

СОГЛАСОВАНО  
Директор БОУ В. Омска "СОШ № 79"  
Лутонина М.В. /Лутонина М.В./

ПРОСВЕЩЕНИЕ  
ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
Питание Пр  
Имя Иван  
Фамилия Иванов  
Пол муж  
Датум 10.10.2010  
Подпись Иванов Ю.И.  
Документов  
Россия город Омск  
ИНН 5500000000

**Циклическое меню**  
горячих завтраков для обучающихся с овз 1-4х классов с 01.01.25 года.

| Прием пищи                              | Наименование блюда                     | Вес блюда | Пищевые вещества (г) |        |          | Энергетическая ценность (ккал) | Номер по сборнику рецептов |
|-----------------------------------------|----------------------------------------|-----------|----------------------|--------|----------|--------------------------------|----------------------------|
|                                         |                                        |           | Белки                | Жиры   | Углеводы |                                |                            |
| Неделя 1                                |                                        |           |                      |        |          |                                |                            |
| День 1                                  |                                        |           |                      |        |          |                                |                            |
| Завтрак                                 | Каша молочная*                         | 150       | 6,10                 | 8,40   | 24,30    | 197,30                         | 54-12к-2022/СР             |
|                                         | Соус ягодный***                        | 50        | 0,00                 | 0,00   | 10,30    | 41,40                          | 336/2011/СР                |
|                                         | Сыр твердых сортов в нарезке           | 20        | 4,60                 | 5,90   | 0,00     | 71,70                          | 54-1з-2022/СР              |
|                                         | Хлеб пшеничный                         | 80        | 6,10                 | 0,60   | 39,40    | 187,50                         | Пром.                      |
|                                         | Чай черный с сахаром                   | 200       | 0,20                 | 0,00   | 6,40     | 26,80                          | 54-2гн-2022/СР             |
| Итого за Завтрак:                       |                                        | 500       | 17,00                | 14,90  | 80,40    | 524,70                         |                            |
| День 2                                  |                                        |           |                      |        |          |                                |                            |
| Завтрак                                 | Закуска овощная/Овощи в нарезке****    | 60        | 0,99                 | 6,05   | 5,78     | 81,50                          | 54-8з/СР                   |
|                                         | Омлет со стручковой фасолью            | 160       | 17,27                | 20,07  | 6,43     | 275,40                         | 233/2016/СР                |
|                                         | Хлеб пшеничный                         | 80        | 6,10                 | 0,60   | 39,40    | 187,50                         | Пром.                      |
|                                         | Чай с лимоном и сахаром                | 200       | 0,20                 | 0,10   | 6,60     | 27,90                          | 54-3гн-2022/СР             |
| Итого за Завтрак:                       |                                        | 500       | 24,56                | 26,82  | 58,21    | 572,30                         |                            |
| День 3                                  |                                        |           |                      |        |          |                                |                            |
| Завтрак                                 | Каша молочная*                         | 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        | 6,10                 | 0,60   | 39,40    | 187,50                         | Пром.                      |
|                                         | Чай фруктовый с сахаром***             | 200       | 0,31                 | 0,10   | 1,63     | 8,60                           | 54-19гн-2022/СР            |
| Итого за Завтрак:                       |                                        | 510       | 17,91                | 16,80  | 102,93   | 634,50                         |                            |
| День 4                                  |                                        |           |                      |        |          |                                |                            |
| Завтрак                                 | Закуска овощная/Овощи в нарезке****    | 60        | 0,70                 | 6,00   | 5,40     | 78,90                          | 6/2011/СР                  |
|                                         | Запеканка(сырники) из творога с соусом | 160       | 21,90                | 7,80   | 41,00    | 322,50                         | 54-1т-2022/336/2011/СР     |
|                                         | Хлеб пшеничный                         | 80        | 6,10                 | 0,60   | 39,40    | 187,50                         | Пром.                      |
|                                         | Чай черный с сахаром                   | 200       | 0,20                 | 0,00   | 6,40     | 26,80                          | 54-2гн-2022/СР             |
| Итого за Завтрак:                       |                                        | 500       | 28,90                | 14,40  | 92,20    | 615,70                         |                            |
| День 5                                  |                                        |           |                      |        |          |                                |                            |
| Завтрак                                 | Запеканка пшеничная с соусом           | 180       | 4,32                 | 4,00   | 46,91    | 278,31                         | 185/2016/СР                |
|                                         | Масло сливочное (порциями)             | 10        | 0,10                 | 7,50   | 0,15     | 66,10                          | 54-19з-2022/СР             |
|                                         | Хлеб пшеничный                         | 60        | 4,56                 | 0,48   | 29,52    | 140,60                         | Пром.                      |
|                                         | Чай с лимоном и сахаром                | 200       | 0,20                 | 0,10   | 6,60     | 27,90                          | 54-3гн-2022/СР             |
| Итого за Завтрак:                       |                                        | 530       | 13,58                | 16,48  | 92,98    | 557,31                         |                            |
| Неделя 2                                |                                        |           |                      |        |          |                                |                            |
| День 1                                  |                                        |           |                      |        |          |                                |                            |
| Завтрак                                 | Каша молочная с ягодами*               | 200       | 8,22                 | 10,76  | 32,96    | 261,50                         | 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        | 6,10                 | 0,60   | 39,40    | 187,50                         | Пром.                      |
|                                         | Чай черный с сахаром                   | 200       | 0,20                 | 0,00   | 6,40     | 26,80                          | 54-2гн-2022/СР             |
| Итого за Завтрак:                       |                                        | 500       | 19,16                | 17,26  | 78,76    | 547,50                         |                            |
| День 2                                  |                                        |           |                      |        |          |                                |                            |
| Завтрак                                 | Закуска овощная/Овощи в нарезке****    | 60        | 3,07                 | 8,18   | 5,53     | 108,00                         | 54-21з-2022/СР             |
|                                         | Омлет с сыром                          | 160       | 20,28                | 26,99  | 3,22     | 336,85                         | 54-4о-2022/СР              |
|                                         | Хлеб пшеничный                         | 80        | 6,10                 | 0,60   | 39,40    | 187,50                         | Пром.                      |
|                                         | Чай с лимоном и сахаром                | 200       | 0,20                 | 0,10   | 6,60     | 27,90                          | 54-3гн-2022/СР             |
| Итого за Завтрак:                       |                                        | 500       | 29,65                | 35,87  | 54,75    | 660,25                         |                            |
| День 3                                  |                                        |           |                      |        |          |                                |                            |
| Завтрак                                 | Каша молочная с курагой*               | 200       | 8,21                 | 8,83   | 41,21    | 277,20                         | 54-15к-2022/СР             |
|                                         | Повидло                                | 20        | 0,10                 | 0,00   | 13,00    | 52,30                          | Пром.                      |
|                                         | Хлеб пшеничный                         | 80        | 6,10                 | 0,60   | 39,40    | 187,50                         | Пром.                      |
|                                         | Чай фруктовый с сахаром***             | 200       | 0,31                 | 0,10   | 1,63     | 8,60                           | 54-19гн-2022/СР            |
| Итого за Завтрак:                       |                                        | 500       | 14,72                | 9,53   | 95,24    | 525,60                         |                            |
| День 4                                  |                                        |           |                      |        |          |                                |                            |
| Завтрак                                 | Закуска овощная/Овощи в нарезке****    | 60        | 0,70                 | 6,00   | 5,40     | 78,90                          | 6/2011/СР                  |
|                                         | Сырники(запеканка) из творога с соусом | 160       | 7,00                 | 2,00   | 91,70    | 412,30                         | пром/54-10соус/СР          |
|                                         | Хлеб пшеничный                         | 80        | 6,10                 | 0,60   | 39,40    | 187,50                         | Пром.                      |
|                                         | Чай с сахаром                          | 200       | 0,20                 | 0,00   | 6,40     | 26,80                          | 54-2гн-2022/СР             |
| Итого за Завтрак:                       |                                        | 500       | 14,00                | 8,60   | 142,90   | 705,50                         |                            |
| День 5                                  |                                        |           |                      |        |          |                                |                            |
| Завтрак                                 | Каша молочная с ягодой*                | 150       | 6,20                 | 8,10   | 247,20   | 196,13                         | 54-12к-2022/СР             |
|                                         | Масло сливочное (порциями)             | 10        | 0,10                 | 7,50   | 0,15     | 66,10                          | 54-19з-2022/СР             |
|                                         | Хлеб пшеничный                         | 60        | 4,56                 | 0,48   | 29,52    | 140,60                         | Пром.                      |
|                                         | Чай с лимоном и сахаром                | 200       | 0,20                 | 0,10   | 6,60     | 27,90                          | 54-3гн-2022/СР             |
|                                         | Фрукт**                                | 100       | 4,40                 | 4,40   | 9,80     | 44,40                          | Пром.                      |
| Итого за Завтрак:                       |                                        | 520       | 15,46                | 20,58  | 293,27   | 475,13                         |                            |
| Средние показатели за период (завтрак): |                                        | 508       | 19,494               | 18,124 | 109,164  | 581,849                        |                            |