



СОГЛАСОВАНО
 Директор БОУ г. Омска "Лицей № 443"
 /Н.В. Ласкутова/

Понедельник 2 недели 2022 года

ООО Сервисная компания
 «ИНКОС»
 УТВЕРЖДАЮ
 Директор ООО СК «Инкос»
 644007, г. Новосибирск, Сервисная, 192
 ИНН 5303055592 КПП 530301001
 К/с 40702810610430009295
 в филиале № 5440 ВТБ 24 (ПАО)
 г. Новосибирск
 ВИК 01500751
 К/с 30101810450040000751

Завтрак для учащихся 1-4 классов. г. Новосибирск

	Цена	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
Завтрак							
Каша ячневая на молоке с маслом		№ 174/2011 г.	200	5,900	6,900	32,900	216,800
Сыр порциями		№ 15/2011 г.	10	2,300	3,000	0,000	35,800
Хлеб пшеничный		пром. товар	35	2,700	0,300	17,200	82,000
Чай с черной смородиной, облепихой и медом		№ 54-44гн/2020 г.	200	0,300	0,100	7,300	31,300
Фрукт		пром. товар	70	0,600	0,100	5,300	24,500
Итого за Завтрак:	62,40			11,800	10,400	62,700	390,400

Обед для учащихся 1-4 классов.

Обед	Цена	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
Огурцы свежие		№ 71/2011 г.	60	0,900	5,300	5,800	74,700
Свекольник со сметаной		№ 54-18с-2020 г.	200	1,800	4,500	10,700	90,200
Плов из булгура с курицей		№ 54-15м-2020 г.	200	19,700	8,700	38,800	312,300
Хлеб пшеничный		пром. товар	50	3,800	0,400	24,600	117,200
Компот из клубники		№ 54-31хн-2020 г.	200	0,100	0,000	7,000	28,800
Итого за Обед:	62,40			26,300	18,900	86,900	623,200

Организованное буфетное питание (завтрак)

	Цена	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
Завтрак							
Каша ячневая на молоке с маслом		№ 174/2011 г.	200	5,900	6,900	32,900	216,800
Горячий бутерброд с сыром		№ 7/2011 г.	50	5,000	3,300	17,200	117,800
Чай с черной смородиной, облепихой и медом		№ 54-44гн/2020 г.	200	2,700	0,300	17,200	82,000
Итого за Завтрак:	62,55			13,600	10,500	67,300	416,600

Организованное буфетное питание (обед)

Обед	Цена	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
Суп с рыбными консервами		№ 95/2016 г.	200	0,900	5,300	5,800	74,700
Плов из булгура с курицей		№ 54-15м-2020 г.	150	14,780	6,525	29,100	234,225
Хлеб пшеничный		пром. товар	40	3,000	0,300	19,700	93,800
Компот из клубники		№ 54-31хн-2020 г.	200	0,100	0,000	7,000	28,800
Итого за Обед:	87,87			18,780	12,125	61,600	431,525

Дотационное питание (10 рублей).

Дотационное питание	Цена	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
Каша молочная ячневая		№ 174/2011 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
Итого за Дотационное питание:	10,00			6,820	6,620	47,540	277,460

Зав. производством

Handwritten signature



ООО «АСОВИКО»
 Директор БОУ г. Омска «Лицей № 145»
 (И.П. Пискунова)

Вторник 2 недели 2022 года. Р/с 40702810610430009295
 в филиале № 5440 ВТБ 24 (ПАО) г. Новосибирск

ООО Сервисная компания
 «ИНКОС»
 УТВЕРЖДАЮ
 Директор ООО СК «Инкос»
 644007, ул. Северная, 192
 ИНН 5603093992 КПП 550301001
 Ермаков А.П.
 БИЖ 043004751
 К/с 30101810450040000751

Завтрак для учащихся 1-4 классов.

	Цена	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
Завтрак							
Омлет натуральный		№ 210/2011 г.	150	12,700	19,300	3,100	237,300
Хлеб пшеничный		пром. товар	40	3,000	0,300	19,700	93,800
Чай с сахаром		№ 376/2011 г.	200	0,200	0,000	6,400	26,800
Фрукт		пром. товар	110	0,400	0,400	10,800	48,800
Итого за Завтрак:	62,40			16,300	20,000	40,000	406,700

Обед для учащихся 1-4 классов.

Обед	Цена	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
Маринад овощной с томатом		№ 366/2018 г.	60	0,800	5,300	5,100	71,800
Суп картофельный с горохом		№ 102/2011 г.	200	6,700	4,600	16,300	133,100
Рыба тушеная в томате с овощами		№ 229/2011 г.	80	11,100	5,900	5,000	117,800
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 облепихи с медом		№ 54-16хн/2020 г.	200	0,300	0,000	12,900	52,900
Итого за Обед:	62,40			27,100	21,700	105,200	724,900

Организованное буфетное питание (завтрак)

	Цена	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
Завтрак							
Вареники с картофелем		№ 395/2011 г.	200	7,150	1,750	45,790	227,510
Хлеб пшеничный		пром. товар	30	3,000	0,300	19,700	93,800
Чай с сахаром		№ 376/2011 г.	200	0,200	0,000	6,400	26,800
Итого за Завтрак:	39,47			10,350	2,050	71,890	348,110

Организованное буфетное питание (обед)

Обед	Цена	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
Суп-лапша домашняя с курицей		№ 113/2011 г.	200/10	4,370	2,550	16,750	107,300
Оладьи из печени		№ 282/2011 г.	50	6,305	10,030	0,530	117,570
Рис отварной с маслом		№ 304/2011 г.	150	3,600	5,400	36,400	208,700
Хлеб пшеничный		пром. товар	40	3,000	0,300	19,700	93,800
Компот из облепихи с медом		№ 54-16хн/2020 г.	200	4,600	0,500	29,500	140,600
Итого за Обед:	83,17			21,875	18,780	102,880	667,970

Дотационное питание (10 рублей).

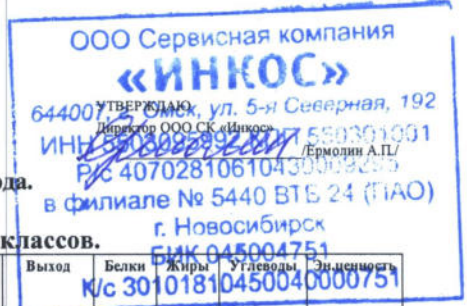
Дотационное питание	Цена	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
Вафли		пром. товар	30	2,440	2,360	28,680	143,600
Чай с сахаром		№ 376/2011 г.	200	0,200	0,000	6,400	26,800
Итого за Дотационное питание:	10,00			2,640	2,360	35,080	170,400

Зав. производством

Handwritten signature



Среда 2 недели 2022 года.



Завтрак для учащихся 1-4 классов.

	Цена	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
Завтрак							
Салат из белокачанной капусты		№ 45/2011 г.	45	1,000	3,200	5,100	53,500
Гуляш		№ 260/2011 г.	80	13,600	13,600	3,100	189,000
Гречка отварная с маслом		№ 171/2011 г.	135	7,400	6,200	32,300	215,000
Хлеб пшеничный		пром.товар	40	3,000	0,300	19,700	93,800
Чай с лимоном и сахаром		№ 54-3гн/2020	200	0,200	0,100	6,600	27,900
Итого за Завтрак:	62,40			25,200	23,400	66,800	579,200

Обед для учащихся 1-4 классов.

Обед	Цена	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
Икра кабачковая		пром.товар	60	1,100	5,300	4,600	71,100
Борщ с капустой и картофелем со сметаной		№ 82/2011 г.	200	4,700	6,100	10,100	114,300
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 смеси сухофруктов		№ 54-1хн-2020 г.	200	0,500	0,000	19,800	81,000
Итого за Обед:	62,40			29,900	31,000	109,100	835,400

Организованное буфетное питание (завтрак)

	Цена	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
Завтрак							
Птица запеченная		№ 293/2011 г.	75	18,875	25,000	5,375	322,750
Гречка отварная		№ 171/2011 г.	150	8,222	6,890	35,890	238,890
Хлеб пшеничный		пром.товар	30	2,250	0,225	14,775	70,350
Чай с лимоном и сахаром		№ 54-3гн/2020	200	0,200	0,100	6,600	27,900
Итого за Завтрак:	94,66			29,547	32,215	62,640	659,890

Организованное буфетное питание (обед)

Обед	Цена	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
Борщ с капустой и картофелем со сметаной		№ 82/2011 г.	200	4,700	6,100	10,100	114,300
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 смеси сухофруктов		№ 54-1хн-2020 г.	200	0,500	0,000	19,800	81,000
Итого за Обед:	88,94			27,200	25,500	94,700	717,500

Дотационное питание (10 рублей).

Дотационное питание	Цена	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
Гречка отварная		№ 931/1998	110	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
Итого за Дотационное питание:	10,00			6,820	6,620	47,540	277,460

Зав. производством

СОГЛАСОВАНО
 Директор ОУС "Сибирский техникум № 145"



ООО Сервисная компания
 «ИНКОС»
 644007, г. Омск, ул. 5-я Северная, 192
 ИНН 5507028106
 Р/с 40702810610430009295
 в филиале № 5440 ВТБ 24 (ПАО)
 г. Новосибирск
 БИК 045004751
 К/с 30101810450040000751

Четверг 2 недели 2022 года.

Завтрак для учащихся 1-4 классов.

	Цена	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
Завтрак							
Помидоры свежие		№ 71/2011 г.	60	1,200	0,200	6,100	31,300
Рагу из мяса птицы		№ 289/2011 г.	200	21,000	7,000	17,500	217,300
Хлеб пшеничный		пром.товар	40	3,000	0,300	19,700	93,800
Чай с брусникой и медом		№ 54-17гн/2020 г.	200	0,400	0,400	9,700	44,400
Итого за Завтрак:	62,40			25,600	7,900	53,000	386,800

Обед для учащихся 1-4 классов.

Обед	Цена	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
Огурцы свежие		№ 71/2011 г.	60	1,000	8,000	3,100	88,100
Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной		№ 88/2011 г.	200	4,600	6,100	5,700	96,100
Тефтели мясные		№ 279/2011 г.	70	9,500	8,500	5,800	138,100
Картофельное пюре		№ 128/2011 г.	135	2,800	5,500	17,800	131,200
Хлеб пшеничный		пром.товар	50	3,800	0,400	24,600	117,200
Компот из кураги		№ 54-2хн/2020 г.	200	1,000	0,100	15,600	66,900
Итого за Обед:	62,40			22,700	28,600	72,600	637,600

Организованное буфетное питание (завтрак)

	Цена	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
Завтрак							
Закрытый бутерброд с биточком		№ 9/2011 г.	125	21,000	7,000	17,500	217,300
Капуста тушеная		№ 321/2011 г.	100	3,000	0,300	19,700	93,800
Чай с брусникой и медом		№ 54-17гн/2020 г.	200	0,400	0,400	9,700	44,400
Итого за Завтрак:	93,41			24,400	7,700	46,900	355,500

Организованное буфетное питание (обед)

Обед	Цена	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной		№ 88/2011 г.	200	4,600	6,100	5,700	96,100
Тефтели мясные		№ 279/2011 г.	70	9,500	8,500	5,800	138,100
Картофельное пюре		№ 128/2011 г.	150	3,111	6,111	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
Итого за Обед:	79,73			21,211	21,111	66,580	540,680

Дотационное питание (10 рублей).

Дотационное питание	Цена	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
Печенье		пром.товар	40	4,623	4,815	28,408	175,070
Чай с сахаром		№ 376/2011 г.	200	0,200	0,000	6,400	26,800
Итого за Дотационное питание:	10,00			4,823	4,815	34,808	201,870

Зав. производством *Меллер*

СОГЛАСОВАНО

Директор ООО г. Омска "Линей 26-435"

Иван Петрович



Пятница 2 недели 2022 года.

Завтрак для учащихся 1-4 классов.

	Цена	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
Завтрак							
Салат из моркови		№ 6/2011 г.	25	0,684	5,448	5,442	73,542
Котлета куриная		№ 294/2011 г.	75	14,300	3,300	10,000	127,100
Соус сметанный		№ 330/2011 г.	30	0,400	2,500	1,000	28,500
Макароны отварные с сыром		№ 204/2011 г.	145	7,600	6,900	27,700	203,600
Хлеб пшеничный		пром. товар	30	2,300	0,200	14,800	70,300
Чай с облепихой с сахаром		№ 54-5гн/2020 г.	200	0,300	0,600	7,000	35,000
Итого за Завтрак:	62,40			25,584	18,948	65,942	538,042

ООО Сервисная компания
«ИНКОС»
 УТВЕРЖДАЮ
 644007 Директор ООО СК «Инкос»
 ИНН 5503038992 КПП 550301001
 192
 Ермолин А.П.
 Р/с 40702810610430039295
 в филиале № 5440 ВТБ 24 (ПАО)
 г. Новосибирск
 ВИК № 5401/931
 К/с 30101810450040000751

Обед для учащихся 1-4 классов.

	Цена	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
Обед							
Кукуруза консервированная		пром. товар	60	0,900	5,300	5,800	74,700
Суп из овощей со сметаной		№ 99/2011 г.	200	1,400	3,700	8,100	71,200
Плов с курицей		№ 291/2011 г.	200	27,200	8,100	33,200	314,600
Хлеб пшеничный		пром. товар	60	4,600	0,500	29,500	140,600
Компот из вишня с медом		№ 54-30хн/2020 г.	200	0,400	0,100	9,300	39,600
Итого за Обед:	62,40			34,500	17,700	85,900	640,700

Организованное буфетное питание (завтрак)

	Цена	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
Завтрак							
Салат из моркови		№ 6/2011 г.	25	0,684	5,448	5,442	73,542
Котлета куриная		№ 294/2011 г.	75	14,300	3,300	10,000	127,100
Соус сметанный		№ 330/2011 г.	50	0,400	2,500	1,000	28,500
Макароны отварные с сыром		№ 204/2011 г.	150	7,600	6,900	27,700	203,600
Хлеб пшеничный		пром. товар	30	2,300	0,200	14,800	70,300
Чай с облепихой с сахаром		№ 54-5гн/2020 г.	200	0,300	0,600	7,000	35,000
Итого за Завтрак:	84,91			25,584	18,948	65,942	538,042

Организованное буфетное питание (обед)

	Цена	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
Обед							
Суп из овощей со сметаной		№ 99/2011 г.	200	1,400	3,700	8,100	71,200
Плов с курицей		№ 291/2011 г.	220	29,920	8,910	36,520	346,060
Хлеб пшеничный		пром. товар	40	3,000	0,300	19,700	93,800
Компот из вишня с медом		№ 54-30хн/2020 г.	200	0,400	0,100	9,300	39,600
Итого за Обед:	85,28			34,720	13,010	73,620	550,660

Дотационное питание (10 рублей).

	Цена	Номер по сборнику рецептур	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Эн.ценность
Дотационное питание							
Макаронные изделия отварные		№ 203/2011 г.	110	3,000	6,600	26,600	184,000
Хлеб пшеничный		пром. товар	30	0,200	0,000	6,400	26,800
Чай с сахаром		№ 376/2011 г.	200	0,200	0,000	6,400	26,800
Итого за Дотационное питание:	10,00			3,400	6,600	39,400	237,600

Зав. производством

Handwritten signature