



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



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

ПРИМЕРНОЕ ДВЕНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ
ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 - 4 КЛАССОВ
АО "КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ГЛОБУС"
2 НЕДЕЛЯ

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

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Птица, тушенная в соусе томатном	100	12,85	8,32	5,04	149	301
Рис припущенный	180	4,5	10,8	47,34	294	512
Огурец консервированный	10	0,12	0,02	0,58	3	70
Чай с сахаром и лимоном	180	0,18	0,01	13,5	56	686
Хлеб пшеничный/ Хлеб школьный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Итого		19,93	19,42	82,03	573	

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

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Котлеты с соусом красным основным	90	12,2	10,51	11,88	190	451
Каша гречневая вязкая	180	5,76	8,46	30,78	216	510
Морковь отварная	20	0,23	0,017	1,23	8	32
Напиток клюквенный	180	0,09		22,41	88	700
Хлеб пшеничный/ Хлеб школьный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Итого		20,56	19,26	81,87	573	

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

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Бутерброды с сыром	60	7,94	7,06	17,76	157	3
Каша молочная пшеничная с маслом	200	8,57	8,27	45,96	292	302
Какао с молоком	180	3,38	2,88	24,07	135	693
Итого		19,89	18,21	98,79	584	

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

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Биточки из птицы с соусом красным основным	90	8,89	9,15	7,6	165	294
Макаронные изделия отварные	180	6,3	7,38	42,3	265	516
Икра кабачковая	20		1,4	1,4	18	101
Напиток из черной смородины	180	0,9		16,38	68	700
Хлеб пшеничный/ Хлеб школьный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Итого		18,37	18,2	83,25	587	

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

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Запеканка творожная с соусом клубничным	150	16,2	11,46	82,4	363	31
Чай с сахаром	180	0,18		13,5	52	685
Хлеб пшеничный/ Хлеб школьный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Итого		18,66	11,73	111,47	486	

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

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Яйца вареные	40	5,1	4,6	0,9	66	337
Бутерброды с сыром	60	7,94	6,07	20,76	166	3
Суп молочный с лапшой домашней	250	7,4	8,5	23,9	198	160
Кофейный напиток	180	1,26	1,8	20,16	117	692
Итого		21,7	20,97	65,72	547	

Среднее значение за период

19,85	18,97	86,19	558
-------	-------	-------	-----



ПРИМЕРНОЕ ДВЕНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ
 ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 - 4 КЛАССОВ

1 НЕДЕЛЯ

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

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Бутерброды с сыром	55	8,41	7,37	14,76	160	3
Каша молочная «Геркулес» с маслом	200	10,19	15,33	55,02	399	174
Чай с молоком	180	1,44	1,44	15,57	79	378
Итого		20,04	24,14	85,35	638	

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

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Птица, запеченная в сметанном соусе (филе)	90	10,97	11,17	4,5	153	акт
Макаронные изделия отварные	180	6,3	7,38	42,3	265	516
Маринад овощной б/т	30	0,36	3	3	43	613
Чай с сахаром	180			13,5	52	685
Хлеб школьный/ Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Итого		19,91	21,82	78,87	584	

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

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Мясные ежики с соусом красным основным	110	10,5	20,5	15,5	240	акт
Пюре картофельное	150	3,15	6,75	21,9	164	520
Свекла отварная	30	0,35	0,013	1,85	12	32
Компот из клубники	180	0,4		29,88	117	342
Хлеб школьный/ Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Итого		16,68	27,5	84,7	604	

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

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Запеканка творожная с соусом клубничным	150	16,2	11,46	82,4	363	31/618
Чай с сахаром и лимоном	180	0,18	0,01	13,5	56	686
Рожок обсыпной	50	3,9	2,8	28,6	157	уп118
Итого		20,28	14,27	124,5	576	

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

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Фрикадельки из птицы(филе) с соусом красным основным	95	13,29	5,28	12,64	130	акт/528
Макаронные изделия отварные	180	6,3	7,38	42,3	265	516
Зеленый горошек	15	0,45		0,9	5	101
Компот из вишни	180	0,396		25,74	101	342
Хлеб школьный/ Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Итого		22,716	12,93	97,15	572	

ДЕНЬ: СУББОТА
 НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
 СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Сыр порционно	25	6,13	7,13		89	97
Каша молочная пшеничная с маслом	200	6,05	16,45	33,28	313	таблица № 4
Кофейный напиток	180	1,26	1,8	20,16	117	692
Хлеб школьный/ Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Итого		15,72	25,65	69,01	590	

Среднее значение за период 19,22 21,05 89,93 594