

Утверждаю:
Ген. директор АО «КШП- Глобус»
Скурлатов Е.А.
2021 г.



Утверждаю
Директор МБОУ "Лицей №2"
Фоминская Е.А.
24 декабря 2021

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 БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Суп картофельный с горохом	250	6,4	5,45	20,65	158	139
Гуляш	100	13,9	6,5	4	132	260
Каша гречневая вязкая	180	5,76	8,46	30,78	216	510
Огурцы консервированные	60	0,72	0,12	3,48	12	70
Напиток клюквенный	180	0,09		22,41	88	700
Хлеб школьный/ хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,76	95	АКТ
Хлеб пшенично-ржаной	20	1,4	0,2	9	44	
Итого		31,31	21,09	111,08	745	

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		
Рассольник ленинградский со сметаной	250/5	3,01	5,1	17,73	134	132
Куриные колбаски с сыром	100	19,03	14,08	10,4	248	АКТ
Макаронные изделия отварные	180	6,3	7,38	42,3	264	516
Морковь отварная	60	0,69	0,051	3,69	24	613
Чай с сахаром и лимоном	180	0,186	0,01	13,5	56	686
Хлеб школьный/ хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,76	95	АКТ
Хлеб пшенично-ржаной	20	1,4	0,2	9	44	
Итого		32,26	26,98	108,38	821	

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		
Суп из овощей со сметаной	250/5	4,01	5,95	13,38	127	135
Биточки	100	15,9	14,4	16	261	451
Пюре картофельное	180	3,78	8,1	26,28	196	520
Капуста тушеная	60	1,5	2,76	6,42	56	534
Напиток лимонный	180	0,09		25,78	85	699
Хлеб школьный/ хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,76	95	АКТ
Хлеб пшенично-ржаной	20	1,4	0,2	9	44	
Итого		28,32	31,57	108,62	820	

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		
Суп лапша домашняя	250	2,8	5,8	13,9	158	113
Горбуша запеченная с соусом школьным	100	23,48	22,81	6,25	313	АКТ
Рис припущенный	180	4,5	10,8	47,34	294	АКТ
Салат из морской капусты	60	1,6	6,4	4,8	72	101
Сок	180			20,34	81	389
Хлеб школьный/ хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,76	95	АКТ
Хлеб пшенично-ржаной	20	1,4	0,2	9	44	
Итого		35,42	46,17	113,39	1013	

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		
Борщ из св.капусты с картофелем со сметаной	250/5	2,41	5,8	12,88	113	110
Котлеты руленые из куриного филе панированные запеченные	100	19,24	12,41	8,86	198	АКТ
Макаронные изделия отварные	180	6,3	7,38	42,3	264	516
Зеленый горошек консервированный	60	1,8		3,6	20	101
Компот из вишни	180	0,4		25,74	101	342
Хлеб школьный/ хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,76	95	АКТ
Хлеб пшенично-ржаной	20	1,4	0,2	9	44	
Итого		33,19	25,95	114,14	791	

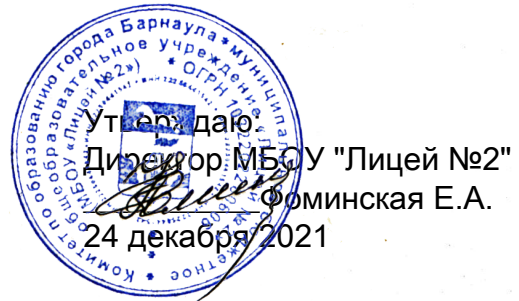
ДЕНЬ: СУББОТА

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ

СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 ЛЕТ И СТАРШЕ

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
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
Хлеб школьный/ хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,76	95	АКТ
Хлеб пшенично-ржаной	30	1,4	0,2	9	44	
Итого		31,19	22,42	84,39	819	
Среднее значение за период:		31,95	29,03	106,67	835	



**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 из овощей со сметаной	250/5	2,26	5,15	12,48	108	135
Птица запеченная	100	22,5	10	3	192	494
Макаронные изделия отварные	180	6,3	7,38	42,37	265	516
Огурец консервированный	60	0,72	0,12	3,48	18	70
Компот из сухофруктов	180	0,54		28,26	112	акт
Хлеб пшеничный/ Хлеб школьный	40	3,04	0,36	20,76	95	акт
Хлеб пшенично-ржаной	20	1,4	0,2	9	44	
Итого		36,76	23,21	119,35	834	

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		
Суп- лапша домашняя	250	2,28	5,8	13,9	120	148
Плов с мясом	280	20,83	21,79	46,66	466	443
Зеленый горошек консервированный	60	1,8		3,6	21	101
Напиток клюквенный	180	0,09		22,41	88	700
Хлеб пшеничный/ Хлеб школьный	40	3,04	0,36	20,76	95	акт
Хлеб пшенично-ржаной	20	1,4	0,2	9	44	
Итого		29,44	28,15	116,33	834	

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		
Борщ Сибирский со сметаной	250/5	9,01	7,51	14,89	164	111
Биточки	100	15,9	14,4	16	261	451
Пюре картофельное	180	3,78	8,1	26,28	196	520
Капуста тушеная	60	1,5	2,76	6,42	56	534
Напиток апельсиновый	180	0,09		22,68	86	699
Хлеб пшеничный/ Хлеб школьный	40	3,04	0,36	20,76	95	акт
Хлеб пшенично-ржаной	20	1,4	0,2	9	44	
Итого		34,72	33,33	116,03	902	

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	2,06	5,05	10,08	95	124
Колбасные изделия отварные	100	12	22	2	254	413
Макаронные изделия отварные	180	6,3	7,38	42,37	265	516
Огурец консервированный	60	0,72	0,12	3,48	18	70
Чай с сахаром	180	0,18		13,5	52	685
Хлеб пшеничный/ Хлеб школьный	40	3,04	0,36	20,76	95	акт
Хлеб пшенично-ржаной	20	1,4	0,2	9	44	
Итого		25,7	35,11	101,19	823	

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 горохом	250	6,2	5,6	22,3	168	139
Рыбные палочки	100	15,3	10,7	8,8	206	акт
Пюре картофельное	180	3,78	8,1	26,28	196	520
Салат из морской капусты	60	12	2,64		99	101
Сок	180			20,34	81	389
Хлеб пшеничный/ Хлеб школьный	40	3,04	0,36	20,76	95	акт
Хлеб пшенично-ржаной	20	1,4	0,2	9	44	
Итого		41,72	27,6	107,48	889	

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
Котлеты из филе птицы панированные запеченные	100	20,7	22,4	10	327	496
Каша гречневая вязкая	180	5,76	8,46	30,78	216	510
Икра кабачковая	60		4,2	4,2	54	101
Чай с сахаром	180	0,18		13,5	52	685
Хлеб пшеничный/ Хлеб школьный	40	3,04	0,36	20,76	95	акт
Хлеб пшенично-ржаной	20	1,4	0,2	9	44	
Итого		34,15	41,47	106,05	931	

Среднее значение за период 33,75 31,48 111,07 869