



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



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

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

ДЕНЬ: ПОНЕДЕЛЬНИК  
 НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ  
 СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ  
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ

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 пшеничный/Хлеб школьный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
<b>Итого</b>		<b>10,44</b>	<b>7,28</b>	<b>65,93</b>	<b>370</b>	
<b>Обед</b>						
Суп из овощей со сметаной	200/5	1,82	4,27	10	88	135
Биточки из птицы с соусом красным основным	60	8,13	5,54	3,29	92	294
Макаронные изделия отварные	150	5,25	6,15	35,25	221	516
Компот из сухофруктов	180	0,54		28,26	112	акт
Хлеб пшеничный/Хлеб школьный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Хлеб пшенично-ржаной	20	1,4	0,2	9	44	
<b>Итого</b>		<b>17,78</b>	<b>16,43</b>	<b>101,37</b>	<b>628</b>	
<b>Полдник</b>						
Чай с сахаром и молоком	180	0,18	0,01	15,93	83	378
Булочка творожная	75	7,5	2,7	36,38	200	786
<b>Итого</b>		<b>7,68</b>	<b>2,71</b>	<b>52,31</b>	<b>283</b>	
<b>Всего</b>		<b>35,9</b>	<b>26,43</b>	<b>219,61</b>	<b>1281</b>	

ДЕНЬ: ВТОРНИК  
 НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ  
 СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ  
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>						
Каша молочная «Геркулес» с маслом	200	10,17	11,15	54,98	362	Таб4
Чай с сахаром	180	0,18		13,5	52	685
Хлеб пшеничный/Хлеб школьный	35	2,66	0,32	18,17	83	акт
<b>Итого</b>		<b>13,01</b>	<b>11,47</b>	<b>86,65</b>	<b>497</b>	
<b>Обед</b>						
Суп- лапша домашняя	200	2,24	4,64	11,12	96	160
Мясные ежики с соусом красным основным	60	5,91	11,63	8,64	135	562
Каша гречневая вязкая	150	4,8	7,05	25,65	180	510
Напиток клюквенный	180	0,09		22,41	88	700
Хлеб пшеничный/Хлеб школьный	20	1,52	0,18	10,38	47	акт
Хлеб пшенично-ржаной	20	1,4	0,2	9	44	
<b>Итого</b>		<b>15,96</b>	<b>23,7</b>	<b>87,2</b>	<b>590</b>	
<b>Полдник</b>						
Чай с сахаром	180	0,18		13,5	52	685
Рулет с маком	95	7,13	4,94	40,66	289	акт
<b>Итого</b>		<b>7,31</b>	<b>4,94</b>	<b>54,16</b>	<b>341</b>	
<b>Всего</b>		<b>36,28</b>	<b>40,11</b>	<b>228,01</b>	<b>1428</b>	

ДЕНЬ: СРЕДА  
 НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ  
 СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ  
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>						
Каша молочная пшеничная с маслом	200	8,57	8,27	45,96	292	302
Чай с сахаром	180	0,18		13,5	52	685
Хлеб пшеничный/Хлеб школьный	25	1,9	0,23	12,98	59	акт
<b>Итого</b>		<b>10,65</b>	<b>8,5</b>	<b>72,44</b>	<b>403</b>	
<b>Обед</b>						
Борщ Сибирский со сметаной	200/5	7,22	6,16	11,93	133	111
Котлеты рыбные с соусом красным основным	75	8,36	6,27	7,8	120	234
Рис припущенный	150	3,75	9	39,45	245	512
Напиток апельсиновый	180	0,09		22,68	86	699
Хлеб пшеничный/Хлеб школьный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Хлеб пшенично-ржаной	20	1,4	0,2	9	44	
<b>Итого</b>		<b>23,1</b>	<b>21,9</b>	<b>106,43</b>	<b>699</b>	
<b>Полдник</b>						
Какао с молоком	180	3,38	2,88	24,07	135	693
Ватрушка с яблоками	65	4,01	1,24	30,11	155	410
<b>Итого</b>		<b>7,39</b>	<b>4,12</b>	<b>54,18</b>	<b>290</b>	
<b>Всего</b>		<b>41,14</b>	<b>34,52</b>	<b>233,05</b>	<b>1392</b>	

ДЕНЬ: ЧЕТВЕРГ  
 НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ  
 СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ  
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>						
Макаронные изделия, запеченные с сыром	200	9,43	3,84	39,45	230	207
Чай с сахаром и молоком	180	0,18	0,01	15,93	83	378
Хлеб пшеничный/Батон школьный	35	2,66	0,32	18,17	83	акт
<b>Итого</b>		<b>12,27</b>	<b>4,17</b>	<b>73,55</b>	<b>396</b>	
<b>Обед</b>						
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/5	1,75	4,44	8,15	78	124
Фрикадельки куриные с соусом красным основным	65	6,53	2,93	4,65	72	акт
Пюре гороховое с маслом	150/5	13,16	5,48	43,02	275	199
Напиток из черной смородины	180	0,9		16,38	68	700
Хлеб пшеничный/Хлеб школьный	20	1,52	0,18	10,38	47	акт
Хлеб пшенично-ржаной	20	1,4	0,2	9	44	
<b>Итого</b>		<b>25,26</b>	<b>13,23</b>	<b>91,58</b>	<b>584</b>	
<b>Полдник</b>						
Сок	180			20,04	81	389
Рожки обсыпные с молоком сгущ. вареным	75/10	6,07	11,35	47,54	316	770
<b>Итого</b>		<b>6,07</b>	<b>11,35</b>	<b>67,58</b>	<b>397</b>	
<b>Всего</b>		<b>43,6</b>	<b>28,75</b>	<b>232,71</b>	<b>1377</b>	

ДЕНЬ: ПЯТНИЦА  
 НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ  
 СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ  
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>						
Каша молочная рисовая с маслом	180	6,75	7,69	54,06	314	таб 4
Чай с сахаром	180	0,18		13,5	52	685
Хлеб пшеничный/Хлеб школьный	35	2,66	0,32	18,17	83	акт
<b>Итого</b>		<b>9,59</b>	<b>8,01</b>	<b>85,73</b>	<b>449</b>	
<b>Обед</b>						
Суп картофельный с горохом	200	4,96	4,48	17,84	134	139
Колбасные изделия отварные	50	6	11	1	135	413
Каша пшенная вязкая	150	4,5	6,9	26,4	180	510
Чай с сахаром	180	0,18		13,5	52	685
Хлеб пшеничный/Батон школьный	20	1,52	0,18	10,38	47	акт
Хлеб пшенично-ржаной	20	1,4	0,2	9	44	
<b>Итого</b>		<b>18,56</b>	<b>22,76</b>	<b>78,12</b>	<b>592</b>	
<b>Полдник</b>						
Напиток кофейный	180	1,26	1,8	20,16	117	692
Шанежка	100	8,2	6,6	55,08	312	Уоп107
<b>Итого</b>		<b>9,46</b>	<b>8,4</b>	<b>75,24</b>	<b>429</b>	
<b>Всего</b>		<b>37,61</b>	<b>39,17</b>	<b>239,09</b>	<b>1470</b>	

ДЕНЬ: СУББОТА  
 НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ  
 СЕЗОН: ЗИМНЕ- ВЕСЕННИЙ  
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 12 ЛЕТ

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		13,5	52	685
Сдоба обыкновенная	42	3,36	2,27	22,76	124	421
<b>Итого</b>		<b>9,46</b>	<b>9,07</b>	<b>54,58</b>	<b>334</b>	
<b>Обед</b>						
Рассольник Ленинградский со сметаной	200/5	2,47	4,83	14,26	116	132
Тефтели с соусом красным основным 1 в	75	6,12	7,39	8,16	124	461
Каша гречневая вязкая	150	4,8	7,05	25,65	180	510
Компот из сухофруктов	180	0,54		28,26	112	акт
Хлеб пшеничный/Хлеб школьный	24	1,82	0,22	12,46	57	акт
Хлеб пшенично-ржаной	20	1,4	0,2	9	44	
<b>Итого</b>		<b>17,15</b>	<b>19,69</b>	<b>97,79</b>	<b>633</b>	
<b>Полдник</b>						
Чай с сахаром	180	0,18		13,5	52	685
Ватрушка с сыром	62	9,01	8,78	18,45	195	УОП
<b>Итого</b>		<b>9,28</b>	<b>8,78</b>	<b>31,95</b>	<b>247</b>	
<b>Всего</b>		<b>35,89</b>	<b>37,54</b>	<b>184,32</b>	<b>1214</b>	

Среднее значение за период

38,4      34,43      222,8      1360