

Утверждаю:
Ген. директор АО «КШП-Глобус»

Скурлатов Е. А.
27/08/2021 г.



Согласовано
Директор школы
26.08.2021 г.



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

2 НЕДЕЛЯ

День: Понедельник

НЕДЕЛЯ: Вторая

СЕЗОН: Осенний-зимний

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Завтрак						
Каша молочная манная с маслом	200	6,04	8,88	33,46	239	таб 4
Чай с сахаром	180			13,5	53	685
Хлеб пшеничный/Батон школьный	25	1,9	0,2	12,3	59	акт
Итого		7,94	9,08	59,26	351	
Обед						
Суп из овощей со сметаной	200/5	1,82	4,27	10	88	135
Фрикадельки из птицы	45	8,19	2,93	3,51	74	413
Макаронные изделия отварные	150	5,25	6,15	35,25	221	516
Напиток клюквенный	180	0,09		22,41	88	700
Хлеб пшеничный/Батон школьный	25	1,9	0,2	12,3	59	акт
Хлеб пшенично-ржаной	20	1,98	0,36	10,04	52	
Итого		19,23	13,91	93,51	582	
Полдник						
Чай с сахаром и молоком	180	0,18	0,01	15,93	83	378
Кулебяка с яблоками	100	6,17	3,17	46,33	238	724
Итого		6,35	3,18	62,26	321	
Всего		33,52	26,17	215,03	1254	

День: Вторник

НЕДЕЛЯ: Вторая

СЕЗОН: Осенний-зимний

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Завтрак						
Каша молочная рисовая с маслом	200	7,96	11,74	60,08	361	174
Чай с сахаром	180			13,5	53	685
Хлеб пшеничный/Батон школьный	25	1,9	0,2	12,3	59	акт
Итого		9,86	11,94	85,88	473	
Обед						
Суп лапша домашняя	200	2,24	4,64	11,12	96	160
Щицели с соусом	65	6,23	5,91	7,88	111	451
Каша гречневая вязкая	150	4,8	7,05	25,65	180	510
Напиток лимонный	180	0,09		21,78	85	699
Хлеб пшеничный/Батон школьный	25	1,9	0,2	12,3	59	акт
Хлеб пшенично-ржаной	20	1,98	0,36	10,04	52	
Итого		17,24	18,16	88,77	583	
Полдник						
Кофейный напиток	180	1,26	1,8	20,16	117	692
Рулет с маком	70	5,25	3,64	29,96	213	акт
Итого		6,51	5,44	50,12	330	
Всего		33,61	35,54	224,77	1386	

День: Среда
 НЕДЕЛЯ: Вторая
 СЕЗОН: Осенний-зимний
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Завтрак						
Каша молочная пшеничная с маслом	200	8,58	9,92	45,98	309	
Чай с сахаром	180			13,5	53	685
Хлеб пшеничный/Батон школьный	25	1,9	0,2	12,3	59	акт
Итого		10,48	10,12	58,28	368	
Обед						
Борщ "Сибирский" со сметаной	200/5	3,18	4,19	12,88	102	110
Котлеты рыбные	50	6,5	4,4	7,6	98	388
Рис припущенный	150	3,75	9	39,45	245	512
Напиток из черной смородины	180	0,9		16,38	68	700
Хлеб пшеничный/Батон школьный	25	1,9	0,2	12,3	59	акт
Хлеб пшенично-ржаной	20	1,98	0,36	10,04	52	
Итого		18,21	18,15	98,65	624	
Полдник						
Напиток апельсиновый	180	0,09		22,68	86	699
Ватрушка с творогом	75	8,9	4,8	28,1	169	692
Итого		8,99	4,8	50,78	255	
Всего		37,68	33,07	207,71	1247	

День: Четверг
 НЕДЕЛЯ: Вторая
 СЕЗОН: Осенний-зимний
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Завтрак						
Макаронные изделия, запеченные с с	150	8,7	12,9	34,95	297	334
Чай с сахаром	180			13,5	53	685
Хлеб пшеничный/Батон школьный	25	1,9	0,2	12,3	59	акт
Итого		10,6	13,1	60,75	409	
Обед						
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/5	1,66	4,19	8,08	78	124
Фрикадельки с соусом	75	7,41	7,26	8,76	132	469
Каша гречневая вязкая	150	4,8	7,05	25,65	180	510
Компот из сушеных фруктов	180	0,54		28,26	112	639
Хлеб пшеничный/Батон школьный	25	1,9	0,2	12,3	59	акт
Хлеб пшенично-ржаной	20	1,98	0,36	10,04	52	
Итого		18,29	19,06	93,09	613	
Полдник						
Сок	180			20,34	81	631
Расстегай с ягодой и повидлом	75	5,73	2,7	33,93	186	744
Итого		5,73	2,7	54,27	267	
Всего		34,62	34,86	208,11	1289	

День: Пятница
 НЕДЕЛЯ: Вторая
 СЕЗОН: Осенний-зимний
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Завтрак						
Каша молочная "Геркулес" с маслом	200	10,18	12,86	55	377	таб 4
Чай с сахаром	180			13,5	53	685
Хлеб пшеничный/Батон школьный	25	1,9	0,2	12,3	59	акт
Итого		12,08	13,06	80,8	489	
Обед						
Суп картофельный с горохом	200	4,96	4,48	17,84	134	139
Плов с мясом	175	7,84	25,15	41,7	349	443
Компот из клубники	180	0,4		29,88	117	324
Хлеб пшеничный/Батон школьный	25	1,9	0,2	12,3	59	акт
Хлеб пшенично-ржаной	20	1,98	0,36	10,04	52	
Итого		17,08	30,19	111,76	711	
Полдник						
Снежок	180	5,04	6,12	19,8	155	
Рожки обсыпные	50	3,9	2,8	28,6	157	уоп
Итого		8,94	8,92	48,4	312	
Всего		38,1	52,17	240,96	1512	

День: Суббота
 НЕДЕЛЯ: Вторая
 СЕЗОН: Осенний-зимний
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Завтрак						
Суп молочный	200	5,92	6,8	18,32	158	160
Чай с сахаром и лимоном	180	0,18		0,18	50	686
Сдоба обыкновенная	60	4,8	3,24	32,52	178	
Итого		10,9	10,04	51,02	386	
Обед						
Рассольник ленинградский со сметаной	200/5	2,47	4,83	14,26	116	132
Котлеты рубленные из филе птицы	50	9,62	6,21	4,43	99	294
Каша пшеничная вязкая	150	4,5	6,9	26,4	180	510
Чай с сахаром	180			13,5	53	685
Хлеб пшеничный/Батон школьный	32	2,43	0,26	15,74	76	акт
Хлеб пшенично-ржаной	20	1,98	0,36	10,04	52	
Итого		21	18,56	84,37	576	
Полдник						
Молоко кипяченое	180	5,21	5,9	8,9	110	
Булочка домашняя	75	5,63	3,9	9,9	60,53	
Итого		10,84	9,8	18,8	170,53	
Всего		42,74	38,4	154,19	1133	