----------------|---------------|-----------------|------------------|
| Завтрак | | | | | | | |
| 1 | Хлеб пшеничный | ТПП | 80 | 4.580 | 0.540 | 29.820 | 135.600 |
| 2 | Каша молочная манная с яблоком и маслом | 548/2/1998 | 250 (240/5/5) | 7.995 | 6.500 | 48.823 | 286.525 |
| 3 | Соус вишневый* | 1090/3/98 | 20 | 0.017 | 0.000 | 2.691 | 10.838 |
| 4 | Чай с лимоном, с сахаром | 54/3пн/2020 | 200(186/7/7) | 0.263 | 0.000 | 7.265 | 31.828 |
| 5 | Печенье | ТПП | 25 | 1.784 | 3.180 | 16.855 | 118.398 |
| Итого за Завтрак: | | | 555 | | | | |
| Обед | | | | | | | |
| 1 | Салат из свеклы отварной | 54-13з | 100 | 1.614 | 4.995 | 10.253 | 90.518 |
| 2 | Калуста тушеная с мясом | 440/3/1998 | 225(200/25) | 11.808 | 17.862 | 23.189 | 294.443 |
| 3 | Суп картофельный с курицей | 247/2022 | 250(240/10) | 5.140 | 5.098 | 24.376 | 158.228 |
| 4 | Хлеб пшеничный | ТПП | 50 | 3.800 | 0.450 | 24.850 | 113.000 |
| 5 | Комлот клюквенный с сахаром* | 54-1хн-2020 | 200(165/20/ 15) | 0.100 | 0.000 | 15.930 | 65.450 |
| Итого за Обед: | | | 825 | | | | |
| Итого за день: | | | 1380 | 36,881 | 38,625 | 204,052 | 1304,828 |
| ИТОГО ЗА ПЕРИОД: | | | 16976 | 570,153 | 552,69 | 2636,472 | 17833,433 |
| СООТНОШЕНИЕ: | | | | 1 | 0,969 | 4,626 | |

