

СОГЛАСОВАНО
 Директор БОУ г. Омска "СОШ № 16"
 /С.Г.Полякова/

ООО Сервисная компания

«ИНКОС»

644007, г. Омск, ул. 5-я Северная, 192

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО СК «Инкос»

/Ермолин А.П./

Понедельник 2 недели 2024 года.
Завтрак для учащихся 1-4 классов.

	Цена	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
Завтрак							
Каша молочная пшеничная		№ 54-13к	200	6,90	5,80	32,10	208,30
Сыр в нарезке		№ 54-1з	20	4,60	5,90	0,00	71,70
Хлеб ржано-пшеничный		пром.товар	70	4,60	0,80	27,70	136,90
Масло сливочное		№ 54-19э	10	0,10	7,30	0,10	66,10
Чай с лимоном и сахаром		№ 54-3гн	200	0,20	0,10	6,60	27,90
Итого за Завтрак:	90,00			16,400	19,900	66,500	510,900

Обед для учащихся 1-4 классов.

Обед	Цена	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
Огурцы консервированные		№ 71/2011 г.	60	0,48	0,06	1,02	6,00
Суп гороховый		№ 54-8с	200	6,70	4,60	16,30	133,10
Тефтели из говядины с рисом		№ 54-16м	90	13,00	13,20	7,30	199,70
Каша гречневая рассыпчатая		№ 54-4г	150	8,20	6,30	35,90	233,70
Хлеб ржано-пшеничный		пром.товар	80	5,30	1,00	31,70	156,50
Компот из яблок с лимоном		№ 54-34хн	200	0,20	0,20	11,00	46,70
Итого за Обед:	90,00			33,880	25,360	103,220	775,700

Завтрак для учащихся 5-11 классов.

	Цена	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
Завтрак							
Икра кабачковая		пром.товар	60	0,90	2,83	4,43	46,80
Вареники с картофелем		№ 395/2011 г.	250	12,290	15,370	53,670	408,350
Хлеб ржано-пшеничный		пром.товар	40	3,00	0,30	19,70	93,80
Чай с лимоном и сахаром		№ 54-3гн	200	0,20	0,10	6,60	27,90
Итого за Завтрак:	68,86			16,390	18,600	84,400	576,850

Обед для учащихся 5-11 классов.

Обед	Цена	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
Суп гороховый		№ 102/2011	250	8,40	5,80	20,40	166,40
Тефтели мясные запеченные в соусе		пром.товар/344/2011 г.	120	13,30	14,20	9,70	224,80
Каша гречневая рассыпчатая		№ 54-4г	180	9,84	7,60	43,10	280,44
Хлеб ржано-пшеничный		пром.товар	40	3,00	0,30	19,70	93,80
Компот из яблок с лимоном		№ 54-34хн	200	0,20	0,20	11,00	46,70
Итого за Обед:	94,15			34,740	28,100	103,900	812,140

Дотационное питание (10 рублей).

Дотационное питание	Цена	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
Каша молочная пшеничная		№ 54-13к	100	3,45	2,90	16,10	104,20
Хлеб пшеничный		пром.товар	20	1,50	0,15	9,85	46,90
Чай черный с сахаром		№ 54-2гн	200	0,20	0,00	6,40	26,80
Итого за Дотационное питание:	10,00			5,150	3,050	32,350	177,900

Зав. производством



СОГЛАСОВАНО
 Директор БОУ Г.Омска "СОШ №16"
 /С.Т.Полякова/

ООО Сервисная компания
 «ИНКОС»
 644007, г. Омск, ул. 5-я Северная, 192
 УТВЕРЖДАЮ
 Директор ООО СК «Инкос»
 /Еролин А.П./
 Филиал № 5 (г. Омск) (ПАО)
 г. Омск

**Вторник 2 недели 2024 года.
 Завтрак для учащихся 1-4 классов.**

	Цена	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
Завтрак							
Горошек консервированный		пром.товар	60	1,70	0,10	3,50	22,10
Омлет натуральный		№ 54-1о	150	12,70	18,00	3,20	225,50
Хлеб пшеничный		пром.товар	40	3,00	0,30	19,70	93,80
Чай черный с сахаром		№ 54-2гн	200	0,20	0,00	6,40	26,80
Булочка сладкая		пром.товар	1 шт	4,00	7,00	28,00	191,00
Итого за Завтрак:	90,00			21,600	25,400	60,800	559,200

Обед для учащихся 1-4 классов.

Обед	Цена	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
Салат из белокачанной капусты		№ 54-7з	60	0,99	6,05	5,78	84,50
Суп картофельный с макаронными изделиями		№ 54-7с	250	6,50	3,50	23,10	149,50
Жаркое по-домашнему из курицы		№ 54-28м	250	31,00	7,80	22,00	282,00
Хлеб ржано-пшеничный		пром.товар	80	5,30	1,00	31,70	156,50
Компот из черники		№ 54-10хн	200	0,20	0,10	7,70	32,70
Итого за Обед:	90,00			43,990	18,450	90,280	705,200

Завтрак для учащихся 5-11 классов.

	Цена	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
Завтрак							
Омлет натуральный		№ 54-1о	180	15,20	21,60	3,80	270,60
Хлеб пшеничный		пром.товар	30	2,30	0,20	14,80	70,30
Чай черный с сахаром		№ 54-2гн	200	0,20	0,00	6,40	26,80
Булочка сладкая		пром.товар	1 шт	4,00	7,00	28,00	191,00
Итого за Завтрак:	86,63			17,700	21,800	25,000	367,700

Обед для учащихся 5-11 классов.

Обед	Цена	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
Суп картофельный с макаронными изделиями		№ 54-7с	250	6,50	3,50	23,10	149,50
Жаркое по-домашнему из курицы		№ 54-28м	280	34,72	8,74	24,60	315,84
Хлеб ржано-пшеничный		пром.товар	40	3,00	0,30	19,70	93,80
Компот из черники		№ 54-10хн	200	0,20	0,10	7,70	32,70
Итого за Обед:	98,46			44,420	12,640	75,100	591,840

Дотационное питание (10 рублей).

Дотационное питание	Цена	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
Печенье		пром.товар	25	1,900	4,125	16,700	115,000
Чай черный с сахаром		№ 54-2гн	200	0,20	0,00	6,40	26,80
Итого за Дотационное питание:	10,00			2,100	4,125	23,100	141,800



**Среда 2 недели 2024 года.
Завтрак для учащихся 1-4 классов.**

	Цена	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
Завтрак							
Каша вязкая молочная овсянная		№ 54-9к	180	7,70	10,10	30,90	245,60
Сыр в нарезке		№ 54-1з	15	3,50	4,40	0,00	53,70
Хлеб пшеничный		пром.товар	50	3,80	0,40	24,60	117,20
Чай с черникой и сахаром		№ 54-8гн	200	0,30	0,10	7,20	31,20
Фрукт		пром.товар	200	1,80	0,40	16,20	75,60
Итого за Завтрак:	90,00			17,100	15,400	78,900	523,300

Обед для учащихся 1-4 классов.

Обед	Цена	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
Салат из моркови		№ 6/2011 г.	60	0,68	5,50	5,40	73,50
Борщ с капустой и картофелем		№ 54-22с	200	4,70	5,70	10,10	110,40
Рыба, запеченная в сметанном соусе (минтай)		№ 54-9р	90	17,10	19,80	5,00	266,10
Картофельное пюре		№ 54-11г	150	3,10	5,30	19,80	139,40
Хлеб пшенично-ржаной		пром.товар	50	3,30	0,60	19,80	97,80
Компот из смеси сухофруктов		№ 54-1хн	200	0,50	0,00	19,80	81,00
Итого за Обед:	90,00			29,380	36,900	79,900	768,200

Завтрак для учащихся 5-11 классов.

	Цена	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
Завтрак							
Каша вязкая молочная овсянная		№ 54-9к	200	8,60	11,22	34,33	272,90
Сыр в нарезке		№ 54-1з	15	3,50	4,40	0,00	53,70
Хлеб пшеничный		пром.товар	40	3,00	0,30	19,70	93,80
Чай с черникой и сахаром		№ 54-8гн	200	0,30	0,10	7,20	31,20
Фрукт		пром.товар	200	1,80	0,40	16,20	75,60
Итого за Завтрак:	105,97			17,200	16,420	77,430	527,200

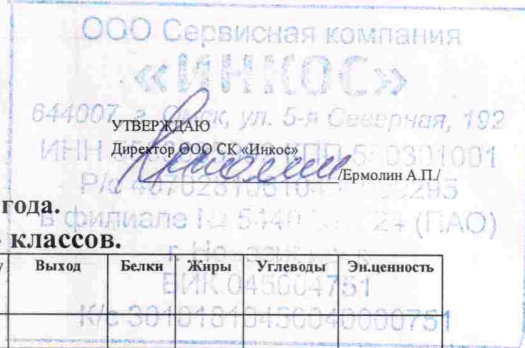
Обед для учащихся 5-11 классов.

Обед	Цена	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
Борщ с капустой и картофелем со сметаной		№ 54-2с	250	5,90	7,13	12,60	138,00
Рыба, запеченная в сметанном соусе (минтай)		№ 54-9р	100	19,00	22,00	5,60	295,70
Картофельное пюре		№ 54-11г	180	3,72	6,40	23,80	167,30
Хлеб пшенично-ржаной		пром.товар	40	3,00	0,30	19,70	93,80
Компот из смеси сухофруктов		№ 54-1хн	200	0,50	0,00	19,80	81,00
Итого за Обед:	107,09			32,120	35,825	81,500	775,800

Дотационное питание (10 рублей).

Дотационное питание	Цена	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
Каша молочная пшеничная		№ 54-13к	100	4,30	5,61	17,20	136,50
Хлеб пшеничный		пром.товар	20	1,50	0,15	9,85	46,90
Чай черный с сахаром		№ 54-2гн	200	0,20	0,00	6,40	26,80
Итого за Дотационное питание:	10,00			6,000	5,760	33,450	210,200

Зав.производством



**Четверг 2 недели 2024 года.
Завтрак для учащихся 1-4 классов.**

	Цена	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
Завтрак							
Маринад овощной с томатом		№ 366/2018 г.	60	0,87	5,32	5,84	74,70
Котлета рыбная, минтай		№ пром.	90	12,60	2,40	7,70	102,90
Рис отварной		№ 54-6г	150	3,60	4,80	36,40	203,50
Хлеб пшеничный		пром.товар	30	2,30	0,20	14,80	70,30
Чай с лимоном и сахаром		№ 54-3гн	200	0,20	0,10	6,60	27,90
Итого за Завтрак:	90,00			19,570	12,820	71,340	479,300

Обед для учащихся 1-4 классов.

Обед	Цена	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
Икра кабачковая		пром.товар	60	0,90	2,83	4,43	46,80
Суп из овощей с фрикадельками мясными		№ 54-5с	200	8,60	6,10	13,90	144,90
Плов с курицей		№ 54-12м	220	30,00	8,90	36,50	346,10
Хлеб пшенично-ржаной		пром.товар	50	3,30	0,60	19,80	97,80
Компот из изюма		№ 54-4хн	200	0,40	0,10	18,30	75,90
Итого за Обед:	90,00			43,200	18,530	92,930	711,500

Завтрак для учащихся 5-11 классов.

	Цена	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
Завтрак							
Котлета рыбная запеченная в соусе		пром.товар/354/2011 г.	120	12,70	7,32	9,70	158,70
Рис отварной		№ 54-6г	180	4,30	5,82	43,70	244,30
Хлеб пшеничный		пром.товар	40	3,00	0,30	19,70	93,80
Чай с лимоном и сахаром		№ 54-3гн	200	0,20	0,10	6,60	27,90
Итого за Завтрак:	80,75			20,200	13,540	79,700	524,700

Обед для учащихся 5-11 классов.

Обед	Цена	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
Суп из овощей с фрикадельками мясными		№ 54-5с	250	10,80	7,60	17,00	181,10
Плов с курицей		№ 54-12м	280	38,10	11,34	46,50	440,40
Хлеб пшенично-ржаной		пром.товар	40	3,00	0,30	19,70	93,80
Компот из изюма		№ 54-4хн	200	0,40	0,10	18,30	75,90
Итого за Обед:	107,36			52,300	19,340	101,500	791,200

Дотационное питание (10 рублей).

Дотационное питание	Цена	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
Рис отварной		№ 54-6г	100	2,40	1,80	13,50	75,40
Хлеб пшеничный		пром.товар	20	1,50	0,15	9,85	46,90
Чай черный с сахаром		№ 54-2гн	200	0,20	0,00	6,40	26,80
Итого за Дотационное питание:	10,00			3,900	1,950	23,350	122,300

Зав. производством



**Пятница 2 недели 2024 года.
Завтрак для учащихся 1-4 классов.**

	Цена	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
Завтрак							
Сырники		пром.товар	150	10,10	2,90	83,80	401,60
Повидло		пром.товар	25	0,10	0,00	16,00	64,30
Хлеб ржаной		пром.товар	30	2,00	0,40	10,00	51,20
Чай черный с сахаром		№ 54-2гн	200	0,20	0,00	6,40	26,80
Йогурт		пром.товар	95	3,90	1,40	5,60	50,80
Итого за Завтрак:	90,00			16,300	4,700	121,800	594,700

Обед для учащихся 1-4 классов.

Обед	Цена	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
Горошек консервированный		пром.товар	60	1,70	0,10	3,50	22,10
Рассольник домашний		№ 54-4с	200	4,60	5,70	11,60	116,10
Голубцы ленивые		пром.товар	90	8,10	6,10	7,60	117,50
Соус сметанный		№ 54-1соус	50	0,70	4,10	1,60	46,50
Макароны отварные		№ 54-1г	150	5,30	4,90	32,80	196,80
Хлеб ржано-пшеничный		пром.товар	80	5,30	1,00	31,70	156,50
Напиток из лимона		№ 1008/1998	200	0,10	0,00	18,60	75,10
Итого за Обед:	90,00			25,800	21,900	107,400	730,600

Завтрак для учащихся 5-11 классов.

	Цена	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
Завтрак							
Сырники		пром.товар	200	13,50	3,90	111,73	535,50
Повидло		пром.товар	20	0,08	0,00	12,80	51,44
Хлеб ржаной		пром.товар	30	2,00	0,40	10,00	51,20
Чай черный с сахаром		№ 54-2гн	200	0,20	0,00	6,40	26,80
Йогурт		пром.товар	95	3,90	1,40	5,60	50,80
Итого за Завтрак:	107,79			15,780	4,300	140,930	664,940

Обед для учащихся 5-11 классов.

Обед	Цена	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
Рассольник домашний		№ 54-4с	250	5,80	7,13	14,50	145,10
Голубец ленивый запеченный в соусе		пром.товар/340/201 1 г.	120	8,52	8,60	8,60	145,40
Макароны отварные		№ 54-1г	180	6,40	5,90	39,40	236,20
Хлеб ржано-пшеничный		пром.товар	40	3,30	0,60	19,80	97,80
Напиток из лимона		№ 1008/1998	200	0,10	0,00	18,60	75,10
Итого за Обед:	92,94			24,120	22,225	100,900	699,600

Дотационное питание (10 рублей).

Дотационное питание	Цена	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
Макароны отварные		№ 54-1г	100	3,600	2,300	9,300	63,900
Хлеб пшеничный		пром.товар	20	1,50	0,15	9,85	46,90
Чай черный с сахаром		№ 54-2гн	200	0,20	0,00	6,40	26,80
Итого за Дотационное питание:	10,00			5,300	2,450	25,550	137,600