

Утверждаю:

Ген. директор АО «КШП-Глобус»

Скурлатов Е.А.

06 сентября 2021 г.

Согласовано

Директор МБОУ «Лицей №2»

Е.А. Фоминская

06.09.2021

**ПРИМЕРНОЕ ДВЕНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ
ШКОЛЬНЫХ ОБЕДОВ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С 12 ЛЕТ И СТАРШЕ**

АО "КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ-ГЛОБУС"

1 НЕДЕЛЯ

День: Понедельник

НЕДЕЛЯ: Первая

СЕЗОН: Осенне-зимний

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Суп картофельный с горохом	250	6,2	22,3	22,3	168	139
Колбасные изделия отварные	100	12	22	3,5	270	413
Каша гречневая вязкая	200	6,4	9,4	34,2	240	510
Салат из б/к капусты с зел.гор	60	0,92	3,06	5,52	54	АКТ
Напиток из черной смородины	180	0,9		16,38	68	700
Батон школьный/ хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,73	95	АКТ
Итого		29,46	57,08	101,63	895	

День: Вторник

НЕДЕЛЯ: Первая

СЕЗОН: Осенне-зимний

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Суп из овощей со сметаной	250/5	2,26	5,15	12,48	108	135
Куриные колбаски с сыром	100	19,03	14,08	10,4	248	АКТ
Макаронные изделия отварные	200	7	8,2	47	294	516
Икра свекольная	60	1,44	4,56	7,8	119	78
Компот из клубники	180	0,4		29,88	117	342
Батон школьный/ хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,73	95	АКТ
Итого		33,17	32,31	127,29	981	

День: Среда

НЕДЕЛЯ: Первая

СЕЗОН: Осенне-зимний

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Рассольник ленинградский со сметаной	250/5	3,06	5,85	17,81	143	132
Горбуша тушеная в томате с овощами	100	10,6	5,4	5,6	115	374
Пюре картофельное	200	4,2	9	29,2	218	520
Салат из морской капусты	60	1,6	6,4	4,8	72	101
Чай с сахаром и лимоном	180	0,18		12,2	52	685
Батон школьный/ хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,73	95	АКТ
Итого		22,68	26,97	89,34	695	

ДЕНЬ: Четверг

НЕДЕЛЯ: Первая

СЕЗОН: Осенне-зимний

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Борщ из св.капусты с картофелем со сметаной	250/5	2,41	5,8	12,88	113	110
Биточки с сыром	100	16,3	24,6	8,2	320	АКТ
Рис припущенный с овощами	200	6,38	12	56,7	380	АКТ
Томаты свежие	60	0,72	0,12	2,76	16	71
Напиток лимонный	180	0,18		21,78	84	699
Батон школьный/ хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,73	95	АКТ
Итого		29,03	42,84	122,05	1008	

День: Пятница

НЕДЕЛЯ: Первая

СЕЗОН: Осенне-зимний

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Суп лапша домашняя	250	2,8	5,8	13,9	120	113
Котлеты рубленые из куриного филе с соусом школьным	100	16	14,5	33,16	317	АКТ
Макаронные изделия отварные	200	7	8,2	47	294	516
Маринад овощной без томата	60	0,89	2,55	4,4	56	613
Компот из ягодной смеси	180	0,4		29,9	90	342
Батон школьный/ хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,73	95	АКТ
Итого		30,13	31,37	148,09	972	

День: Суббота

НЕДЕЛЯ: Первая

СЕЗОН: Осенне-зимний

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Суп картофельный с фасолью	250	6,4	5,45	20,65	158	139
Пельмени отварные с маслом	210	21,39	12,41	17,54	427	392
Икра кабачковая	60		4,2	4,2	54	50
Напиток из шиповника	180	0,36		21,24	85	705
Батон школьный/ хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,73	95	АКТ
Итого		31,19	22,38	83,36	819	
Среднее значение за период:		29,28	35,49	111,96	895	

Утверждаю:

Ген. директор АО «КШП-Глобус»

Скурлатов Е.А.

06 сентября 2021 г.

Согласовано

Директор МБОУ "Лицей №2"

Е.А. Фокина

06.09.2021

**ПРИМЕРНОЕ ДВЕНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ
ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С 12 ЛЕТ И СТАРШЕ
АО"КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ-ГЛОБУС"
1 НЕДЕЛЯ**

День: Понедельник

НЕДЕЛЯ: Первая

СЕЗОН: Осенне-зимний

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Колбасные изделия отварные	100	12	22	3,5	270	413
Каша гречневая вязкая	200	6,4	9,4	34,2	240	510
Салат из б/к капусты с зел.гор	60	0,92	3,06	5,52	54	АКТ
Напиток из черной смородины	180	0,9		16,38	68	700
Батон школьный/ хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,73	95	АКТ
Итого		23,26	34,78	79,33	727	

День: Вторник

НЕДЕЛЯ: Первая

СЕЗОН: Осенне-зимний

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Куриные колбаски с сыром	100	19,03	14,08	10,4	248	АКТ
Макаронные изделия отварные	200	7	8,2	47	294	516
Икра свекольная	60	1,44	4,56	7,8	119	78
Компот из клубники	180	0,4		29,88	117	342
Батон школьный/ хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,73	95	АКТ
Итого		30,91	27,16	114,81	873	

День: Среда

НЕДЕЛЯ: Первая

СЕЗОН: Осенне-зимний

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Горбуша тушеная в томате с овощами	100	10,6	5,4	5,6	115	374
Пюре картофельное	200	4,2	9	29,2	218	520
Салат из морской капусты	60	1,6	6,4	4,8	72	101
Чай с сахаром и лимоном	180	0,18		12,2	52	685
Батон школьный/ хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,73	95	АКТ
Итого		19,62	21,12	71,53	552	

ДЕНЬ: Четверг

НЕДЕЛЯ: Первая

СЕЗОН: Осенне-зимний

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Биточки с сыром	100	16,3	24,6	8,2	320	АКТ
Рис припущенный с овощами	200	6,38	12	56,7	380	АКТ
Томаты свежие	60	0,72	0,12	2,76	16	71
Напиток лимонный	180	0,18		21,78	84	699
Батон школьный/ хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,73	95	АКТ
Итого		26,62	37,04	109,17	895	

День: Пятница

НЕДЕЛЯ: Первая

СЕЗОН: Осенне-зимний

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Котлеты рубленые из куриного филе с соусом школьным	100	16	14,5	33,16	317	АКТ
Макаронные изделия отварные	200	7	8,2	47	294	516
Маринад овощной без томата	60	0,89	2,55	4,4	56	613
Компот из ягодной смеси	180	0,4		29,9	90	342
Батон школьный/ хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,73	95	АКТ
Итого		27,33	25,57	134,19	852	

День: Суббота

НЕДЕЛЯ: Первая

СЕЗОН: Осенне-зимний

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Пельмени отварные с маслом	210	21,39	12,41	17,54	427	392
Икра кабачковая	60		4,2	4,2	54	50
Напиток из шиповника	180	0,36		21,24	85	705
Батон школьный/ хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,73	95	АКТ
Итого		24,79	16,93	62,71	661	
Среднее значение за период:		25,42	27,10	95,29	760	