



Ген. директор АО «КШП- Глобус»

С.В. Косых

2022 г.

Утверждаю:

директор
школы
В.Д. Бабак

«01» 01 2023 г.

ПРИМЕРНОЕ ДВЕНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ
ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5-11 КЛАССОВ
АО "КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ - ГЛОБУС"
1 НЕДЕЛЯ

ДЕНЬ: ПОНЕДЕЛЬНИК

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ

СЕЗОН: ЗИМНЕ - ВЕСЕННИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 ЛЕТ И СТАРШЕ

НАИМЕНОВАНИЕ ПРОДУКТА	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Гуляш	100	10	30,3	3,7	328	260
Каша гречневая вязкая	180	5,76	8,46	30,78	216	510
Смесь овощная отварная	100	2		6	30	акт
Напиток из ягод	180	0,09		22,41	88	акт
Хлеб школьный/Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,76	95	акт
Итого		20,89	39,12	83,65	757	

ДЕНЬ: ВТОРНИК

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ

СЕЗОН: ЗИМНЕ - ВЕСЕННИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 ЛЕТ И СТАРШЕ

НАИМЕНОВАНИЕ ПРОДУКТА	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Курица "Сибирская красавица"	100	28,57	19,71	2,71	302	акт
Макаронные изделия отварные	180	6,3	7,38	42,3	265	516
Овощи по сезону	100	0,8		3,4	16	71
Чай с сахаром и лимоном	180	0,27		13,5	54	686
Хлеб школьный/Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,76	95	акт
Итого		38,98	27,45	82,67	732	

ДЕНЬ: СРЕДА

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ

СЕЗОН: ЗИМНЕ - ВЕСЕННИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 ЛЕТ И СТАРШЕ

НАИМЕНОВАНИЕ ПРОДУКТА	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Котлеты студенческие с соусом	100	12,9	15,28	11,44	238	173
Пюре картофельное	180	3,78	8,1	26,28	196	520
Капуста свежая тушеная	60	1,5	2,76	6,42	56	534
Компот из смеси сухофруктов	180	0,54		28,26	112	акт
Хлеб школьный/Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,76	95	акт
Итого		21,76	26,5	93,16	697	

ДЕНЬ: ЧЕТВЕРГ
 НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
 СЕЗОН: ЗИМНЕ - ВЕСЕННИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 ЛЕТ И СТАРШЕ

НАИМЕНОВАНИЕ ПРОДУКТА	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Горбуша запеченная	100	10,4	10,5	5,9	162	386
Рис припущенный	180	4,5	10,8	47,34	294	512
Салат из морской капусты	100	1	2,03	7	122	101
Напиток фруктовый	180	0,09		22,68	86	699
Хлеб школьный/Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,76	95	акт
Итого		19,03	23,69	103,68	710	

ДЕНЬ: ПЯТНИЦА
 НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
 СЕЗОН: ЗИМНЕ - ВЕСЕННИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 ЛЕТ И СТАРШЕ

НАИМЕНОВАНИЕ ПРОДУКТА	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Жаркое по-домашнему из мяса птицы	280	25,45	32,68	44,41	574	акт
Огурцы консервированные	100	1,2	0,2	5,8	30	70
Компот из ягод	180	0,38	0,15	23,69	90	акт
Хлеб школьный/Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,76	95	акт
Итого		30,07	33,39	94,66	789	

ДЕНЬ: СУББОТА
 НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
 СЕЗОН: ЗИМНЕ - ВЕСЕННИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 ЛЕТ И СТАРШЕ

НАИМЕНОВАНИЕ ПРОДУКТА	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Запеканка творожная с молоком сгущенным	200	26,68	18,71	103,79	471	224
Чай с сахаром и лимоном	180	0,27		13,5	54	686
Рожки обсыпные	70	5,46	3,92	40,04	220	УОП-118
Яблоки	100	0,4		12,69	52	338
Итого		32,81	22,63	170,02	797	

Среднее значение за период:

27,26 28,80 104,64 725

Утверждаю:



Утверждаю:

директор
школы
В.Д. Бабак
«09» 01 2023 г.

ПРИМЕРНОЕ ДВЕНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ
ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5 - 11 КЛАССОВ
АО "КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ - ГЛОБУС"
2 НЕДЕЛЯ

ДЕНЬ: ПОНЕДЕЛЬНИК

НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ

СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 ЛЕТ И СТАРШЕ

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Колбасные изделия отварные	100	12	22	3,5	214	табл
Макаронные изделия отварные	180	6,3	7,38	42,3	265	516
Овощи по сезону	100	0,8		3,4	16	71
Компот из ягод	180	0,38	0,15	23,69	90	акт
Хлеб школьный/ хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,76	95	акт
Итого		22,52	29,89	93,65	680	

ДЕНЬ: ВТОРНИК

НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ

СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 ЛЕТ И СТАРШЕ

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Фрикадельки из птицы	100	18,2	6,5	7,8	163	акт
Каша гречневая вязкая	180	5,76	8,46	30,78	216	510
Кукуруза консервированная	100	3,5	1,5	20,0	110	101
Напиток из ягод	180	0,09		22,41	88	акт
Хлеб школьный/ хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,76	95	акт
Итого		30,59	16,82	101,75	672	

ДЕНЬ: СРЕДА

НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ

СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 ЛЕТ И СТАРШЕ

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Мясные ежики с соусом	150	11,7	12,85	13,2	215	562
Пюре картофельное	180	3,78	8,1	26,28	197	520
Закуска из овощей	100	1,83	4,5	7,5	80	акт
Напиток фруктовый	180	0,09		22,68	86	699
Хлеб школьный/ хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,76	95	акт
Итого		20,08	26,16	91,67	678	

ДЕНЬ: ЧЕТВЕРГ
 НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
 СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 ЛЕТ И СТАРШЕ

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/5	2,18	4,93	10,25	119	124
Рыба, запеченная в сметанном соусе	100	9,9	12,4	9,9	203	232
Рис припущенный	180	4,5	10,8	47,34	294	512
Овощи по сезону	100	0,8		3,4	16	71
Сок	180			20,34	81	389
Хлеб школьный/ хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,76	95	акт
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,4	0,2	9	44	
Итого		21,82	28,69	120,99	852	

ДЕНЬ: ПЯТНИЦА
 НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
 СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 ЛЕТ И СТАРШЕ

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Суп картофельный с фасолью	250	6,2	5,6	22,3	168	139
Мясо, запеченное с картофелем	250	16,17	16,55	39,8	410	акт
Закуска из овощей	100	1,83	4,5	7,5	80	акт
Чай с сахаром	180	0,18		13,5	52	685
Хлеб школьный/ хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,76	95	акт
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,4	0,2	9	44	
Итого		28,82	27,21	112,86	849	

ДЕНЬ: СУББОТА
 НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
 СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 ЛЕТ И СТАРШЕ

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Рассольник ленинградский со сметаной	250/5	3,07	5,85	17,81	143	132
Мясо тушеное	100	15,3	5,9	3,9	132	433
Макаронные изделия отварные	180	6,3	7,38	42,3	265	516
Овощи отварные	100	1,67	0,07	6,13	40	32
Компот из смеси сухофруктов	180	0,54		28,26	112	акт
Хлеб школьный/ хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,76	95	акт
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,4	0,2	9	44	
Итого		31,32	19,76	128,16	883	

Среднее значение за период

28,73 27,56 121,41 858