

Утверждаю:

Генеральный директор АО «КШП-Глобус»

Косых С.В.

«27»



Составлено
Директор и БОУ «Лицей» 73
И.В.Шмидт
28.10.2023

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 БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Пельмени отварные	210	21,39	17,85	41,16	415	719
Овощи по сезону	100	0,8		3,4	16	71
Чай с сахаром	200	0,2	0,02	15	61	685
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,76	95	
Итого		25,43	18,23	80,32	587	

ДЕНЬ: ВТОРНИК

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ

СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Рыба, запеченная с соусом	100	10,33	20,9	4,7	173	акт
Рис припущенный	180	4,46	5,2	46,7	251	512
Мучное изделие	50	4,4	1,1	25,15	64	
Напиток фруктово-ягодный	200	0,2	0,2	22,8	94	акт
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,76	95	
Итого		22,43	27,76	120,11	677	

ДЕНЬ: СРЕДА
 НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
 СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Котлеты студенческие	100	12,9	15,28	11,4	200	103
Пюре картофельное	150	3,15	6,75	21,9	163	520
Овощи тушеные	100	2,5	4,6	10,7	94	534
Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,06	29,79	124	акт
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,76	95	
Итого		22,19	27,05	94,55	676	

ДЕНЬ: ЧЕТВЕРГ
 НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
 СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Наггетсы	100	18,7	15,3	0,6	205	494
Макаронные изделия отварные	180	0,98	5,39	44,5	255	516
Овощи по сезону	100	0,8		3,4	16	71
Напиток из ягод	200	0,07	0,02	24,44	100	акт
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,76	95	
Итого		23,59	21,07	72,94	671	

ДЕНЬ: ПЯТНИЦА
 НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
 СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Закуска из овощей	100	1,83	4,50	7,50	78	акт
Мясо по -купечки	250	21,22	24,07	46,88	431	акт
Чай с сахаром и лимоном	200	0,26	0,03	15,25	64	686
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,76	95	
Итого		26,35	28,96	90,39	668	

ДЕНЬ: СУББОТА
НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше

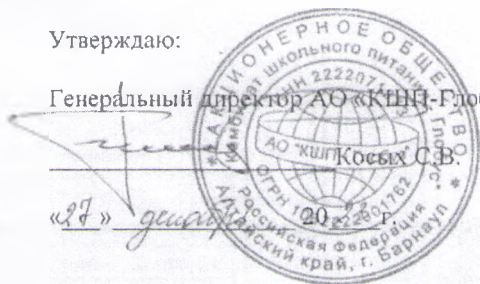
НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Куриные колбаски	100	19,03	14,08	10,4	248	
Рис припущенный	180	4,46	5,2	46,7	251	512
Овощи по сезону	100	0,8		3,4	16	71
Чай с сахаром	200	0,2	0,02	15	61	685
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,76	95	
Итого		27,53	19,66	96,26	671	

Среднее значение за период: 24,59 20,76 92,43 658

- - Согласно СанПин 2.3/2.4.3590-20 п.8.1.4, п.8.1.5 возможные изменения в меню

Утверждаю:

Генеральный директор АО «КШП-Глобус»



Согласовано
Директор ИБОУ «Лицей 73»
И.В. Шмелёв
27.12.2023

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		
Закуска из овощей	100	1,83	4,50	7,50	78	акт
Мясо в кисло – сладком соусе	100	11,5	8,57	4,9	135	акт
Макаронные изделия отварные	180	6,98	5,39	44,5	255	516
Напиток из ягод	200	0,07	0,02	24,44	100	акт
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,76	95	
Итого		23,42	18,84	102,1	663	

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		
Люля-кебаб с соусом	110	10,76	12,96	16,35	252	акт
Каша гречневая вязкая	200	6,17	6,68	27,78	196	510
Чай с сахаром	200	0,2	0,02	15	61	685
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,76	95	
Итого		20,53	20,02	79,38	604	

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		
Медальон из птицы	100	18,36	18,72	11,0	268	акт
Пюре картофельное	180	3,91	5,86	26,46	175	520
Овощи по сезону	100	0,8		3,4	16	71
Напиток фруктовый	200	0,22	0,04	28,59	117	699
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,76	95	
Итого		26,33	24,98	90,21	671	

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		
Свинина по - мексикански	100	8,23	24,75	12,79	250	акт
Рис припущенный	180	4,46	5,20	46,7	251	512
Овощи по сезону	100	0,8		3,4	16	71
Чай с сахаром	200	0,2	0,02	15	61	685
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,76	95	40
Итого		16,73	30,33	98,65	673	

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		
Закуска из овощей	100	1,83	4,50	7,50	78	акт
Мясо по-французски	250	22,25	12,25	27,0	312	акт
Напиток из плодов шиповника	200	0,4		23,6	94	705
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,76	95	40
Итого		27,52	17,11	78,86	579	

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		
Омлет натуральный с маслом	250	24,55	19,05	25,95	374	210
Чай с сахаром	200	0,2	0,02	15	61	685
Мучное изделие	100	8,8	2,2	50,3	128	
Итого		32,75	21,27	91,25	563	

Среднее значение за период: 20,58 22,09 74,87 625

- Согласно СанПин 2.3/2.4.3590-20 п.8.1.4, п.8.1.5 возможные изменения в меню