



**ПРИМЕРНОЕ ДВЕНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ
 ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ, С ОДНОСМЕННЫМ РЕЖИМОМ РАБОТЫ
 АО «КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ – ГЛОБУС»
 1 НЕДЕЛЯ**

ДЕНЬ: ПОНЕДЕЛЬНИК
 НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
 СЕЗОН: ЗИМНИЙ - ВЕСЕННИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Завтрак						
Бутерброды с сыром	40	4,73	3,12	15,57	106	3
Каша молочная «Геркулес» с маслом	200	10,19	10,71	55,01	261	173
Чай с сахаром и молоком	180	1,44	1,44	15,57	79	378
Кисломолочный продукт	1шт	3	2,5	15,5	97	
Итого		19,36	17,77	101,65	543	

ДЕНЬ: ВТОРНИК
 НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
 СЕЗОН: ЗИМНИЙ - ВЕСЕННИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Завтрак						
Биточки из филе птицы с соусом	110	8,36	7,44	13,23	188	акт
Макаронные изделия отварные	150	5,25	6,15	35,25	220	516
Закуска из овощей	60	1,1	2,7	4,5	47	акт
Чай с сахаром и лимоном	180	0,27		13,5	54	686
Хлеб школьный / Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Итого		17,26	16,56	82,05	580	

ДЕНЬ: СРЕДА
 НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
 СЕЗОН: ЗИМНИЙ - ВЕСЕННИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Завтрак						
Тефтели (2вариант) с соусом	110	8,6	12,33	12,17	193	462
Пюре картофельное	170	3,57	7,65	24,82	186	520
Капуста свежая тушеная	30	0,75	1,38	3,21	28	534
Компот из смеси сухофруктов	180	0,54		28,26	112	акт
Хлеб школьный / Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Итого		15,74	21,63	84,03	580	

ДЕНЬ: ЧЕТВЕРГ
 НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
 СЕЗОН:ЗИМНИЙ - ВЕСЕННИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Завтрак						
Запеканка творожная с соусом	200	20,4	14,25	77,83	379	31
Чай с сахаром	180	0,18		13,5	52	685
Булочка школьная	50	3,41	1,33	24,5	123	428
Итого		23,99	15,58	115,83	554	

ДЕНЬ: ПЯТНИЦА
 НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
 СЕЗОН: ЗИМНИЙ - ВЕСЕННИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Завтрак						
Птица отварная с рагу из овощей	230	10,33	10,68	23	313	акт
Закуска из овощей	60	1,1	2,7	4,5	47	акт
Напиток из ягодной смеси	180	0,396		25,74	101	342
Хлеб школьный / Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Итого		13,846	14,01	69,65	532	

ДЕНЬ: СРЕДА
 НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
 СЕЗОН: ЗИМНЕ- ВЕСЕННИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 ЛЕТ, с 12 лет и старше

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ реп.
		Б	Ж	У		
Завтрак						
Каша молочная пшеничная с маслом	200	8,59	7,77	45,99	289	302
Чай с сахаром и лимоном	180	0,27		13,5	54	686
Хлеб школьный/ хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	10,38	47	акт
Итого		10,38	7,95	69,87	390	
Обед						
Суп – лапша домашняя	200	2,24	4,64	11,12	96	148
Котлеты рыбные с соусом	60	6,33	4,8	6,13	92	234
Пюре картофельное	150	3,15	6,75	21,9	164	520
Напиток фруктовый	180	0,09		22,68	86	699
Хлеб школьный/ хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Хлеб ржаной	20	1,4	0,2	9	44	акт
Итого		15,49	16,65	86,4	553	
Полдник						
Сок	180			20,34	81	389
Булочка с повидлом	100	4,6	10,9	45,4	574	уоп
Итого		4,6	10,9	65,74	655	
Всего		30,47	35,5	222,01	1598	

ДЕНЬ: ЧЕТВЕРГ
 НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
 СЕЗОН: ЗИМНЕ- ВЕСЕННИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 ЛЕТ, с 12 лет и старше

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ реп.
		Б	Ж	У		
Завтрак						
Суп молочный с лапшой домашней	200	5,92	6,8	18,32	159	160
Чай с сахаром	180	0,18		13,5	52	685
Хлеб школьный/ хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	10,38	47	акт
Итого		7,62	6,98	42,2	258	
Обед						
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/5	1,74	3,94	8,2	95	124
Фрикадельки из птицы с соусом	60	5,62	3,45	4,84	72	акт
Пюре гороховое	150	13,13	1,35	42,98	237	199
Напиток из ягод	180	0,09		22,41	88	акт
Хлеб школьный/ хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Хлеб ржаной	20	1,4	0,2	9	44	акт
Итого		24,26	9,21	103,0	607	
Полдник						
Чай с молоком	180	1,44	1,44	15,57	79	378
Рулет с маком	65	4,06	4,46	27,82	197	акт
Итого		5,5	5,9	43,39	276	
Всего		37,38	22,09	188,59	1141	

ДЕНЬ: ПЯТНИЦА
 НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
 СЕЗОН: ЗИМНЕ- ВЕСЕННИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 ЛЕТ, с 12 лет и старше

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Завтрак						
Каша молочная пшеничная с маслом	200	8,0	6,48	36,88	241	Таб 4
Чай с сахаром	180	0,18		13,5	52	685
Хлеб школьный/ хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	10,38	47	акт
Итого		9,7	6,65	61,06	340	
Обед						
Суп картофельный с фасолью	200	4,96	4,48	17,84	134	139
Голубцы ленивые с соусом	80	3,36	7,72	6,87	71	485
Пюре картофельное	150	3,15	6,75	21,9	164	520
Компот из свежих фруктов	180	0,15		24,84	95	631
Хлеб школьный/ хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Хлеб ржаной	20	1,4	0,2	9	44	акт
Итого		15,3	19,39	96,02	579	
Полдник						
Напиток кофейный	180	1,26	1,8	20,16	117	692
Шанежка	75	6,15	7,06	19,03	234	уоп
Итого		7,41	8,86	39,19	351	
Всего		32,41	34,9	196,27	1270	

ДЕНЬ: СУББОТА
 НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
 СЕЗОН: ЗИМНЕ- ВЕСЕННИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 ЛЕТ, с 12 лет и старше

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Завтрак						
Каша молочная рисовая с маслом	200	7,97	7,59	60,09	341	174
Чай с сахаром	180	0,18		13,5	52	685
Хлеб школьный/ хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	10,38	47	акт
Итого		9,67	7,77	83,97	440	
Обед						
Рассольник Ленинградский со сметаной	200/5	2,47	4,83	14,26	116	132
Запеканка Мозайка с соусом	60	9,21	6,77	5,95	76	акт
Каша гречневая вязкая	150	4,8	7,05	25,65	180	510
Компот из смеси сухофруктов	180	0,54		28,26	112	акт
Хлеб школьный/ хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Хлеб ржаной	20	1,4	0,2	9	44	акт
Итого		20,7	19,12	98,69	599	
Полдник						
Чай с сахаром и лимоном	180	0,27		13,5	54	686
Бутерброды с сыром	40	4,73	3,12	15,57	106	3
Итого		5	3,12	29,07	160	
Всего		35,37	30,01	211,73	1199	

Среднее значение за период

35,97 33,38

207,86

1320

Утверждаю:

Ген. директор АО «КШП-Глобус»

С.В. Косых

2022 г.



Согласовано
Директор МБОУ СОШ №56
Степанова Л.Е.

ПРИМЕРНОЕ ДВЕНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ШКОЛЬНЫХ ОБЕДОВ
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		
Суп картофельный с горохом	250	6,2	5,6	22,3	168	139
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	342
Хлеб школьный/ хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,76	95	акт
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,4	0,2	9	44	
Итого		30,12	35,69	124,95	892	

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		
Борщ сибирский со сметаной	250/5	4,04	4,8	16,2	124	111
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
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,4	0,2	9	44	
Итого		36,03	21,82	126,95	840	

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		
Суп -лапша домашняя	250	2,8	5,8	13,9	120	148
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
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,4	0,2	9	44	
Итого		24,28	32,16	114,57	842	

ДЕНЬ: СРЕДА
 НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
 СЕЗОН: ЗИМНИЙ-ВЕСЕННИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет, с 12 лет и старше

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Завтрак						
Каша молочная рисовая с маслом	200	7,97	7,59	60,09	341	174
Чай с сахаром	180	0,18		13,5	52	685
Хлеб школьный/Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	10,38	47	акт
Итого		9,67	7,77	83,97	440,00	
Обед						
Суп-лапша домашняя	200	2,24	4,64	11,12	96	148
Фрикадельки с соусом	60	6,44	6,26	7,28	125	469
Пюре картофельное	150	3,15	6,75	21,9	164	520
Компот из смеси сухофруктов	180	0,54		28,26	112	акт
Хлеб школьный/Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,4	0,2	9	44	
Итого		16,05	18,12	93,13	612	
Полдник						
Пирожки печеные сдобные с капустой и яйцом	60	4,30	4,1	22,1	143	738
Какао с молоком	180	3,38	2,88	24,07	135	693
Итого		7,68	6,98	46,17	278	

ДЕНЬ: ЧЕТВЕРГ
 НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
 СЕЗОН: ЗИМНИЙ-ВЕСЕННИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет, с 12 лет и старше

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Завтрак						
Макароны, запеченные с сыром	200	10,4	13	34,2	303	334
Чай с сахаром и молоком	180	1,44	1,44	15,57	79	378
Хлеб школьный/Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	10,38	47	акт
Итого		13,36	14,62	60,15	429	
Обед						
Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/5	1,66	4,91	10,56	92	110
Котлеты рыбные с соусом	60	7,8	5,28	9,12	117,6	388
Рис припущенный	150	3,75	9,6	39,45	244	512
Напиток из ягод	180	0,09		22,41	88	акт
Хлеб школьный/Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,4	0,2	9	44	
Итого		16,98	20,26	106,11	656,6	
Полдник						
Кулебяка с яблоками	100	6,17	3,17	46,33	238	742
Чай с сахаром и молоком	180	1,26	1,4	15,93	82	378
Итого		7,43	4,57	62,26	320	

ДЕНЬ: ПЯТНИЦА
 НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
 СЕЗОН: ЗИМНИЙ-ВЕСЕННИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет, с 12 лет и старше

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Завтрак						
Суп молочный с лапшой домашней	200	5,92	6,8	18,32	159	160
Чай с сахаром	180	0,18		13,5	52	685
Хлеб школьный/Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	10,38	47	акт
Итого		7,62	6,98	42,20	258	
Обед						
Суп из овощей со сметаной	200/5	1,82	4,27	10	88	132
Запеканка мозайка с соусом	60	9,21	6,77	5,95	76	акт
Каша гречневая вязкая	150	4,8	7,05	25,65	180	510
Компот из ягод	180	0,396		25,74	101	342
Хлеб школьный/Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,4	0,2	9	44	
Итого		19,906	18,56	91,91	560	
Полдник						
Ватрушка с творогом	70	8,31	4,48	26,23	179	410
Чай с сахаром и лимоном	180	0,27		13,5	54	686
Итого		8,58	4,48	39,73	233	

ДЕНЬ: СУББОТА
 НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
 СЕЗОН: ЗИМНИЙ-ВЕСЕННИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет, с 12 лет и старше

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Завтрак						
Каша молочная пшеничная с маслом	200	8	6,48	36,88	241	таб. № 4
Чай с сахаром	180	0,18		13,5	52	685
Хлеб школьный/Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	10,38	47	акт
Итого		9,7	6,66	60,76	340	
Обед						
Суп картофельный с фасолью	200	4,96	4,48	17,84	134	139
Тефтели (1в) с соусом	80	6,4	7,72	8,28	129	461
Каша пшеничная вязкая	150	4,5	6,9	26,4	180	510
Напиток из плодов шиповника	180	0,36		21,24	85	705
Хлеб школьный/Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,4	0,2	9	44	
Итого		19,9	19,57	98,33	643	
Полдник						
Бутиерброд с сыром	50	5,96	4,55	15,57	124	3
Чай с сахаром и лимоном	180	0,27		13,5	54	686
Итого		6,23	4,55	29,07	178	

Среднее значение за период:

36,62 34,07 214,04 1278



Ген. директор АО «КШП-Глобус»
С.В. Косых
2022г.



Методическая комиссия
№ 56
Метеланова Л.Е.

ПРИМЕРНОЕ ДВЕНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ
ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 3-го КЛАССА
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	



**ПРИМЕРНОЕ ДВЕНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ШКОЛЬНЫХ ОБЕДОВ
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		
Суп картофельный с горохом	250	6,2	5,6	22,3	168	139
Гуляш	100	10	30,3	3,7	328	260
Каши 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
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,4	0,2	9	44	
Итого		28,49	44,92	114,95	969	

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		
Рассольник ленинградский со сметаной	250/5	3,07	5,85	17,81	143	132
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
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,4	0,2	9	44	
Итого		43,45	33,5	109,48	919	

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		
Суп лапша-домашняя	250	2,8	5,8	13,9	120	148
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
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,4	0,2	9	44	
Итого		25,96	32,5	116,06	861	

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		
Борщ из свежей капусты со сметаной	250/5	2,06	5,95	13,18	114	110
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
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,4	0,2	9	44	
Итого		22,49	29,84	125,86	917	

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		
Суп из овощей со сметаной	250/5	2,26	5,15	12,48	108	135
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	342
Хлеб школьный/Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,76	95	акт
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,4	0,2	9	44	
Итого		33,73	38,74	116,14	941	

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		
Суп картофельный с фасолью	250	6,2	5,6	22,3	168	139
Плов из говядины	280	24,6	16,84	56,72	475	256
Овощи по сезону	100	0,8		3,4	16	71
Напиток из плодов шиповника	180	0,36		21,24	85	705
Хлеб школьный/Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,76	95	акт
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,4	0,2	9	44	
Итого		36,4	23	133,42	883	

Среднее значение за период:

31,75 33,75 119,32 883

Утверждаю:



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: С 7 ДО 11 ЛЕТ

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Запеканка мозаика с соусом	110	14,25	10,74	10,45	128	акт
Каша гречневая вязкая	160	5,12	7,52	11,36	192	510
Закуска из овощей	60	1,1	2,7	4,5	47	акт
Напиток из ягод	180	0,09		22,41	88	акт
Хлеб школьный/Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Итого		22,84	21,23	64,29	526	

ДЕНЬ: ПЯТНИЦА
 НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
 СЕЗОН: ЗИМНЕ - ВЕСЕННИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Каша молочная пшеничная с маслом	200	8,84	11,05	29,07	257	335
Чай с сахаром и лимоном	180	0,27		13,5	54	686
Десерт фруктовый/ молочный	1 шт	3,9	3,45	24,15	139	
Булочка творожная	50	5	1,8	24,3	134	786
Итого		18,01	16,3	91,02	587	

ДЕНЬ: СУББОТА
 НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
 СЕЗОН: ЗИМНЕ - ВЕСЕННИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Куриные колбаски с соусом	90	11,75	9,32	8,52	169	акт
Макаронные изделия отварные	160	5,6	6,56	37,6	236	516
Горошек зеленый	40	1,2		2,4	13	акт
Компот из смеси сухофруктов	180	0,54		28,26	112	акт
Хлеб школьный/Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Итого		21,37	16,15	92,35	601	

Среднее значение за период

19,72 20,3 82,33 582



**ПРИМЕРНОЕ ДВЕНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ
ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 - 4 КЛАССОВ
С ОДНОСМЕННЫМ РЕЖИМОМ РАБОТЫ ШКОЛ
АО "КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ - ГЛОБУС"
2 НЕДЕЛЯ**

ДЕНЬ: ПОНЕДЕЛЬНИК
НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
СЕЗОН: ЗИМНЕ - ВЕСЕННИЙ
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Колбасные изделия отварные	90	10,8	19,8	3,15	193	акт
Макаронные изделия отварные	170	5,95	6,97	39,95	250	516
Закуска из овощей	30	0,55	1,35	2,25	24	акт
Чай сахаром	180			13,5	52	685
Хлеб школьный/Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Итого		19,58	28,39	74,72	590	

ДЕНЬ: ВТОРНИК
НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
СЕЗОН: ЗИМНЕ - ВЕСЕННИЙ
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Шницели с соусом	110	9,27	8,94	12,56	157	451
Рис припущенный	150	3,75	7,2	39,45	245	512
Закуска из овощей	60	1,1	2,7	4,5	47	акт
Напиток из ягод	180	0,09		22,41	88	акт
Хлеб школьный/Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Итого		16,49	19,11	94,49	608	

ДЕНЬ: СРЕДА
НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
СЕЗОН: ЗИМНЕ - ВЕСЕННИЙ
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Рыбные палочки с соусом	110	13	10	9,56	191	акт
Гюре картофельное	170	3,57	7,65	24,82	186	520
Закуска из овощей	60	1,1	2,7	4,5	47	акт
Напиток фруктовый	180	0,09		22,68	86	699
Хлеб школьный/Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Итого		20,04	20,62	77,13	581	



Утверждаю:
 Ген. директор АО «КШП-Глобус»
 С.В. Косых
 «10» декабря 2022 г.

Согласовано
 Для
 Директор МБОУ «СОШ №5»
 М.А. Степанова Е.

ПРИМЕРНОЕ ДВЕНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ
 ДЛЯ ШКОЛЬНИКОВ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ
 АО "КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ - ГЛОБУС"

2 НЕДЕЛЯ

ДЕНЬ: ПОНЕДЕЛЬНИК

НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ

СЕЗОН: ЗИМНЕ- ВЕСЕННИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 ЛЕТ, с 12 лет и старше

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Завтрак						
Макароны , запеченные с сыром	200	10,4	13	34,2	303	334
Чай с молоком	180	1,44	1,44	15,57	79	378
Хлеб школьный/ хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	10,38	47	акт
Итого		13,36	14,62	60,15	429	
Обед						
Суп картофельный с горохом	200	4,96	4,48	17,84	134	139
Котлеты из птицы с соусом	60	8,52	5,78	7,29	108	акт
Капуста свежая тушеная	150	3,75	6,9	16,05	141	534
Компот из ягод	180	0,38	0,15	23,69	90	324
Хлеб школьный/ хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Хлеб ржаной	20	1,4	0,2	9	44	
Итого		19,89	17,78	89,44	588	
Полдник						
Какао с молоком	180	3,38	2,88	24,07	135	693
Булочка домашняя	60	4,5	7,92	36,54	236	769
Итого		7,88	10,8	60,61	371	
Всего		41,13	43,2	210,2	1388	

ДЕНЬ: ВТОРНИК

НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ

СЕЗОН: ЗИМНЕ- ВЕСЕННИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 ЛЕТ, с 12 лет и старше

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Завтрак						
Каша молочная овсяная «Геркулес» с маслом	200	10,19	10,71	55,01	261	173
Чай с сахаром	180	0,18		13,5	52	685
Хлеб школьный/ хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	10,38	47	акт
Итого		11,89	10,89	78,89	456	
Обед						
Борщ сибирский со сметаной	200/5	3,26	3,94	13	100	111
Тефтели (1в) с соусом	80	6,4	7,72	8,28	129	461
Каша гречневая вязкая	150	4,8	7,05	25,65	180	510
Компот из смеси сухофруктов	180	0,54		28,26	112	акт
Хлеб школьный/ хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Хлеб ржаной	20	1,4	0,2	9	44	акт
Итого		18,68	19,18	99,76	636	
Полдник						
Чай с сахаром	180	0,18		13,5	52	685
Ватрушка с творогом	70	8,31	4,48	26,23	179	410
Итого		8,49	4,48	39,73	231	
Всего		39,06	34,55	218,38	1323	

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

ДЕНЬ: СУББОТА

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ

СЕЗОН: ЗИМНИЙ - ВЕСЕННИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Завтрак						
Мясо тушеное	90	11,76	12,68	2,76	234	256
Каша пшенная вязкая	150	4,22	6,47	24,75	180	510
Овощи по сезону	60	0,48		2,04	10	71
Напиток фруктовый	180	0,09		22,68	86	699
Хлеб школьный / Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Итого		18,83	19,42	67,8	581	

Среднее значение за период:

18,17 17,5 98,14 563