

Утверждаю  
 Генеральный директор  
 АО "КШП-Глобус"  
 Е.А.Скурлатов  
 "24" декабря 2021 г.

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

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

ДЕНЬ: Понедельник  
 НЕДЕЛЯ: Первая  
 СЕЗОН: Зимне-весенний  
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>						
Каша молочная "Геркулес" с маслом	200	10,19	15,33	55,02	399	174
Чай с сахаром	180	0,18		13,5	52	685
Хлеб школьный/хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
<b>Итого</b>		<b>13</b>	<b>16</b>	<b>84</b>	<b>522</b>	
<b>Обед</b>						
Суп картофельный с горохом	200	4,96	4,48	17,84	134	139
Шницели с соусом красным основным	65	4,47	5,17	6,6	92	451
Каша гречневая вязкая	150	4,8	6,61	25,65	180	510
Напиток клюквенный	180	0,09		22,41	88	700
Хлеб школьный/хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Хлеб пшенично-ржаной	20	1,4	0,2	9	44	
<b>Итого</b>		<b>18</b>	<b>16,73</b>	<b>97,07</b>	<b>609</b>	
<b>Полдник</b>						
Ватрушка с творогом	67	7,95	4,29	25,1	172	410
Чай с молоком	180	1,44	1,44	15,57	79	378
<b>Итого</b>		<b>9,39</b>	<b>5,73</b>	<b>40,67</b>	<b>251</b>	

ДЕНЬ: Вторник

НЕДЕЛЯ: Первая

СЕЗОН: Зимне-весенний

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>						
Каша молочная пшенная с маслом	200	8,57	8,27	45,96	292	302
Чай с сахаром	180	0,18		13,5	52	685
Хлеб школьный/хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
<b>Итого</b>		<b>11,03</b>	<b>8,54</b>	<b>75,03</b>	<b>415</b>	
<b>Обед</b>						
Рассольник Ленинградский со сметаной	200/5	2,47	4,83	14,26	116	132
Кнели из птицы с соусом красным основным	60	8,34	3,93	4,52	86	452/528
Макаронные изделия отварные	150	5,25	6,15	35,25	221	516
Чай с сахаром и лимоном	180	0,18	0,01	13,5	56	685
Хлеб школьный/хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Хлеб пшенично-ржаной	20	1,4	0,2	9	44	
<b>Итого</b>		<b>19,92</b>	<b>15,39</b>	<b>92,1</b>	<b>594</b>	
<b>Полдник</b>						
Булочка дорожная с молоком сгущенным вареным	70	5	9,35	39,15	260	770
Сок	180			20,4	81	389
<b>Итого</b>		<b>5</b>	<b>9,35</b>	<b>59,55</b>	<b>341</b>	

ДЕНЬ: Среда

НЕДЕЛЯ: Первая

СЕЗОН: Зимне-весенний

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>						
Каша молочная рисовая с маслом	185	3,63	15,11	28,7	315	174
Чай с сахаром	180	0,18		12,2	52	685
Хлеб школьный/хлеб пшеничный	40					акт
<b>Итого</b>		<b>3,81</b>	<b>15,11</b>	<b>40,90</b>	<b>367,00</b>	
<b>Обед</b>						
Суп из овощей со сметаной	200/5	1,82	4,27	10	88	135
Биточки с соусом	65	6,26	5,9	7,82	111	451
Пюре гороховое с маслом	165	13,97	5,33	45,95	287	199
Чай с сахаром	180	0,18		12,2	52	685
Хлеб школьный/хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Хлеб пшенично-ржаной	20	1,4	0,2	9	44	
<b>Итого</b>		<b>25,91</b>	<b>15,97</b>	<b>100,54</b>	<b>653</b>	
<b>Полдник</b>						
Рулет с маком	79	5,93	4,11	33,81	240	акт
Компот из клубники	180	0,4		29,88	117	342
<b>Итого</b>		<b>6,33</b>	<b>4,11</b>	<b>63,69</b>	<b>357</b>	

ДЕНЬ: Четверг  
НЕДЕЛЯ: Первая

СЕЗОН: зимне-весенний  
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>						
Каша молочная пшеничная с маслом	200	7,98	6,98	36,86	245	таб.4
Чай с сахаром и лимоном	180	0,18	0,01	13,5	56	685
Хлеб школьный/хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
<b>Итого</b>		<b>10,44</b>	<b>7,26</b>	<b>65,93</b>	<b>372</b>	
<b>Обед</b>						
Суп-лапша домашняя	200	2,24	4,64	11,12	96	160
Тефтели рыбные с соусом красным основным	90	8,1	6,02	9,9	130	394
Рис припущенный	150	3,75	9	39,45	245	512
Напиток из черной смородины	180	0,9		16,38	68	700
Хлеб школьный/хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Хлеб пшенично-ржаной	20	1,4	0,2	9	44	
<b>Итого</b>		<b>18,67</b>	<b>20,13</b>	<b>101,42</b>	<b>654</b>	
<b>Полдник</b>						
Расстегай с вишней и повидлом	65	5,14	2,4	34	179	744
Какао с молоком	180	3,38	2,88	24,07	135	693
<b>Итого</b>		<b>8,52</b>	<b>5,28</b>	<b>58,07</b>	<b>314</b>	

ДЕНЬ: Пятница

НЕДЕЛЯ: Первая

СЕЗОН: зимне-весенний

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>						
Макароны, запеченные с сыром	200	11,6	17,2	46,6	396	334
Чай с молоком	180	1,44	1,44	15,57	79	378
Хлеб школьный/хлеб пшеничный	25	1,9	0,22	12,9	60	акт
<b>Итого</b>		<b>15</b>	<b>19</b>	<b>75</b>	<b>535</b>	
<b>Обед</b>						
Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	1,66	4,91	10,56	92	110
Биточки куриные с соусом	60					
Каша гречневая вязкая	140	4,48	6,58	23,94	168	510
Чай с сахаром	180	0,18		12,2	52	685
Хлеб школьный/хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Хлеб пшенично-ржаной	20	1,4	0,2	9	44	
<b>Итого</b>		<b>10</b>	<b>11,96</b>	<b>71,27</b>	<b>427</b>	
<b>Полдник</b>						
Ватрушка с клубникой	85	4,9	2,36	38,88	196	411
Сок	180			20,4	81	389
<b>Итого</b>		<b>4,9</b>	<b>2,36</b>	<b>59,28</b>	<b>277</b>	

ДЕНЬ: Суббота

НЕДЕЛЯ: Первая

СЕЗОН: зимне-весенний

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>						
Суп молочный с лапшой домашней	200	5,92	6,8	18,32	158	160
Чай с сахаром	180	0,18		12,2	52	685
Сдоба обыкновенная	40	3,2	2,16	21,68	118	421
<b>Итого</b>		<b>9,3</b>	<b>8,96</b>	<b>52,2</b>	<b>328</b>	
<b>Обед</b>						
Суп картофельный с фасолью	200	5,12	4,36	16,52	126	139
Фрикадельки с соусом	65	7,19	6,97	8	125	469
Каша пшенная вязкая	150	4,8	7,36	28,16	192	302
Хлеб школьный/хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Хлеб пшенично-ржаной	20	1,4	0,2	9	44	
<b>Итого</b>		<b>20,79</b>	<b>19,16</b>	<b>77,25</b>	<b>558</b>	
<b>Полдник</b>						
Бутерброд с сыром	50	6,34	4,6	18,17	136	3
Чай с молоком	180	1,44	1,44	15,57	79	378
<b>Итого</b>		<b>7,78</b>	<b>6,04</b>	<b>33,74</b>	<b>215</b>	

Среднее значение за период:

завтрак-обед

29,24 28,95 155,48 1006

Среднее значение за период:

обед-полдник

25,87 22,04 142,44 875