

Утверждаю:
 Ген. директор АО «КШП-Глобус»
 Скурлатов Е.А.
 30 марта 2022 г.



Утверждаю
 Директор МБОУ "Лицей №2"
 Е.А.Фоминская
 30 марта 2022

ПРИМЕРНОЕ ДВЕНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ
 ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5-11 КЛАССОВ
 АО "КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ - ГЛОБУС"
 1 НЕДЕЛЯ

ДЕНЬ: ПОНЕДЕЛЬНИК
 НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
 СЕЗОН: ВЕСЕННИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 ЛЕТ И СТАРШЕ

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | ЭЦ (ккал) | № рец. |
|-----------------------|--------------|----------------------|-------|-------|-----------|--------|
| | | Б | Ж | У | | |
| Гуляш | 100 | 10 | 30,3 | 3,67 | 328 | акт |
| Каша гречневая вязкая | 180 | 5,76 | 8,46 | 30,78 | 216 | 510 |
| Овощи свежие | 60 | 0,48 | | 2,04 | 10 | 71 |
| Напиток из ягод | 180 | 0,09 | | 22,41 | 88 | акт |
| Батон школьный | 40 | 3,04 | 0,36 | 20,76 | 95 | акт |
| Итого | | 19,37 | 39,12 | 79,66 | 737 | |

ДЕНЬ: ВТОРНИК
 НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
 СЕЗОН: ВЕСЕННИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 ЛЕТ И СТАРШЕ

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | ЭЦ (ккал) | № рец. |
|-----------------------------|--------------|----------------------|-------|-------|-----------|--------|
| | | Б | Ж | У | | |
| Куриные колбаски с сыром | 100 | 19,03 | 14,08 | 10,4 | 248 | акт |
| Макаронные изделия отварные | 180 | 6,3 | 7,38 | 42,3 | 265 | 516 |
| Маринад овощной б/т | 60 | 0,72 | 6 | 6 | 86 | 613 |
| Чай с сахаром и лимоном | 180 | 0,27 | | 13,5 | 54 | 686 |
| Батон школьный | 40 | 3,04 | 0,36 | 20,76 | 95 | акт |
| Итого | | 29,36 | 27,82 | 92,96 | 748 | |

ДЕНЬ: СРЕДА
 НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
 СЕЗОН: ВЕСЕННИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 ЛЕТ И СТАРШЕ

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | ЭЦ (ккал) | № рец. |
|-----------------------------|--------------|----------------------|------|-------|-----------|--------|
| | | Б | Ж | У | | |
| Фрикадельки с соусом | 100 | 9,88 | 9,68 | 11,68 | 175 | 469 |
| Пюре картофельное | 180 | 3,78 | 8,1 | 26,28 | 197 | 520 |
| Капуста свежая тушеная | 60 | 1,5 | 2,76 | 6,42 | 56 | 534 |
| Компот из смеси сухофруктов | 180 | 0,54 | | 28,26 | 112 | акт |
| Батон школьный | 40 | 3,04 | 0,36 | 20,76 | 95 | акт |
| Итого | | 18,74 | 20,9 | 93,4 | 635 | |

ДЕНЬ: ЧЕТВЕРГ
 НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
 СЕЗОН: ВЕСЕННИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 ЛЕТ И СТАРШЕ

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | ЭЦ (ккал) | № рец. |
|---------------------------------------|--------------|----------------------|------|-------|-----------|--------|
| | | Б | Ж | У | | |
| Горбуша, запеченная с соусом школьным | 100 | 14,83 | 12,6 | 3,65 | 190 | акт |
| Рис припущенный | 180 | 4,5 | 10,8 | 47,34 | 294 | акт |
| Салат из морской капусты | 60 | 12 | 2,64 | | 98 | 101 |
| Сок | 180 | | | 20,34 | 81 | 389 |
| Батон школьный | 40 | 3,04 | 0,36 | 20,76 | 95 | акт |
| Итого | | 34,37 | 26,4 | 92,09 | 758 | |

ДЕНЬ: ПЯТНИЦА
 НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
 СЕЗОН: ВЕСЕННИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 ЛЕТ И СТАРШЕ

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | ЭЦ (ккал) | № рец. |
|---|--------------|----------------------|-------|-------|-----------|--------|
| | | Б | Ж | У | | |
| Котлеты из филе птицы панированные запеченные | 100 | 20,71 | 22,4 | 10 | 228 | акт |
| Пюре картофельное | 180 | 3,78 | 8,1 | 26,28 | 197 | 520 |
| Огурцы консервированные | 60 | 0,72 | 0,12 | 3,48 | 18 | 70 |
| Чай с сахаром | 180 | 0,18 | | 13,5 | 52 | 685 |
| Батон школьный | 40 | 3,04 | 0,36 | 20,76 | 95 | акт |
| Итого | | 28,43 | 30,98 | 74,02 | 590 | |

ДЕНЬ: СУББОТА
 НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
 СЕЗОН: ВЕСЕННИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 ЛЕТ И СТАРШЕ

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | ЭЦ (ккал) | № рец. |
|-----------------------------|--------------|----------------------|-------|-------|-----------|--------|
| | | Б | Ж | У | | |
| Биточки с сыром | 100 | 16,3 | 24,6 | 8,2 | 320 | акт |
| Макаронные изделия отварные | 180 | 6,3 | 7,38 | 42,3 | 265 | 516 |
| Икра овощная | 60 | | 4,2 | 4,2 | 54 | 50 |
| Напиток из плодов шиповника | 180 | 0,36 | | 21,24 | 85 | 705 |
| Батон школьный | 40 | 3,04 | 0,36 | 20,76 | 95 | акт |
| Итого | | 26 | 36,54 | 96,7 | 819 | |

Среднее значение за период:

26,05 30,29 88,14 715

Утверждаю:

Ген. директор АО «КШП - Глобус»

Скурлатов Е.А.

30 марта 2022 г.



Утверждаю:

Директор МБОУ "Лицей №2"

Е.А.Фоминская

30 марта 2022

ПРИМЕРНОЕ ДВЕНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ
ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5 - 11 КЛАССОВ
АО "КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ - ГЛОБУС"
2 НЕДЕЛЯ

ДЕНЬ: ПОНЕДЕЛЬНИК

НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ

СЕЗОН: ВЕСЕННИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 ЛЕТ И СТАРШЕ

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | ЭЦ (ккал) | № рецептуры |
|-----------------------------|--------------|----------------------|-------|-------|-----------|-------------|
| | | Б | Ж | У | | |
| Колбасные изделия отварные | 100 | 12 | 22 | 2 | 254 | 413 |
| Макаронные изделия отварные | 180 | 6,3 | 7,38 | 42,3 | 265 | 516 |
| Томаты свежие | 60 | 0,72 | 0,12 | 2,76 | 16 | 71 |
| Компот из смеси сухофруктов | 180 | 0,54 | | 28,26 | 112 | акт |
| Батон школьный | 40 | 3,04 | 0,36 | 20,76 | 95 | акт |
| Итого | | 22,6 | 29,86 | 96,08 | 742 | |

ДЕНЬ: ВТОРНИК

НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ

СЕЗОН: ВЕСЕННИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 ЛЕТ И СТАРШЕ

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | ЭЦ (ккал) | № рецептуры |
|----------------------------------|--------------|----------------------|-------|-------|-----------|-------------|
| | | Б | Ж | У | | |
| Плов с мясом | 300 | 18,6 | 14,63 | 51,84 | 474 | 443 |
| Зеленый горошек консервированный | 60 | 1,8 | | 3,6 | 21 | 101 |
| Напиток из ягод | 180 | 0,09 | | 22,41 | 88 | акт |
| Батон школьный | 40 | 3,04 | 0,36 | 20,76 | 95 | акт |
| Итого | | 23,53 | 14,99 | 98,61 | 678 | |

ДЕНЬ: СРЕДА

НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ

СЕЗОН: ВЕСЕННИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 ЛЕТ И СТАРШЕ

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | ЭЦ (ккал) | № рецептуры |
|-------------------------------------|--------------|----------------------|-------|-------|-----------|-------------|
| | | Б | Ж | У | | |
| Жаркое по – домашнему из мяса птицы | 300 | 19,8 | 18,75 | 39,15 | 403 | 436 |
| Огурец консервированный | 60 | 0,72 | 0,12 | 3,48 | 18 | 70 |
| Напиток фруктовый | 180 | 1,48 | 0,08 | 30,59 | 129 | акт |
| Батон школьный | 40 | 3,04 | 0,36 | 20,76 | 95 | акт |
| Итого | | 25,04 | 19,31 | 93,98 | 645 | |

ДЕНЬ: ЧЕТВЕРГ
 НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
 СЕЗОН: ВЕСЕННИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 ЛЕТ И СТАРШЕ

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | ЭЦ (ккал) | № рецептуры |
|-----------------------|--------------|----------------------|-------|-------|-----------|-------------|
| | | Б | Ж | У | | |
| Бифштекс школьный | 100 | 19,64 | 10,38 | 0,43 | 202 | уоп |
| Каша гречневая вязкая | 200 | 6,4 | 9,4 | 34,2 | 240 | 510 |
| Огурцы свежие | 60 | 0,48 | | 2,04 | 10 | 71 |
| Чай с сахаром | 180 | 0,18 | | 13,5 | 52 | 685 |
| Батон школьный | 40 | 3,04 | 0,36 | 20,76 | 95 | акт |
| Итого | | 29,74 | 20,14 | 70,93 | 599 | |

ДЕНЬ: ПЯТНИЦА
 НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
 СЕЗОН: ВЕСЕННИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 ЛЕТ И СТАРШЕ

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | ЭЦ (ккал) | № рецептуры |
|--------------------------|--------------|----------------------|------|-------|-----------|-------------|
| | | Б | Ж | У | | |
| Рыбные палочки | 100 | 14,8 | 10,5 | 11,5 | 200 | акт |
| Пюре картофельное | 200 | 4,2 | 9 | 29,2 | 218 | 520 |
| Салат из морской капусты | 60 | 12 | 2,64 | | 99 | 101 |
| Сок | 180 | | | 20,34 | 81 | 389 |
| Батон школьный | 40 | 3,04 | 0,36 | 20,76 | 95 | акт |
| Итого | | 34,04 | 22,5 | 81,8 | 693 | |

ДЕНЬ: СУББОТА
 НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
 СЕЗОН: ВЕСЕННИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 ЛЕТ И СТАРШЕ

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | ЭЦ (ккал) | № рецептуры |
|------------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|-----------|-------------|
| | | Б | Ж | У | | |
| Вареники с творогом и маслом | 200 | 24,82 | 14,75 | 46,68 | 419 | 357 |
| Яблоко | 100 | 0,4 | | 12,6 | 52 | 338 |
| Булочка дорожная с повидлом | 70 | 4,55 | 6,09 | 39,97 | 135 | 779 |
| Чай с сахаром | 180 | 0,18 | | 13,5 | 52 | 685 |
| Итого | | 29,95 | 20,84 | 112,75 | 658 | |

Среднее значение за период

27,32 21,27 92,36 * 669