

Утверждаю

Согласовано

ИП Степаненко Г.В.

Директор БОУ г. Омска «Средняя общеобразовательная школа № 17»



/Г.В. Степаненко/



/О. В. Калугина/

**Циклическое меню горячих обедов  
для обучающихся 5-х–11-х классов из семей граждан, постоянно проживающих на  
территории города Омска, призванных на военную службу по мобилизации на 2024 год**

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	Ккал.
	<b>Понедельник, 1 неделя</b>					
	Обед					
54-2з-2022/СР	Огурец в нарезке*	100	0,8	0,1	2,5	14,1
54-2с-2022/СР	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	5,9	7,1	12,7	138
54-6г-2022/СР	Рис отварной	200	4,8	6,4	48,6	271,4
54-11р-2022/СР	Рыба тушеная в томате с овощами	100	13,9	7,4	6,3	147,3
54-2хн-2022/СР	Компот из кураги	200	1	0,1	15,6	66,9
Пром	Хлеб ржано-пшеничный	95	6,3	1,1	37,6	185,8
	<b>Итого за Обед</b>	<b>945</b>	<b>32,7</b>	<b>22,2</b>	<b>123,3</b>	<b>823,5</b>
	<b>Вторник, 1 неделя</b>					
	Обед					
54-23з-2022/СР	Маринад овощной с томатом*	110	1,6	9,8	10,7	137
54-25с-2022/СР	Суп гороховый	250	8,2	3,5	18,7	138,7
54-22м-2022/СР	Рагу из курицы	300	31,4	10,6	26,3	326
54-31хн-2022/СР	Компот из клубники***	200	0,1	0	7,2	29,3
Пром	Хлеб ржано-пшеничный	95	6,3	1,1	37,6	185,8
	<b>Итого за Обед</b>	<b>955</b>	<b>47,6</b>	<b>25</b>	<b>100,5</b>	<b>816,8</b>
	<b>Среда, 1 неделя</b>					
	Обед					
54-13з-2022/СР	Салат из свеклы отварной***	100	1,3	4,5	7,6	76,1
54-5с-2022/СР	Суп из овощей с фрикадельками мясными	250	10,8	7,6	17,4	181,1
54-9м-2022/СР	Жаркое по-домашнему	220	22,1	20,6	18,9	349,7
54-1хн-2022/СР	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81
Пром	Хлеб ржано-пшеничный	90	5,9	1,1	35,6	176
	<b>Итого за Обед</b>	<b>860</b>	<b>40,6</b>	<b>33,8</b>	<b>99,3</b>	<b>863,9</b>
	<b>Четверг, 1 неделя</b>					
	Обед					



-8з- 022/CP	Салат из белокочанной капусты с морковью***	100	1,6	10,1	9,6	135,9
54-3с- 2022/CP	Рассольник Ленинградский	250	5,9	7,2	17	156,9
54-11г- 2022/CP	Картофельное пюре	180	3,7	6,4	23,8	167,2
54-23м- 2022/CP	Биточек из курицы	100	19,1	4,3	13,4	168,6
54-2хп- 2022/CP	Компот из кураги	200	1	0,1	15,6	66,9
Пром	Хлеб ржано-пшеничный	90	5,9	1,1	35,6	176
	Итого за Обед	<b>920</b>	<b>37,2</b>	<b>29,2</b>	<b>115</b>	<b>871,5</b>
	<b>Пятница, 1 неделя</b>					
	Обед					
54-3з- 2022/CP	Помидор в нарезке*	100	1,1	0,2	3,8	21,4
54-1с- 2022/CP	Щи из свежей капусты со сметаной	250	5,8	7	7,1	115,3
54-1г- 2022/CP	Макароны отварные	180	6,4	5,9	39,4	236,2
54-2м- 2022/CP	Гуляш из говядины	100	17	16,5	3,9	232,1
54-9хп- 2022/CP	Компот из облепихи****	200	0,2	1	7,4	39
Пром	Хлеб ржано-пшеничный	90	5,9	1,1	35,6	176
	Итого за Обед	<b>920</b>	<b>36,4</b>	<b>31,7</b>	<b>97,2</b>	<b>820</b>
	<b>Понедельник, 2 неделя</b>					
	Обед					
54-3з- 2022/CP	Помидор в нарезке*	100	1,1	0,2	3,8	21,4
54-8с- 2022/CP	Суп гороховый	250	8,4	5,7	20,3	166,4
54-3г- 2022/CP	Макароны отварные с сыром	180	9,5	8,2	34,4	249,3
54-5м- 2022/CP	Котлета из курицы	100	19,1	4,3	13,4	168,6
54-1хп- 2022/CP	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81
Пром	Хлеб ржано-пшеничный	90	5,9	1,1	35,6	176
	Итого за Обед	<b>920</b>	<b>44,5</b>	<b>19,5</b>	<b>127,3</b>	<b>862,7</b>
	<b>Вторник, 2 неделя</b>					
	Обед					
54-2з- 2022/CP	Огурец в нарезке*	100	0,8	0,1	2,5	14,1
54-2с- 2022/CP	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	5,9	7,1	12,7	138
54-6г- 2022/CP	Рис отварной	180	4,3	5,8	43,7	244,2
54-9р- 2022/CP	Рыба запеченная в сметанном соусе	100	19	22	5,5	295,6
54-2хп- 2022/CP	Компот из кураги	200	1	0,1	15,6	66,9
Пром	Хлеб ржано-пшеничный	90	5,9	1,1	35,6	176
	Итого за Обед	<b>920</b>	<b>36,9</b>	<b>36,2</b>	<b>115,6</b>	<b>934,8</b>
	<b>Среда, 2 неделя</b>					



	Обед						
4-23з-2022/СР	Маринад овощной с томатом*	100	1,5	8,9	9,7	124,5	
54-5с-2022/СР	Суп из овощей с фрикадельками	250	10,8	7,6	17,4	181,1	
54-22м-2022/СР	Рагу из курицы	300	31,4	10,6	26,3	326	
54-9хн-2022/СР	Компот из облепихи****	200	0,2	1	7,4	39	
Пром	Хлеб ржано-пшеничный	90	5,9	1,1	35,6	176	
	Итого за Обед	<b>940</b>	<b>49,8</b>	<b>29,2</b>	<b>96,4</b>	<b>846,6</b>	
	<b>Четверг, 2 неделя</b>						
	Обед						
54-2з-2022/СР	Огурец в нарезке*	100	0,8	0,1	2,5	14,1	
54-18с-2022/СР	Свекольник со сметаной	250	2,2	5,3	13,4	110,4	
54-1г-2022/СР	Макароны отварные	180	6,4	5,9	39,4	236,2	
54-16м,54-3с-2022/СР	Тефтели из говядины с рисом, тушеные с соусом красным основным	120	14	13,9	10,0	220,9	
54-22хн-2022/СР	Кисель из вишни****	200	0,2	0	12,9	52,9	
Пром	Хлеб пшеничный	90	6,8	0,7	44,3	211	
	Итого за Обед	<b>940</b>	<b>30,4</b>	<b>25,9</b>	<b>122,5</b>	<b>845,5</b>	
	<b>Пятница, 2 неделя</b>						
	Обед						
54-2з-2022/СР	Огурец в нарезке*	100	0,8	0,1	2,5	14,1	
54-24с-2022/СР	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	6	2,7	19,4	126,1	
54-11г-2022/СР	Картофельное пюре	200	4,1	7,1	26,4	185,8	
54-18м-2022/СР	Печень говяжья по-строгановски	100	16,7	15,9	6,7	236,5	
54-1хн-2022/СР	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	
Пром	Хлеб ржано-пшеничный	90	5,9	1,1	35,6	176	
	Итого за Обед	<b>940</b>	<b>34</b>	<b>26,9</b>	<b>110,4</b>	<b>819,5</b>	
	Средние показатели за период	<b>926</b>	<b>39,01</b>	<b>27,96</b>	<b>110,75</b>	<b>850,48</b>	

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.

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

\*\*\*В случае отсутствия технологической возможности приготовления салатов допускается замена салатов 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.

\*\*Допускается замена ягод в напитках, сладких соусов.

\*\*\*\*\* Первые блюда приготавливаются на курином бульоне.

#### **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.