

Утверждаю

Согласовано

ИП Степаненко Г.В.

Директор БОУ г. Омска № 14

/ Г.В. Степаненко/

/ Уткин О.С. /

**Циклическое меню горячих завтраков
для обучающихся 1-х-4-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 изюмом или курагой с маслом	250	10,16	13,10	41,94	357,30
53-19з-2022/CP	Гастрономическая продукция (масло сливочное (порциями), сыр п/твердых сортов, повидло)	5	0,04	3,62	0,07	33,0
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	500	15,17	18,22	72,75	546,70
	Вторник, 1 неделя					
	Завтрак					
54-1о-2020/CP	Омлет натуральный на цельном молоке	150	12,68	17,98	3,25	225,50
54-1з-2020/CP	Сыр п/твердых сортов порционный	10	2,32	2,95	0,00	35,80
52-2015/CP	Закуска овощная (салат)	100	1,34	4,48	8,61	76,10
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	510	20,33	25,85	42,88	481,40
	Среда, 1 неделя					
	Завтрак					
173/2015/CP	Каша вязкая молочная с курагой или изюмом маслом	250	9,21	10,97	57,95	367,4
53-19з-2022/CP	Гастрономическая продукция (масло сливочное (порциями), сыр п/твердых сортов, повидло)	5	0,04	3,62	0,07	33,00
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	505	13,3	15,04	89,23	545,5
	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	30	0,11	0,00	13,43	53,86
54-13гн-2022/CP	Чай фруктово-ягодный с сахаром	200	0,30	0,00	11,41	47,30
Пром	Фрукт свежий	100	0,40	0,40	9,80	44,40
Пром	Хлебобулочные изделия в ассортименте	55	3,80	0,40	24,60	128,92
	Итого за Завтрак	515	24,44	10,19	72,54	491,58

	Пятница, 1 неделя					
	Завтрак					
174/2015/CP	Каша вязкая молочная с маслом	220	9,06	12,23	36,40	298,50
335-2015/CP	Соус фруктово-ягодный	20	0,11	0,00	13,43	53,86
54-1з-2020/CP	Гастрономическая продукция (масло сливочное (порциями), сыр п/твердых сортов, повидло)	10	2,32	2,95	0,00	35,80
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	500	15,48	15,62	80,85	532,16
	Понедельник, 2 неделя					
	Завтрак					
175-2015/CP	Каша вязкая молочная с маслом	250	7,25	10,37	28,00	289,10
335/2015/CP	Соус фруктово-ягодный	20	0,11	0,00	13,43	53,86
54-1з-2020/CP	Гастрономическая продукция (масло сливочное (порциями), сыр п/твердых сортов, повидло)	10	2,32	2,95	0,00	35,80
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	530	13,73	13,77	72,64	523,86
	Вторник, 2 неделя					
	Завтрак					
54-1м-2022/CP	Запеканка из творога	130	25,70	9,25	18,75	261,10
1086/1998/CP	Соус (сироп) фруктово-ягодный, шоколадный	30	0,11	0,00	13,43	53,86
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	510	30,20	10,09	73,00	503,36
	Среда, 2 неделя					
	Завтрак					
54-1о-2020/CP	Омлет натуральный на цельном молоке	150	12,68	17,98	3,25	225,50
54-1з-2020/CP	Сыр п/твердых сортов порционный	10	2,32	2,95	0,00	35,80
54-12гн-2022/CP	Чай фруктово-ягодный с сахаром	200	0,33	0,11	13	54,2
52-2015/CP	Закуска овощная (салат)	100	1,34	4,48	8,61	76,10
Пром	Хлебобулочные изделия в ассортименте	50	3,80	0,40	24,60	117,20
	Итого за Завтрак	510	20,47	25,92	48,46	508,8
	Четверг, 2 неделя					
	Завтрак					
177/2015/CP	Каша вязкая молочная с изюмом или курагой с маслом	250	10,16	13,10	41,94	357,30
53-19з-2022/CP	Гастрономическая продукция (масло сливочное (порциями), сыр п/твердых сортов, повидло)	5	0,04	3,62	0,07	33,0
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	505	14,25	17,17	73,22	535,40
	Пятница, 2 неделя					
	Завтрак					
187-2015/CP	Запеканка из крупы с яблоками	200	6,41	6,68	37,27	215,37
1084/1998/CP	Соус (сироп) фруктово-ягодный, шоколадный, сгущенное молоко	50	5,36	5,72	22,09	212,40
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	500	15,76	12,84	90,38	571,77
Средние показатели за период		510	17,362	16,831	68,858	516,078

Примечание:

1. Фрукты свежие, не допускается выдача резанных фруктов. Допускается увеличение выхода фруктов. Допускается замена фруктов в соответствии с сезонностью.
2. Для приготовления молочной каши используется крупа пшеничная, пшеничная, ячневая, овсяные хлопья «Геркулес», манная, кукурузная, рисовая и т.д.
3. Допускается дополнять меню фруктами и йогуртными продуктами
4. Все блюда, входящие в состав меню, могут быть заменены в соответствии с требованиями СанПиН 2.3/2.4.3590-20, требованием к меню (приложение 3 Контракта), 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/Передалов А.Я., Издательство "УОИЦП", 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, 2

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

Согласовано
Директор БОУ г. Омска
/ Укин В.С.

**Цикличное меню горячих обедов
для обучающихся 1-х–4-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*	60	0,50	3,02	1,10	33,60
306/3/1998/CP	Суп гороховый с гречками с мясом (курица)	200	7,92	6,73	25,60	194,86
893/2/1998/CP	Плов из курицы (филе)	200	14,31	17,35	43,20	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	710	27,00	27,51	114,28	812,56
	Вторник, 1 неделя					
	Обед					
54-9з-2022/CP	Салат из белокочанной капусты с морковью и яблоками*	60	0,83	6,08	3,63	72,40
262/1998/CP	Борщ с капустой и картофелем, с мясом (говядина) со сметаной	200	3,03	5,79	11,18	106,60
54-23м-2020/CP	Биточек из курицы	90	17,18	3,88	12,04	151,80
940/2/1998/CP	Макароны отварные с маслом	150	3,49	3,54	35,00	193,99
1110/3/1998/CP	Компот из сливы**	200	0,3	0,11	13,48	56,1
Пром	Хлебобулочные изделия в ассортименте	50	3,80	0,40	24,60	117,20
	Итого за Обед	750	28,33	19,69	116,51	762,30
	Среда, 1 неделя					
	Обед					
198/1998/CP	Закуска овощная с чесноком*	60	1,29	5,73	7,99	88,01
307/3/1998/CP	Суп картофельный с макаронными изделиями, с мясом (курица)	200	3,75	4,33	17,94	126,86
748/3/1998/CP	Печень по-строгановски	90	12,00	11,66	6,44	178,75
934/3/1998/CP	Рис отварной	150	2,71	3,43	38,95	201,47
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	750	24,53	25,60	111,55	779,19
	Четверг, 1 неделя					
	Обед					
ДП-60с-2024/СР	Салат из квашеной капусты *	60	0,96	3,06	4,95	51,20
76/2011/СР	Рассольник Ленинградский, с мясом (говядина)	200	3,01	5,85	15,74	124,17
659/3-1998/СР	Рыба запеченная в сметанном соусе (горбуша)	90	17,1	19,8	5,0	266,1
946/3-1998/СР	Картофельное пюре	150	3,07	5,31	28,82	139,4
54-31хн-2022/СР	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	750	28,03	34,42	56,34	727,37
	Пятница, 1 неделя					
	Обед					
50/2015/СР	Салат из свеклы с сыром и чесноком*	60	1,05	3,13	5,54	53,38
54-5с-2020/СР	Суп из овощей с мясными фрикадельками	200	6,55	3,96	18,31	112,40
848/2/1011/3-1998/СР	Тефтели из говядины с рисом тушеные с соусом красным основным	110	12,90	11,10	8,90	194,40
54-4з-2022/СР	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,22	6,34	35,93	233,70
54-1хн-2022/СР	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	770	32,99	24,93	113,06	792,08
	Понедельник, 2 неделя					
	Обед					
198/1998/СР	Закуска овощная с чесноком*	60	1,29	5,73	7,99	88,01
76/2011/СР	Рассольник Ленинградский, с мясом (говядина)	200	3,01	5,85	15,74	124,17
296/330-2015/СР	Котлета из кур (филе) запеченная с соусом молочным	100	11,37	9,97	11,06	187,44
934/3/1998/СР	Рис отварной	150	2,71	3,43	38,95	201,47
54-2хн-2022/СР	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	760	22,65	25,37	118,11	799,29
	Вторник, 2 неделя					
	Обед					
54-9з-2022/СР	Салат из белокочанной капусты с морковью и яблоками*	60	0,83	6,08	3,63	72,40
306/3/1998/СР	Суп гороховый с гренками с мясом (курица)	200	7,92	6,73	25,60	194,86
827-1998/СР	Азу из говядины	220	13,24	15,09	21,53	275,00
1110/3/1998/СР	Компот из сливы**	200	0,3	0,11	13,48	56,1
Пром	Хлебобулочные изделия в ассортименте	50	3,80	0,40	24,60	117,20
	Итого за Обед	730	25,79	28,30	105,42	779,76

	Среда, 2 неделя					
	Обед					
21/2015/CP	Салат из соленых огурцов с луком*	60	0,50	3,02	1,10	33,60
282/3/1998/CP	Щи из свежей капусты и картофелем, с мясом (говядина) со сметаной	200	3,84	6,94	8,99	112,10
303-2011/CP	Курица тушенная с морковью	110	10,53	8,40	5,91	269,32
940/2/1998/CP	Макароны отварные с маслом	150	3,49	3,54	35,00	158,60
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	770	22,30	22,44	85,53	732,32
	Четверг, 2 неделя					
	Обед					
ДП-6ос-2024/CP	Салат из квашеной капусты *	60	0,96	3,06	4,95	51,20
95-2018/CP	Свекольник со сметаной и фрикадельками	200	5,14	7,19	21,90	236,82
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	710	27,01	24,08	91,66	749,28
	Пятница, 2 неделя					
	Обед					
55-2015/CP	Салат из свеклы с огурцами солеными*	60	1,05	3,13	5,54	53,38
307/3/1998/CP	Суп картофельный с макаронными изделиями, с мясом (курица)	200	3,75	4,33	17,94	196,86
669/3-1998/CP	Биточки рыбные (горбуша)	90	17,52	6,60	9,57	163,60
946/3-1998/CP	Картофельное пюре	150	3,07	5,31	28,82	139,40
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	750	29,27	22,89	94,13	730,76
	Средние показатели за период	745	25,91	24,84	103,28	756,805

Примечание:

*Допускается замена закусок и салатов из свежих и варенных овощей на порционные свежие овощи (огурец, помидор) на консервированные овощи, такие как: огурец/помидор, зеленый горошек, сладкая кукуруза либо на салаты из свежих или отварных овощей, с 1 марта 2025 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, требованием к меню (приложение 3 Контракта), 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.