

СОГЛАСОВАНО  
 Директор БОУ Г. Омска "Гимназии № 140"  
 \_\_\_\_\_/О.А.Пазыныч/

ООО Сервисная компания  
 «ИНКОС»  
 644007, УТВЕРЖДАЮ ул. 5-я Северная, 192  
 Директор ООО СК «Инкос»  
 ИНН 550301001  
 Р/с 40702810510430000285  
 в филиале № 5440 БТБ 24 (ПАО)  
 БИК 045004751  
 К/с 30101810450040000751

**Понедельник 1 недели 2022 года**  
**Завтрак для учащихся 1-4 классов.**

	Цена	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
<b>Завтрак</b>							
Каша пшеничная с маслом		№ 173/2011 г.	185	7,500	10,000	35,60	262,20
Сыр порциями		№ 15/2011 г.	15	3,500	4,400	0,000	53,700
Хлеб пшеничный		пром.товар	30	2,300	0,200	14,800	70,300
Чай со смородиной и медом		№ 54-14гн/2020 г.	200	0,400	0,100	8,200	35,000
Мандарин		пром.товар	70	0,600	0,100	5,300	24,500
<b>Итого за Завтрак:</b>	<b>62,40</b>			<b>14,300</b>	<b>14,800</b>	<b>63,900</b>	<b>445,700</b>

**Обед для учащихся 1-4 классов.**

Обед	Цена	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
Огурцы соленые		пром.товар	60	1,200	0,200	6,100	31,300
Рассольник ленинградский со сметаной		№ 96/2011 г.	200	4,700	6,200	13,600	129,400
Капуста тушеная с мясом		№ 54-10м-2020 г.	200	16,800	8,200	10,400	183,000
Хлеб пшеничный		пром.товар	60	4,600	0,500	29,500	140,600
Компот из кураги		№ 54-2хн/2020 г.	200	1,000	0,100	15,600	66,900
<b>Итого за Обед:</b>	<b>62,40</b>			<b>28,300</b>	<b>15,200</b>	<b>75,200</b>	<b>551,200</b>

**Организованное буфетное питание (завтрак)**

	Цена	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
<b>Завтрак</b>							
Каша пшеничная с маслом		№ 173/2011 г.	150	6,081	8,110	28,87	212,60
Сыр порциями		№ 15/2011 г.	10	2,330	2,930	0,000	35,800
Хлеб пшеничный		пром.товар	30	2,300	0,200	14,800	70,300
Чай со смородиной и медом		№ 54-14гн/2020 г.	200	0,400	0,100	8,200	35,000
Булочка слоеная		пром.товар	1 шт	5,000	16,000	50,000	370,000
<b>Итого за Завтрак:</b>	<b>72,42</b>			<b>16,111</b>	<b>27,340</b>	<b>101,870</b>	<b>723,700</b>

**Организованное буфетное питание (обед)**

Обед	Цена	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
Огурцы соленые		пром.товар	20	0,400	0,067	2,034	10,434
Рассольник ленинградский со сметаной		№ 96/2011 г.	250	250,024	7,750	17,000	161,750
Тефтели мясные		№ 279/2011 г.	70	7,037	6,658	5,947	111,935
Соус сметанный		№ 330/2011 г.	30	0,953	4,172	2,603	51,765
Капуста тушеная		№ 321/2011 г.	150	3,930	4,845	10,545	101,510
Хлеб пшеничный		пром.товар	40	3,000	0,300	19,700	93,800
Компот из кураги		№ 54-2хн/2020 г.	200	1,000	0,100	15,600	66,900
<b>Итого за Обед:</b>	<b>90,98</b>			<b>266,344</b>	<b>23,892</b>	<b>73,429</b>	<b>598,094</b>

**Дотационное питание (10 рублей).**

Дотационное питание	Цена	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
Каша пшеничная с маслом		№ 173/2011 г.	100	4,320	6,420	26,34	180,36
Хлеб пшеничный		пром.товар	30	2,300	0,200	14,800	70,300
Чай с сахаром		№ 376/2011 г.	200	0,200	0,000	6,400	26,800
<b>Итого за Дотационное питание:</b>	<b>10,00</b>			<b>6,820</b>	<b>6,620</b>	<b>47,540</b>	<b>277,460</b>

СОГЛАСОВАНО

Директор БОУ Г.Омска "Гимназии № 140"

/О.А.Пазыныч/

Вторник 1 недели 2022 года

## Завтрак для учащихся 1-4 классов.

	Цена	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
<b>Завтрак</b>							
Икра кабачковая		пром.товар	60	1,100	5,300	4,600	71,100
Котлета куриная		№ 294/2011 г.	75	14,300	3,300	10,000	127,100
Картофельное пюре		№ 128/2011 г.	135	2,800	5,500	17,800	131,200
Хлеб пшеничный		пром.товар	30	2,300	0,200	14,800	70,300
Чай с красной смородиной с сахаром		№ 54-13гн/2020	200	0,300	0,100	7,300	31,300
<b>Итого за Завтрак:</b>	<b>62,40</b>			<b>20,800</b>	<b>14,400</b>	<b>54,500</b>	<b>431,000</b>

## Обед для учащихся 1-4 классов.

	Цена	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
<b>Обед</b>							
Маринад овощной с томатом		№ 366/2018 г.	60	0,900	5,300	5,800	74,700
Борщ с капустой и картофелем со сметаной		№ 82/2011 г.	200	4,700	6,100	10,100	114,300
Рыба, запеченная в сметанном соусе (минтай)		№ 232/2011 г.	80	15,100	20,000	4,300	258,200
Рис отварной с маслом		№ 304/2011 г.	150	3,600	5,400	36,400	208,700
Хлеб пшеничный		пром.товар	60	4,600	0,500	29,500	140,600
Компот из клюквы		№ 54-12хн-2020 г.	200	0,100	0,000	7,000	28,800
<b>Итого за Обед:</b>	<b>62,40</b>			<b>28,900</b>	<b>37,300</b>	<b>86,100</b>	<b>796,500</b>

## Организованное буфетное питание (завтрак)

	Цена	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
<b>Завтрак</b>							
Икра кабачковая		пром.товар	20	0,367	1,767	1,534	23,700
Котлета куриная		№ 294/2011 г.	75	14,300	3,300	10,000	127,100
Соус сметанный с томатом		№ 331/2011 г.	50	1,730	6,950	3,210	82,300
Картофельное пюре		№ 128/2011 г.	150	3,112	6,112	19,778	145,778
Хлеб пшеничный		пром.товар	30	2,300	0,200	14,800	70,300
Чай с красной смородиной с сахаром		№ 54-13гн/2020	200	0,300	0,100	7,300	31,300
<b>Итого за Завтрак:</b>	<b>74,32</b>			<b>22,109</b>	<b>18,429</b>	<b>56,622</b>	<b>480,478</b>

## Организованное буфетное питание (обед)

	Цена	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
<b>Обед</b>							
Борщ с капустой и картофелем со сметаной		№ 82/2011 г.	250	5,875	7,625	12,625	142,875
Рыба, запеченная в сметанном соусе (минтай)		№ 232/2011 г.	90	18,875	25,000	5,375	322,750
Рис отварной с маслом		№ 304/2011 г.	150	3,600	5,400	36,400	208,700
Хлеб пшеничный		пром.товар	40	3,900	0,300	19,700	93,800
Компот из клюквы		№ 54-12хн-2020 г.	200	0,100	0,000	7,000	28,800
<b>Итого за Обед:</b>	<b>71,55</b>			<b>31,450</b>	<b>38,325</b>	<b>81,100</b>	<b>796,925</b>

## Дотационное питание (10 рублей).

	Цена	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
<b>Дотационное питание</b>							
Вафли		пром.товар	30	10,150	1,750	22,050	185,500
Чай с сахаром		№ 376/2011 г.	200	0,200	0,000	6,400	26,800
<b>Итого за Дотационное питание:</b>	<b>10,00</b>			<b>10,350</b>	<b>1,750</b>	<b>28,450</b>	<b>212,300</b>

Зав. производством

ООО Сервисная компания  
 «ИНКОС»  
 УТВЕРЖДАЮ  
 Директор ООО СК «Инкос»  
 644007, г. Омск, ул. Ермолин А.П.2  
 ИНН 5503005992 КПП 550301001  
 № 40702810610430009295  
 в филиале № 5440 ВТБ 24 (ПАО)  
 БИК 045004751  
 К/с 30101810450040000751

СОГЛАСОВАНО  
 Директор БОУ Г.Омска "Гимназии № 140"  
 \_\_\_\_\_ /О.А.Пазынич/

ООО Сервисная компания  
 «ИНКОС»  
 644007 УТВЕРЖДАЮ  
 Директор ООО СК «Инкос»  
 ИИН: 550201001  
 Р/С 40702810610430009295  
 в филиале № 5440 ВТБ 24 (ПАО)  
 г. Новосибирск  
 К/с 30101810450040000751

Среда 1 недели 2022 года.

**Завтрак для учащихся 1-4 классов.**

	Цена	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
<b>Завтрак</b>							
Огурец свежий		№ 71/2011 г.	35	0,984	5,450	5,780	67,176
Плов с курицей		№ 291/2011 г.	225	30,600	9,100	37,400	354,000
Хлеб пшеничный		пром.товар	40	3,000	0,300	19,700	93,800
Чай с черной смородиной и облепихой с медом		№ 54-44гн/2020 г.	200	0,400	0,100	8,500	36,100
<b>Итого за Завтрак:</b>	<b>62,40</b>			<b>34,984</b>	<b>14,950</b>	<b>71,380</b>	<b>551,076</b>

**Обед для учащихся 1-4 классов.**

	Цена	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
<b>Обед</b>							
Икра кабачковая		пром.товар	60	0,800	5,300	5,100	71,800
Суп из овощей со сметаной		№ 99/2011 г.	200	1,400	3,700	8,100	71,200
Котлеты из говядины		№ 268/2011 г.	75	13,700	13,600	12,300	226,400
Макаронные изделия отварные		№ 203/2011 г.	150	5,300	5,500	32,800	202,000
Хлеб пшеничный		пром.товар	60	4,600	0,500	29,500	140,600
Компот из облепихи с медом		№ 54-16кн/2020 г.	200	0,300	1,000	8,300	43,100
<b>Итого за Обед:</b>	<b>62,40</b>			<b>26,100</b>	<b>29,600</b>	<b>96,100</b>	<b>755,100</b>

**Организованное буфетное питание (завтрак)**

	Цена	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
<b>Завтрак</b>							
Плов с курицей		№ 291/2011 г.	250	34,000	10,112	41,556	393,334
Хлеб пшеничный		пром.товар	40	3,000	0,300	19,700	93,800
Чай с черной смородиной и облепихой с медом		№ 54-44гн/2020 г.	200	0,400	0,100	8,500	36,100
Корж молочный		пром.товар	1 шт	4,890	8,430	47,680	286,000
<b>Итого за Завтрак:</b>	<b>82,50</b>			<b>42,290</b>	<b>18,942</b>	<b>117,436</b>	<b>809,234</b>

**Организованное буфетное питание (обед)**

	Цена	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
<b>Обед</b>							
Огурец свежий		№ 71/2011 г.	35	0,270	1,770	1,700	24,000
Суп из овощей со сметаной		№ 99/2011 г.	250	1,750	4,625	10,125	89,000
Котлеты из говядины		№ 268/2011 г.	75	13,700	13,600	12,300	226,400
Макаронные изделия отварные		№ 203/2011 г.	150	5,300	5,500	32,800	202,000
Хлеб пшеничный		пром.товар	40	3,000	0,300	19,700	93,800
Компот из облепихи с медом		№ 54-16кн/2020 г.	200	0,300	1,000	8,300	43,100
<b>Итого за Обед:</b>	<b>85,97</b>			<b>24,320</b>	<b>26,795</b>	<b>84,925</b>	<b>678,300</b>

**Дотационное питание (10 рублей).**

	Цена	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
<b>Дотационное питание</b>							
Макаронные изделия отварные		№ 203/2011 г.	110	4,623	4,815	28,408	175,070
Хлеб пшеничный		пром.товар	30	2,300	0,200	14,800	70,300
Чай с сахаром		№ 376/2011 г.	200	0,200	0,000	6,400	26,800
<b>Итого за Дотационное питание:</b>	<b>10,00</b>			<b>7,123</b>	<b>5,015</b>	<b>49,608</b>	<b>272,170</b>

Зав. производством

СОГЛАСОВАНО  
 Директор БОУ Г.Омска "Гимназия № 140"  
 \_\_\_\_\_ /О.А.Пазыныч/

ООО Сервисная компания  
**«ИНКОС»**  
 644007, г. Омск, ул. Свердлова 5-я Северная, 192  
 ИНН 5501000000 /Директор ООО СК «Инкос» /Ермолин А.П./  
 Р/с 40702810010430000295  
 в филиале № 5440 ВТБ 24 (ПАО)  
 г. Новосибирск  
 БИК 045004751  
 № 30101810450040000751

Четверг 1 недели 2022 года

**Завтрак для учащихся 1-4 классов**

	Цена	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
<b>Завтрак</b>							
Запеканка из творога с морковью		№ 224/2011 г.	150	14,000	11,900	27,300	272,400
Соус из свежемороженой ягоды		№ 1090/1998 г.	50	0,200	0,000	25,100	101,600
Хлеб пшеничный		пром. товар	30	2,300	0,200	14,800	70,300
Чай с лимоном и сахаром		№ 54-3гн/2020	200	0,200	0,100	6,600	27,900
Яблоко		пром. товар	70	0,600	0,100	5,300	24,500
<b>Итого за Завтрак:</b>	<b>62,40</b>			<b>17,300</b>	<b>12,300</b>	<b>79,100</b>	<b>496,700</b>

**Обед для учащихся 1-4 классов.**

Обед	Цена	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
Огурцы соленые		пром. товар	60	1,200	0,200	6,100	31,300
Суп картофельный с горохом		№ 102/2011 г.	200	6,700	4,600	16,300	133,100
Рагу из мяса птицы		№ 289/2011 г.	200	21,000	7,000	17,500	217,300
Хлеб пшеничный		пром. товар	60	4,600	0,500	29,500	140,600
Компот из смородины с медом		№ 54-14хн/2020 г.	200	0,300	0,000	12,900	52,900
<b>Итого за Обед:</b>	<b>62,40</b>			<b>33,800</b>	<b>12,300</b>	<b>82,300</b>	<b>573,200</b>

**Организованное буфетное питание (завтрак)**

	Цена	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
<b>Завтрак</b>							
Запеканка из творога с морковью со сгущенным молоком		№ 224/2011 г.	150/10	14,750	11,920	32,980	298,400
Хлеб пшеничный		пром. товар	30	2,300	0,200	14,800	70,300
Чай с лимоном и сахаром		№ 54-3гн/2020	200	0,200	0,100	6,600	27,900
Яблоко		пром. товар	70	0,600	0,100	5,300	24,500
<b>Итого за Завтрак:</b>	<b>72,11</b>			<b>17,850</b>	<b>12,320</b>	<b>59,680</b>	<b>421,100</b>

**Организованное буфетное питание (обед)**

Обед	Цена	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
Бульон из птицы с гречками		№ 60/2016 г.	250/30	7,552	1,100	21,264	25,490
Птица запеченная		№ 293/2011 г.	50	18,458	14,943	1,643	214,929
Перловка отварная		№ 302 Москва 2016 г.	150	4,457	4,340	31,754	183,600
Хлеб пшеничный		пром. товар	40	3,000	0,300	19,700	93,800
Компот из смородины с медом		№ 54-14хн/2020 г.	200	0,300	0,000	12,900	52,900
<b>Итого за Обед:</b>	<b>76,89</b>			<b>33,767</b>	<b>20,683</b>	<b>87,261</b>	<b>570,719</b>

**Дотационное питание (10 рублей).**

Дотационное питание	Цена	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
Печенье		пром. товар	40	3,000	6,600	26,600	184,000
Чай с сахаром		№ 376/2011 г.	200	0,200	0,000	6,400	26,800
<b>Итого за Дотационное питание:</b>	<b>10,00</b>			<b>3,200</b>	<b>6,600</b>	<b>33,000</b>	<b>210,800</b>

Зав. производством

СОГЛАСОВАНО  
 Директор БОУ Г.Омска "Гимназии № 140"  
 \_\_\_\_\_/О.А.Пазыныч/

ООО Сервисная компания  
 «ИНКОС»  
 644007, г. Омск, ул. Советская, 192  
 ИНН 550301001  
 Р/с 40702810810430000293  
 в филиале № 5440 ВТБ 24 (ПАО)  
 г. Новосибирск  
 БИК 045004751  
 К/с 30101810430040000751

Пятница 1 недели 2022 года

**Завтрак для учащихся 1-4 классов**

	Цена	Номер по сборнику рецептов	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
<b>Завтрак</b>							
Маринад овощной с томатом		№ 366/2018 г.	60	1,200	0,100	2,400	14,800
Рыба тушеная в томате с овощами		№ 229/2011 г.	80	11,100	5,900	5,000	117,800
Рис отварной		№ 304/2011 г.	150	3,600	5,400	36,400	208,700
Хлеб пшеничный		пром. товар	30	2,300	0,200	14,800	70,300
Чай с клюквой и медом		№ 54-18гн/2020 г.	200	0,400	0,100	8,200	35,000
<b>Итого за Завтрак:</b>	<b>62,40</b>			<b>18,600</b>	<b>11,700</b>	<b>66,800</b>	<b>446,600</b>

**Обед для учащихся 1-4 классов.**

Обед	Цена	Номер по сборнику рецептов	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
Икра морковная		№ 75/2011 г.	60	1,100	5,300	4,600	71,100
Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной		№ 88/2011 г.	200	4,600	6,100	5,700	96,100
Котлета куриная		№ 294/2011 г.	75	14,300	3,300	10,000	127,100
Картофельное пюре		№ 128/2011 г.	135	2,800	5,500	17,800	131,200
Хлеб пшеничный		пром. товар	60	4,600	0,500	29,500	140,600
Компот из кураги		№ 54-2хн/2020 г.	200	1,000	0,100	15,600	66,900
<b>Итого за Обед:</b>	<b>62,40</b>			<b>28,400</b>	<b>20,800</b>	<b>83,200</b>	<b>633,000</b>

**Организованное буфетное питание (завтрак)**

	Цена	Номер по сборнику рецептов	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
<b>Завтрак</b>							
Рыба, запеченная в сметанном соусе (минтай)		№ 232/2011 г.	100	18,875	25,000	5,375	322,750
Рис отварной		№ 304/2011 г.	150	3,600	5,400	36,400	208,700
Хлеб пшеничный		пром. товар	30	2,300	0,200	14,800	70,300
Чай с клюквой и медом		№ 54-18гн/2020 г.	200	2,300	0,200	14,800	70,300
<b>Итого за Завтрак:</b>	<b>73,65</b>			<b>27,075</b>	<b>30,800</b>	<b>71,375</b>	<b>672,050</b>

**Организованное буфетное питание (обед)**

Обед	Цена	Номер по сборнику рецептов	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной		№ 88/2011 г.	250	5,750	7,625	7,125	120,125
Котлета куриная		№ 294/2011 г.	75	14,300	3,300	10,000	127,100
Картофельное пюре		№ 128/2011 г.	150	3,112	6,112	19,780	145,780
Хлеб пшеничный		пром. товар	40	3,000	0,300	19,700	93,800
Компот из кураги		№ 54-2хн/2020 г.	200	1,000	0,100	15,600	66,900
<b>Итого за Обед:</b>	<b>74,61</b>			<b>27,162</b>	<b>17,437</b>	<b>72,205</b>	<b>553,705</b>

**Дотационное питание (10 рублей).**

Дотационное питание	Цена	Номер по сборнику рецептов	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
Рис отварной		№ 304/2011 г.	150	2,640	3,960	26,700	153,100
Хлеб пшеничный		пром. товар	30	2,300	0,200	14,800	70,300
Чай с сахаром		№ 376/2011 г.	200	0,200	0,000	6,400	26,800
<b>Итого за Дотационное питание:</b>	<b>10,00</b>			<b>5,140</b>	<b>4,160</b>	<b>47,900</b>	<b>250,200</b>