

СОГЛАСОВАНО
Директор БОУ Г.Омск "СОШ № 79"
Лутонина М.В.

УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО "ИТАНИЕ ПРО"
Цоикалов Ю.Н.

Циклическое меню горячих завтраков и обедов для 5-11 классов, в том числе с дотационной составляющей (60 рублей) на 2025 год.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	В том числе дотационная составляющая (вес блюда)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Номер по сборнику рецептур
				Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1								
День 1								
Завтрак	Каша молочная*	200	150	6,10	8,40	24,30	197,30	54-12к-2022/СР
	Соус ягодный***	50	50	0,00	0,00	10,30	41,40	336/2011/СР
	Сыр твердых сортов в нарезке	20		4,64	5,90	0,00	71,70	54-1з-2022/СР
	Хлеб пшеничный	80	80	6,10	0,60	39,40	187,50	Пром.
	Чай черный с сахаром	200	200	0,20	0,00	6,40	26,80	54-2гн-2022/СР
Итого за Завтрак:		550	480	17,04	14,90	80,40	524,70	
		90 руб	60 руб					
День 2								
Завтрак	Закуска овощная/Овощи в нарезке****	100		1,65	10,10	9,63	135,83	54-8з/СР
	Омлет со стручковой фасолью	180	160	19,43	22,58	7,23	309,83	233/2016/СР
	Хлеб пшеничный	80	80	6,10	0,60	39,40	187,50	Пром.
	Чай с лимоном и сахаром	200	200	0,20	0,10	6,60	27,90	54-3гн-2022/СР
Итого за Завтрак:		560	440	27,38	33,38	62,86	661,06	
		90 руб	60 руб					
День 3								
Завтрак	Каша молочная с яблоками*	250	180	7,50	9,10	33,90	247,40	54-27к-2022/СР
	Булочка сладкая	50		4,00	7,00	28,00	191,00	Пром.
	Хлеб пшеничный	80	80	6,10	0,60	39,40	187,50	Пром.
	Чай фруктовый с сахаром***	200	200	0,31	0,10	1,63	8,60	54-19гн-2022/СР
Итого за Завтрак:		580	460	17,91	16,80	102,93	634,50	
		90 руб	60 руб					
День 4								
Завтрак	Закуска овощная/Овощи в нарезке****	100		0,70	6,00	5,40	78,90	6/2011/СР
	Запеканка(сырники) из творога с соусом	180	160	21,90	7,80	41,00	322,50	54-1гн
	Хлеб пшеничный	80	80	6,10	0,60	39,40	187,50	Пром.
	Чай черный с сахаром	200	200	0,20	0,00	6,40	26,80	54-2гн-2022/СР
Итого за Завтрак:		560	440	28,90	14,40	92,20	615,70	
		90 руб	60 руб					
День 5								
Завтрак	Запеканка пшеничная с соусом	180	150	4,32	4,00	46,91	278,31	54-12к-2022/СР
	Масло сливочное (порциями)	10	10	0,20	14,50	0,30	132,20	54-19з-2022/СР
	Хлеб пшеничный	60	60	6,10	0,60	39,40	187,50	Пром.
	Чай с лимоном и сахаром	200	200	0,20	0,10	6,60	27,90	54-3гн-2022/СР
	Фрукт**	100		0,40	0,40	9,80	44,40	Пром.
Итого за Завтрак:		550	420	11,22	19,60	103,01	670,31	
		90 руб	60 руб					
Неделя 2								
День 1								
Завтрак	Каша молочная с ягодами*	250	200	6,80	7,40	24,60	192,70	54-12к-2022/СР
	Сыр твердых сортов в нарезке	20		4,64	5,90	0,00	71,70	54-1з-2022/СР
	Хлеб пшеничный	80	80	6,10	0,60	39,40	187,50	Пром.
	Чай черный с сахаром	200	200	0,20	0,00	6,40	26,80	54-2гн-2022/СР
Итого за Завтрак:		550	480	17,74	13,90	70,40	478,70	
		90 руб	60 руб					
День 2								
Завтрак	Закуска овощная/Овощи в нарезке****	100		3,07	8,18	5,53	108,00	54-21з-2022/СР
	Омлет с сыром	180	160	13,52	19,17	3,47	240,60	54-4з/СР
	Хлеб пшеничный	80	80	6,10	0,60	39,40	187,50	Пром.
	Чай с лимоном и сахаром	200	200	0,20	0,10	6,60	27,90	54-3гн-2022/СР
Итого за Завтрак:		560	440	22,89	28,05	55,00	564,00	
		90 руб	60 руб					
День 3								
Завтрак	Каша молочная с курагой*	250	200	8,10	9,20	38,60	270,30	54-15к-2022/СР
	Повидло	20		0,10	0,00	13,00	52,30	Пром.
	Хлеб пшеничный	80	80	6,10	0,60	39,40	187,50	Пром.
	Чай фруктовый с сахаром***	200	200	0,31	0,10	1,63	8,60	54-19гн-2022/СР
Итого за Завтрак:		550	480	14,61	9,90	92,63	518,70	
		90 руб	60 руб					
День 4								
Завтрак	Закуска овощная/Овощи в нарезке****	100		0,70	6,00	5,40	78,90	6/2011/СР
	Сырники(запеканка) из творога с соусом	200	160	7,00	2,00	91,70	412,30	пром/54-10соус/СР
	Хлеб пшеничный	50	80	6,10	0,60	39,40	187,50	Пром.
	Чай с сахаром	200	200	0,20	0,00	6,40	26,80	54-2гн-2022/СР
Итого за Завтрак:		550	440	14,00	8,60	142,90	705,50	
		90 руб	60 руб					