



Утверждаю:
Генеральный директор
АО "КШП-Глобус"
Е.А.Скурлатов
"24/12/2021" г.



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

**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: с 7 до 11 лет

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Завтрак						
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
Итого		13	16	84	522	
Обед						
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	
Итого		18	16,73	97,07	609	
Полдник						
Ватрушка с творогом	67	7,95	4,29	25,1	172	410
Чай с молоком	180	1,44	1,44	15,57	79	378
Итого		9,39	5,73	40,67	251	

ДЕНЬ: Вторник

НЕДЕЛЯ: Первая

СЕЗОН: Зимне-весенний

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Завтрак						
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
Итого		11,03	8,54	75,03	415	
Обед						
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	
Итого		19,92	15,39	92,1	594	
Полдник						
Булочка дорожная с молоком сгущеным вареным	70	5	9,35	39,15	260	770
Сок	180			20,4	81	389
Итого		5	9,35	59,55	341	

ДЕНЬ: Среда

НЕДЕЛЯ: Первая

СЕЗОН: Зимне-весенний

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Завтрак						
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
Итого		3,81	15,11	40,90	367,00	
Обед						
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	
Итого		25,91	15,97	100,5	653	
Полдник						
Рулет с маком	79	5,93	4,11	33,81	240	акт
Компот из клубники	180	0,4		29,88	117	342
Итого		6,33	4,11	63,69	357	

ДЕНЬ: Четверг
 НЕДЕЛЯ: Первая

СЕЗОН: зимне-весенний
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Завтрак						
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
Итого		10,44	7,26	65,93	372	
Обед						
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	
Итого		18,67	20,13	101,4	654	
Полдник						
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
Итого		8,52	5,28	58,07	314	

ДЕНЬ: Пятница

НЕДЕЛЯ: Первая

СЕЗОН: зимне-весенний

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Завтрак						
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
Итого		15	19	75	535	
Обед						
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	
Итого		10	11,96	71,27	427	
Полдник						
Ватрушка с клубникой	85	4,9	2,36	38,88	196	411
Сок	180			20,4	81	389
Итого		4,9	2,36	59,28	277	

ДЕНЬ: Суббота

НЕДЕЛЯ: Первая

СЕЗОН: зимне-весенний

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Завтрак						
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
Итого		9,3	8,96	52,2	328	
Обед						
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	
Итого		20,79	19,16	77,25	558	
Полдник						
Бутерброд с сыром	50	6,34	4,6	18,17	136	3
Чай с молоком	180	1,44	1,44	15,57	79	378
Итого		7,78	6,04	33,74	215	

Среднее значение за период:

завтрак-обед

29,24 28,95 155 1006

Среднее значение за период:

обед-полдник

25,87 22,04 142 875