

Утверждаю
 ИП Степаненко Г.В.
 Г.В. Степаненко/
 03.02.2025

Согласовано
 Директор БОУ г. Омска
 [Подпись]

**Цикличное меню горячих завтраков
 для обучающихся 5-х-11-х классов на 2025 год**

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углево ды	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	Ккал.
Понедельник, 1 неделя						
Завтрак						
177/2015/CP	Каша вязкая молочная с маслом	200	8,13	12,48	33,55	285,84
421-2015/CP/Пром	Выпечное, (кондитерское) изделие	50	3,88	4,36	23,55	131,00
Пром	Фрукт свежий*	100	0,4	0,4	9,8	44,4
54-4гн-2022/CP	Чай с молоком и сахаром	200	1,55	1,14	8,60	50,90
Пром	Хлебобулочные изделия в ассортименте	45	3,42	0,36	22,14	105,50
Итого за Завтрак		595	17,38	18,74	97,64	617,64
Вторник, 1 неделя						
Завтрак						
715/1998/CP	Сосиска отварная, (мясное блюдо)	50	5,17	10,52	0,18	116,10
54-4з-2022/CP	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,57	7,61	43,12	280,5
54-20з-2022/CP	Овощное блюдо	50	0,85	0,05	1,75	11,05
54-2гн-2022/CP	Чай с сахаром	200	0,19	0,04	6,42	26,80
Пром.	Хлебобулочные изделия в ассортименте	70	5,32	0,56	34,44	164,08
Итого за Завтрак		550	21,1	18,78	85,91	598,53
Среда, 1 неделя						
Завтрак						
893/2/1998/CP	Плов из курицы (филе)	250	14,31	17,35	41,2	385,91
410-2015/CP/Пром	Выпечное, (кондитерское) изделие	50	3,88	4,36	23,55	131,0
54-3гн-2022/CP	Чай с лимоном с сахаром	200	0,25	0,05	6,61	27,90
Пром	Хлебобулочные изделия в ассортименте	55	3,80	0,40	24,60	117,20
Итого за Завтрак		555	22,24	22,16	95,96	662,01
Четверг, 1 неделя						
Завтрак						
54-4т-2022/CP	Пудинг из творога с яблоками	130	19,83	9,39	13,31	217,10
1086/1998/CP	Соус (сироп) фруктово-ягодный, шоколадный, сгущенное молоко	70	0,25	0,00	31,33	125,67
54-13гн-2022/CP	Чай фруктово-ягодный с сахаром	200	0,30	0,00	11,41	47,30
Пром	Фрукт свежий*	100	0,4	0,4	9,8	44,4
Пром	Хлебобулочные изделия в ассортименте	50	3,80	0,40	24,60	128,92
Итого за Завтрак		550	24,58	10,19	86,37	547,39

Пятница, 1 неделя						
	Завтрак					
54-23м-2020/CP	Биточек из курицы	100	19,09	4,32	13,37	168,7
940/2/1998/CP	Макаронны отварные с маслом	180	6,39	8,91	39,36	236,2
54-21з-2022/CP	Овощное блюдо	20	0,41	2,07	2,04	12,4
54-2гн-2022/CP	Чай с сахаром	200	0,19	0,04	6,42	26,80
Пром	Хлебобулочные изделия в ассортименте	50	3,80	0,40	24,60	117,20
	Итого за Завтрак	550	29,88	15,74	85,79	559,3
Суббота, 1 неделя						
	Завтрак					
54-1о-2020CP	Омлет натуральный на цельном молоке	180	12,68	17,98	3,25	225,50
54-21з-2022/CP	Овощное блюдо	30	0,85	0,05	0,92	6,63
410-2015/CP	Выпечное, (кондитерское) изделие	75	4,46	2,98	44,12	222,00
54-12гн-2022/CP	Чай фруктово-ягодный с сахаром	200	0,33	0,11	13	54,2
Пром	Хлебобулочные изделия в ассортименте	65	5,32	0,56	34,44	164,08
	Итого за Завтрак	550	23,61	21,57	90,06	649,51
Понедельник, 2 неделя						
	Завтрак					
175-2015/CP	Каша вязкая молочная с маслом	200	5,8	12,29	22,40	231,28
421-2015/CP/Пром	Выпечное, (кондитерское) изделие	50	3,88	4,36	23,55	131,0
Пром	Фрукт свежий*	100	0,4	0,4	9,8	44,4
54-3гн-2022/CP	Чай с лимоном с сахаром	200	0,25	0,05	6,61	27,90
Пром	Хлебобулочные изделия в ассортименте	50	3,80	0,40	24,60	117,20
	Итого за Завтрак	600	14,13	17,5	86,96	551,78
Вторник, 2 неделя						
	Завтрак					
715/1998/CP	Сосиска отварная, (мясное блюдо)	50	5,17	10,52	0,18	116,1
54-4з-2022/CP	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,57	7,61	43,12	280,5
54-2гн-2022/CP	Чай с сахаром	200	0,19	0,04	6,42	26,80
Пром	Хлебобулочные изделия в ассортименте	50	3,80	0,40	24,60	117,20
Пром	Фрукт свежий*	100	0,40	0,40	9,80	44,40
	Итого за Завтрак	580	19,13	18,97	84,12	596,72
Среда, 2 неделя						
	Завтрак					
893/2/1998CP	Плов из курицы (филе)	220	14,31	17,35	41,2	385,91
410-2015/CP	Выпечное, (кондитерское) изделие	50	3,88	4,36	23,55	131,0
54-12гн-2022/CP	Чай фруктово-ягодный с сахаром	200	0,33	0,11	13	54,2
Пром	Хлебобулочные изделия в ассортименте	80	6,08	0,64	39,36	187,5
	Итого за Завтрак	550	24,6	22,96	111,15	739,41
Четверг, 2 неделя						
	Завтрак					
54-23м-2020/CP	Биточек из курицы	100	19,09	4,32	13,37	168,7
54-10з-2020/CP	Картофель отварной в молоке	180	5,39	6,6	31,84	208,4

54-23з-2022/СР	Овощное блюдо	30	0,43	6,64	2,91	37,30
54-3гн-2022/СР	Чай с лимоном с сахаром	200	0,25	0,05	6,61	27,90
Пром	Хлебобулочные изделия в ассортименте	50	3,80	0,40	24,60	117,20
	Итого за Завтрак	560	28,96	18,01	79,33	559,5
	Пятница, 2 неделя					
	Завтрак					
303-2011/СР	Курица тушенная с морковью	110	10,53	8,40	5,91	269,32
940/2/1998/СР	Макароны отварные с маслом	180	6,39	8,91	39,36	236,2
54-2гн-2022/СР	Чай с сахаром	200	0,19	0,04	6,42	26,80
Пром	Хлебобулочные изделия в ассортименте	60	4,56	0,48	29,52	140,6
	Итого за Завтрак	550	21,67	17,83	81,21	672,92
	Суббота, 2 неделя					
	Завтрак					
54-4т-2022/СР	Пудинг из творога с яблоками	130	19,83	9,39	13,31	217,10
1086/1998/СР	Соус (сироп) фруктово-ягодный, шоколадный, сгущенное молоко	70	0,25	0,00	31,33	125,67
54-13гн-2022/СР	Чай фруктово-ягодный с сахаром	200	0,30	0,00	11,41	47,30
Пром	Фрукт свежий*	100	0,4	0,4	9,8	44,4
Пром	Хлебобулочные изделия в ассортименте	50	3,80	0,40	24,60	128,92
	Итого за Завтрак	550	24,58	10,19	86,37	547,39
	Средние показатели за период	560	20,25	21,18	89,15	621,69

Примечание:

1. Фрукты свежие, не допускается выдача резанных фруктов. Допускается увеличение выхода фруктов.
*Допускается замена фруктов свежих на йогурт в индивидуальной упаковке, сок фруктовый в индивидуальной упаковке.
2. Для приготовления молочной каши используется крупа пшеничная, пшеничная, ячневая, овсяные хлопья «Геркулес», манная, кукурузная, рисовая и т.д.
3. Все блюда, входящие в состав меню, могут быть заменены в соответствии с требованиями СанПиН 2.3/2.4.3590-20, объемно- планировочными решениями пищеблока учреждения, наличием необходимого технологического оборудования, по согласованию с Заказчиком

Литература (сборники рецептов):

- Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий [Текст] : Нормат. документация для предприятий обществ. питания / Сост. Румянцев А. В. - Москва : Дело и Сервис, 1998.
- Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях/ Могильный М.П., Тутельян Т.В. Издательство "Дели принт", Москва, 2011.
- Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий диетического питания. Для предприятий общественного питания/Лапшина В.Т, Издательство "Хлебпродинформ", Москва, 2002/04.
- Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий/Харченко Н.Э., Издательство "Академия", Москва, 2014.

- Новейший сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания/Климова М., Издательство "Дом славянской книги", Москва, 2016.
- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий, Издательство "ФБУН «Новосибирский НИИ гигиены» Роспотребнадзора", Новосибирск, 2020.
- Единый сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для образовательных учреждений/Перевалов А.Я., Издательство "УОРЦП", Пермь, 2018.
- Химический состав пищевых продуктов. Справочник под редакцией А.А. Покровского, Издательство "Пищевая промышленность", Москва, 1976.
- Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Сборник технических нормативов/Могильный М.П., Тутельян Т.В., Издательство "ДеЛи плюс", Москва, 2011/17.
- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий: Для предприятий обществ. питания/Авт.-сост. А.И. Здобнов, В.А. Цыганенко. - К.: ООО "Издательство Арий", М.: ИКТЦ "Лада", 2009.
- Сборник рецептур на продукцию общественного питания. Сборник технических нормативов 2-е издание дополненное и переработанное/Могильный М.П., Тутельян Т.В., Издательство "ДеЛи плюс", Москва, 2

Утверждаю
 ИП Степаненко Г.В.
 /Г.В. Степаненко/

Согласовано
 Директор БОУ г. Омска
 [Подпись]

**Цикличное меню горячих обедов
 для обучающихся 5-х–11-х классов на 2025 год**

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	Ккал.
Понедельник, 1 неделя						
Обед						
21/2015/CP	Салат из соленых огурцов с луком*	100	0,08	5,03	1,83	56
306/3/1998/CP	Суп гороховый с гречками на курином бульоне	250	9,9	8,41	32,0	249,57
893/2/1998/CP	Плов из курицы (филе)	220	14,31	17,35	39,2	385,91
54-1хн-2022/CP	Компот из смеси сухофруктов**	200	0,47	0,00	19,78	81,00
Пром	Хлебобулочные изделия в ассортименте	50	3,80	0,40	24,60	117,20
Итого за Обед		820	28,56	31,19	117,41	889,68
Вторник, 1 неделя						
Обед						
198-1998/CP	Закуска овощная с чесноком*	100	2,15	9,55	13,31	146,68
262/1998/CP	Борщ с капустой и картофелем, на курином бульоне со сметаной	250	4,8	8,6	11,24	160,12
54-23м-2020/CP	Биточек из курицы	100	19,09	4,32	13,37	168,7
940/2/1998/CP	Макаронны отварные с маслом	180	6,39	8,91	39,36	236,20
54-32хн-2022/CP	Компот из свежих яблок**	200	0,15	0,14	9,93	41,5
Пром	Хлебобулочные изделия в ассортименте	50	3,80	0,40	24,60	117,20
Итого за Обед		880	36,38	31,92	111,81	870,4
Среда, 1 неделя						
Обед						
54-23з-2022/CP	Маринад овощной с томатом*	100	1,5	8,9	9,7	124,5
307/3/1998/CP	Суп картофельный с макаронными изделиями, с мясом (курица)	250	3,75	4,33	17,94	126,86
303-2011/CP	Курица тушенная с морковью	110	10,53	8,40	5,91	269,32
934/3/1998/CP	Рис отварной	180	3,25	4,11	46,74	241,76
54-2хн-2022/CP	Компот из кураги**	200	0,98	0,05	15,64	66,90
Пром	Хлебобулочные изделия в ассортименте	50	3,80	0,40	24,60	117,20
Итого за Обед		890	23,81	26,19	120,53	946,54
Четверг, 1 неделя						
Обед						
ДП-бос-2024/CP	Салат из квашеной	100				

	капусты *		1,6	5,1	8,25	85,3
96/2015/CP	Рассольник Ленинградский, на курином бульоне, со сметаной	250	3,76	7,31	19,68	155,21
659/3,1998/CP	Рыба запеченная в сметанном соусе	100	19,0	22,0	5,5	295,6
946/3-1998/CP	Картофельное пюре	180	3,68	6,37	34,58	167,28
4-31хн-2022/CP	Компот из клубники**	200	0,09	0,00	7,23	29,30
Пром	Хлебобулочные изделия в ассортименте	50	3,80	0,40	24,60	117,20
	Итого за Обед	880	31,93	41,18	99,84	849,89
	Пятница, 1 неделя					
	Обед					
50/2015/CP	Салат из свеклы с сыром и чесноком*	100	1,75	5,21	9,23	88,97
282/3/1998//CP	Щи из свежей капусты и картофелем, на курином бульоне со сметаной	250	4,8	8,67	11,24	140,12
876/2-1998/CP	Макаронник с мясом с маслом	200	18,68	9,69	44,92	341,60
54-1хн-2022/CP	Компот из смеси сухофруктов**	200	0,47	0,00	19,78	81,00
Пром	Хлебобулочные изделия в ассортименте	50	3,80	0,40	24,60	117,20
	Итого за Обед	800	29,23	23,48	107,93	757,82
	Суббота, 1 неделя					
	Обед					
54-23з-2022/CP	Маринад овощной с томатом*	100	1,5	8,9	9,7	124,5
54-5с-2022/CP	Суп из овощей с фрикадельками мясными	250	10,8	7,6	17,4	181,1
54-22м-2022/CP	Рагу из курицы	250	31,4	10,6	26,3	326
54-9хн-2022/CP	Компот из облепихи**	200	0,2	1	7,4	39
Пром	Хлебобулочные изделия в ассортименте	80	5,3	1,0	31,7	156,5
	Итого за Обед	880	47,7	28,5	92,5	827,1
	Понедельник, 2 неделя					
	Обед					
198/1998/CP	Закуска овощная *	100	1,6	5,1	8,25	85,3
96/2015/CP	Рассольник Ленинградский, на курином бульоне, со сметаной	250	3,76	7,31	19,68	155,21
296/330-2015/CP	Котлета из кур (филе) запеченная с соусом молочным	100	11,37	9,97	11,06	187,44
934/3/1998/CP	Рис отварной	180	3,25	4,11	46,74	241,76
54-2хн-2022/CP	Компот из кураги**	200	0,47	0,00	19,78	81,00
Пром	Хлебобулочные изделия в ассортименте	50	3,80	0,40	24,60	117,20
	Итого за Обед	880	24,25	26,89	130,11	867,91
	Вторник, 2 неделя					
	Обед					
54-9з-2022/CP	Салат из белокочанной капусты с морковью *	100	1,38	10,13	6,05	120,6
306/3/1998/CP	Суп гороховый с гречками на курином бульоне	250	9,9	8,41	32,0	249,57

827-1998/CP	Азу из говядины	220	13,24	15,09	31,53	275,00
54-1хн-2022/CP	Компот из сухофруктов**	200	0,47	0	19,78	81,0
Пром	Хлебобулочные изделия в ассортименте	50	3,80	0,40	24,60	117,20
	Итого за Обед	820	29,56	33,45	121,22	869,45
	Среда, 2 неделя					
	Обед					
21/2015/CP	Салат из соленых огурцов с луком*	100	0,08	5,03	1,83	56,0
282/3/1998/CP	Щи из свежей капусты и картофелем, на курином бульоне со сметаной	250	6,8	8,67	16,24	219,18
303-2011/CP	Курица тушенная с морковью	110	10,53	8,4	5,91	269,32
940/2/1998/CP	Макаронны отварные с маслом	180	6,39	8,91	39,36	236,2
54-32хн-2022/CP	Компот из свежих яблок**	200	0,15	0,14	9,93	41,50
Пром	Хлебобулочные изделия в ассортименте	50	3,80	0,40	24,60	117,20
	Итого за Обед	890	25,75	31,55	92,87	860,34
	Четверг, 2 неделя					
	Обед					
ДП-2ос-2024/CP	Салат из отварной фасоли*	100	6,74	5,88	17,86	151,5
95-2018/CP	Свекольник со сметаной на курином бульоне	250	6,42	8,99	27,37	296,03
ТТК/CP	Каша гречневая с мясом (говядина) по-купечески	200	16,13	13,39	24,57	277,17
54-6хн-2022/CP	Компот из вишни**	200	0,98	0,00	15,64	66,90
Пром	Хлебобулочные изделия в ассортименте	50	3,80	0,40	24,60	117,20
	Итого за Обед	800	33,18	28,66	101,63	871,2
	Пятница, 2 неделя					
	Обед					
55-2015/CP	Салат из свеклы с огурцами солеными*	100	1,75	5,21	9,23	88,96
307/3/1998/CP	Суп картофельный с макаронными изделиями, с мясом (курица)	250	4,75	5,33	18,94	226,20
669/3/1998/CP	Биточек рыбный	100	17,52	6,6	9,57	163,6
946/3-1998/CP	Картофельное пюре	180	3,68	6,37	34,58	167,28
1232/1998/CP	Напиток лимонный**	200	0,23	0,95	7,40	39,00
Пром	Хлебобулочные изделия в ассортименте	50	3,80	0,40	24,60	117,20
	Итого за Обед	880	30,73	26,86	105,32	822,9
	Суббота, 2 неделя					
	Обед					
54-2з-2022/CP	Огурец в нарезке*	100	0,8	0,1	2,5	14,1
54-3с-2022/CP	Рассольник Ленинградский на курином бульоне (со сметаной)	250	5,9	7,2	17	156,9
54-1з-2022/CP	Макаронны отварные	180	6,4	5,9	39,4	236,2
54-16м, 54-3с-2022/CP	Тефтели из говядины с рисом, тушенные с соусом красным основным	110	14	13,9	10,0	220,9
54-22хн-2022/CP	Кисель из вишни**	200	0,2	0	12,9	52,9
Пром	Хлебобулочные изделия в ассортименте	80	5,3	1	31,7	156,5
	Итого за Обед	920	32,6	28,1	113,5	837,5

Средние показатели за период	860	28,73	29,92	115,95	872,41
------------------------------	-----	-------	-------	--------	--------

Примечание:

*Допускается замена свежих порционных овощей (огурец/помидор) на консервированные овощи, такие как: огурец/помидор, икра кабачковая, зеленый горошек, сладкая кукуруза либо на салаты из свежих или отварных овощей, икра морковная, икра свекольная, маринад овощной с 1 марта 2023 в соответствии с сезонностью.

В зависимости от типа пищеблока допускается замена салатов на вышеуказанные продукты.

**Допускается замена ягод, фруктов, сухофруктов в напитках.

Все блюда, входящие в состав меню, могут быть заменены в соответствии с требованиями СанПиН 2.3/2.4.3590-20, объемно- планировочными решениями пищеблока учреждения, наличием необходимого технологического оборудования, по согласованию с Заказчиком

Литература (сборники рецептов):

- Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий [Текст] : Нормат. документация для предприятий обществ. питания / Сост. Румянцев А. В. - Москва : Дело и Сервис, 1998.
- Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях/ Могильный М.П., Тутельян Т.В. Издательство "Дели принт", Москва, 2011.
- Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий диетического питания. Для предприятий общественного питания/Лапшина В.Т, Издательство "Хлебпродинформ", Москва, 2002/04.
- Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий/Харченко Н.Э., Издательство "Академия", Москва, 2014.
- Новейший сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания/Климова М., Издательство "Дом славянской книги", Москва, 2016.
- Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий, Издательство "ФБУН «Новосибирский НИИ гигиены» Роспотребнадзора ", Новосибирск, 2020.
- Единый сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий для образовательных учреждений/Перевалов А.Я., Издательство "УОРЦП", Пермь, 2018.
- Химический состав пищевых продуктов. Справочник под редакцией А.А. Покровского, Издательство "Пищевая промышленность", Москва, 1976.
- Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Сборник технических нормативов/Могильный М.П., Тутельян Т.В., Издательство "ДеЛи плюс", Москва, 2011/17.
- Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий: Для предприятий обществ. питания/Авт.-сост. А.И. Здобнов, В.А. Цыганенко. - К.: ООО "Издательство Арий", М.: ИКТЦ "Лада", 2009.
- Сборник рецептов на продукцию общественного питания. Сборник технических нормативов 2-е издание дополненное и переработанное/Могильный М.П., Тутельян Т.В., Издательство "ДеЛи плюс", Москва, 2015.