

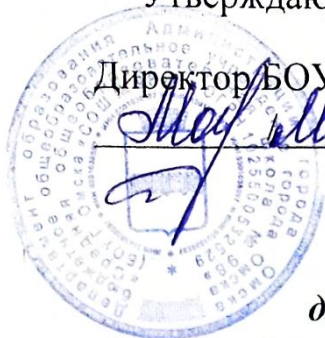
Утверждаю

Согласовано

Директор БОУ г. Омска

Солл № 98
Молодцова Т.В.

Директор ООО «МАРИЯ»
Заблужская Ю.В.



**Циклическое меню горячих завтраков
для обучающихся 5-х -11 -х классов на 2023 год.
(для детей с ОВЗ)**

№ рецептуры	Название блюда	Масса г.	Белки г	Жиры г.	Углево ды г	Калори йность Ккал
Понедельник, 1 неделя						
Завтрак						
54-21 к-2020	Каша молочная *	250	6,60	8,1	35,7	242,10
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	6,5	26,8
Пром.	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,8
Пром.	Фрукт **	150	0,6	0,6	14,7	66,6
Дополнительный прием пищи						
Пром	Йогурт	95	3,9	1,4	5,6	50,8
Итого за Завтрак		735	14,3	10,4	82,2	480,1
Вторник, 1 неделя						
Завтрак						
54-3с-2020.587/04	Соус красный основной	30	1,0	0,80	2,64	22,10
54-1г-2020	Макаронны отварные с маслом	180	5,3	5,5	32,7	202,0
ТПП	Котлеты из говядины	100	18,20	18,1	16,3	301,8
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	6,5	26,8
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	24,9	113,0
Дополнительный прием пищи						
ТПП	Кондитерское. Хлебобулочное изделие ***	75	4,8	8,5	48,4	288,0
Итого за Завтрак		635	33,3	33,4	131,4	953,7
Среда, 1 неделя						
Завтрак						
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	200	11,0	9,3	47,9	318,5
54-25м-2020	Курица тушеная с морковью	100	14,1	5,7	4,4	126,4
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	24,9	113,0
Дополнительный прием пищи						
Пром	Фрукт **	90	0,5	0,5	12,7	57,7
Итого за Завтрак		640	29,6	15,95	96,3	642,4
Четверг, 1 неделя						
Завтрак						
54-11г-2020	Картофельное пюре	200	4,1	8,1	26,4	194,4
ТПП	Котлета из курицы	100	19,2	4,4	13,5	169,4
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	6,4	26,8
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	24,9	113,0
Дополнительный прием пищи						
Пром.	Кондитерское ,Х/ булочное	60	5,8	4,1	31,4	187,7

	изделие.***					
	Итого за Завтрак	610	33,1	17,50	102,6	691,3
	Пятница, 1 неделя					
	Завтрак					
492/04	Плов с курицей	220	30,0	8,9	36,5	346,10
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	6,4	26,8
Пром.	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,8
	Дополнительный прием пищи					
Пром	Фрукт**	90	0,5	0,5	12,7	57,7
	Итого за Завтрак	650	39,0	23,3	120,5	837,9
	Понедельник, 2 неделя					
	Завтрак					
54-9к-2020	Каша молочная *	250	10,7	15,9	42,7	357,1
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	6,5	26,8
Пром.	Фрукт **	150	0,6	0,6	14,7	66,6
Пром.	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,8
	Дополнительный прием пищи					1
Пром	Йогурт	95	3,9	1,4	5,6	50,8
	Итого за Завтрак	735	18,4	18,2	89,2	595,1
	Вторник, 2 неделя					
	Завтрак					
ТПП	Тефтели из говядины	100	14,40	14,7	8,1	222,6
54-1г-2020	Макаронные изделия отварные	200	7,1	7,4	43,7	269,3
54-6гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	6,5	26,8
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	24,9	113,0
	Дополнительный прием пищи					
Пром	Фрукт **	90	0,5	0,5	12,7	57,7
	Итого за Завтрак	640	26,0	23,05	95,5	689,4
	Среда, 2 неделя					
	Завтрак					
ТПП	Котлета куриная	100	19,20	4,4	13,5	169,4
54-11г-2020	Картофельное пюре	200	4,1	8,1	26,4	194,4
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	6,4	26,8
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	1,45	24,9	113,0
	Дополнительный прием пищи					
Пром	Фрукт **	90	0,5	0,5	12,7	57,7
	Итого за Завтрак	640	27,8	14,45	83,9	561,3
	Четверг, 2 неделя					
	Завтрак					
54-1г-2020	Макаронные изд отварные	200	7,1	7,4	43,7	269,3
ТПП	Котлета рыбная	100	14,1	2,8	8,6	115,9
54-3гн-2020	Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0,1	7,2	30,9
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	24,9	113,0
	Дополнительный прием пищи					
Пром	Фрукт **	90	0,5	0,5	12,7	57,7
	Итого за Завтрак	640	25,8	11,3	97,1	586,8
	Пятница, 2 неделя					
	Завтрак					
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	200	11,0	9,3	47,9	318,5
437/04	Гуляш	100	16,9	16,9	3,9	236,3
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	6,5	26,8
Пром.	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,8
	Дополнительный прием пищи					

ТПП	Кондитерское, Хлебобулочное изделие ***	50	5,6	7,1	19,8	233,5
	Итого за Завтрак	590	36,8	33,6	97,8	908,9
	Средние показатели за период	652	28,4	20,2	99,7	695,0

Примечание:

*Для приготовления молочной каши используется крупа пшеничная, пшеничная, ячневая, овсяная, кукурузная, рисовая, гречневая.

**Фрукты свежие: яблоки, мандарины, апельсины. Не допускается выдача резанных фруктов. Допускается увеличение выхода фруктов. Допускается замена фруктов в соответствии с сезонностью

*** Возможно увеличение массы и изменения ассортимента кондитерских и х/булочные изделия . Все замены осуществляются с изменением номера рецептур согласно сборнику рецептур блюд и кулинарных изделий, Издательство "ФБУН «Новосибирский НИИ гигиены» Роспотребнадзора ", Новосибирск, 2020

Литература (сборники рецептур):

- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий. Для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. /Лапшина В.Т, Издательство "Хлебпродинформ", Москва, 2004 г.
- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий, Издательство "ФБУН «Новосибирский НИИ гигиены» Роспотребнадзора ", Новосибирск, 2020.