



АО «КШП-Глобус»
С.В. Косых
2023 г.



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

ДЕНЬ: ПОНЕДЕЛЬНИК
НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
СЕЗОН: ОСЕННЕ - ЗИМНИЙ
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ

Соласовано

*Директор ООО фирм
Юмис*
Мирзалиев Ю.А.



Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Завтрак						
Каша молочная рисовая с маслом						
Чай с сахаром	180	5,41	6,24	39,28	235	Таб 4
Хлеб пшеничный	180	0,18	0,02	13,54	55	685
Итого	20	1,52	0,18	10,38	47	акт
Обед						
Суп картофельный с горохом						
Котлеты из птицы с соусом	200	4,76	3,35	15,65	112	139
Каша перловая рассыпчатая	50	7,4	4,99	4,85	93	акт
Чай с сахаром и лимоном	150	4,54	4,33	32,48	188	Таб 4
Хлеб пшеничный	180	0,23	0,02	13,72	57	686
Хлеб ржаной	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Итого	20	1,5	0,5	9,8	50	
Полдник						
Какао с молоком						
Булочка домашняя с маком	180	3,48	2,79	22,65	131	693
Итого	60	3,13	3,12	33,3	182	769
Всего		6,61	5,91	55,95	313	
		27,03	25,81	216,07	1221	

ДЕНЬ: ВТОРНИК
НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
СЕЗОН: ОСЕННЕ - ЗИМНИЙ
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Завтрак						
Каша молочная овсяная «Геркулес» с маслом	180	7,52	7,96	29,01	221	174
Чай с сахаром	180	0,18	0,02	13,54	55	685
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	10,38	47	акт
Итого		9,22	8,16	52,93	323	
Обед						
Борщ сибирский со сметаной	200	3,17	2,97	13,4	94	111
Тефтели (1в) с соусом	50	5,16	6,18	5,73	100	461
Каша гречневая вязкая	150	4,63	1,67	20,84	147	510
Напиток из ягод	180	0,06	0,02	22	90	акт
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,5	0,5	9,8	50	акт
Итого		16,8	11,61	87,34	552	
Полдник						
Чай с сахаром	180	0,18	0,02	13,54	55	685
Оладьи с соусом	70	4,24	2,81	34,2	175	акт
Итого		4,42	2,83	47,74	230	
Всего		30,44	22,6	188,01	1105	

ДЕНЬ: СРЕДА
 НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
 СЕЗОН: ОСЕННЕ - ЗИМНИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Завтрак						
Каша молочная пшеничная с маслом						
Чай с сахаром	180	9,6	4,55	49,33	277	Таб 4
Хлеб пшеничный	180	0,18	0,02	13,54	55	685
Итого	20	1,52	0,18	10,38	47	акт
Обед		11,3	4,75	73,25	379	
Суп - лапша домашняя						
Котлеты рыбные с соусом	200	2,35	3,91	14,2	103	148
Пюре картофельное	50	5,48	7,74	5,17	79	234
Напиток фруктовый	150	3,26	4,88	22,05	146	520
Хлеб пшеничный	180	0,2	0,04	25,73	105	акт
Хлеб ржано- пшеничный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Итого	20	1,5	0,5	9,8	50	акт
Полдник		15,07	17,34	92,52	554	
Чай с сахаром						
Круассаны с начинкой	180	0,18	0,02	13,54	55	685
Итого	75	4,5	21	37,5	352	
Всего		4,68	21,02	51,04	407	
		31,05	43,11	216,81	1340	

ДЕНЬ: ЧЕТВЕРГ
 НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
 СЕЗОН: ОСЕННЕ - ЗИМНИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Завтрак						
Суп молочный с лапшой домашней						
Чай с сахаром	180	4,05	3,59	14,42	135	160
Хлеб пшеничный	180	0,18	0,02	13,54	55	685
Итого	20	1,52	0,18	10,38	47	акт
Обед		5,75	3,79	38,34	237	
Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной						
Фрикадельки из птицы с соусом	200	1,74	3,94	16,2	76	124
Рис припущенный	50	4,86	2,95	4,05	62	акт
Напиток из ягод	150	3,72	4,33	38,92	209	512
Хлеб пшеничный	180	0,06	0,02	22	90	акт
Хлеб ржано- пшеничный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Итого	20	1,5	0,5	9,8	50	акт
Полдник		14,16	12,01	106,54	558	
Чай с молоком						
Калачи на сметане	180	1,49	1,14	15,7	80	378
Итого	60	3,72	7,56	50,45	242	УОП
Всего		5,21	8,7	66,15	322	
		25,12	24,5	211,03	1117	

НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
 СЕЗОН: ОСЕННЕ - ЗИМНИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Завтрак						
Каша молочная пшеничная с маслом						
Чай с сахаром	200	7,5				
Хлеб пшеничный	180	0,18	6,33	40,43	249	Таб 4
Итого	20	1,52	0,02	13,54	55	685
Обед						
Суп картофельный с фасолью						
Голубцы ленивые с соусом	200	4,76	3,35	15,65	351	
Пюре картофельное	70	4,56	3,93	15,65	112	139
Чай с сахаром и лимоном	150	3,26		4,82	78	485
Хлеб пшеничный	180	0,23	4,88	22,05	146	520
Хлеб ржано- пшеничный	30	2,28	0,02	12,73	54	686
Итого	20	1,5	0,27	15,57	71	акт
Полдник						
Компот из свежих яблок		16,59	12,95	9,8	50	акт
Ватрушка с творогом	180	0,15		24,84	95	631
Итого	60	8,51	3,18	25,89	167	410
Всего		8,66	3,18	50,73	262	
		34,45	22,66	195,7	1124	

ДЕНЬ: СУББОТА
 НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
 СЕЗОН: ОСЕННЕ - ЗИМНИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Завтрак						
Каша молочная рисовая с маслом						
Чай с сахаром	180	5,41	6,24	39,28	235	Таб 4
Хлеб пшеничный	180	0,18	0,02	13,54	55	685
Итого	20	1,52	0,18	10,38	47	акт
Обед						
Рассольник ленинградский со сметаной						
Запеканка Мозанка с соусом	200	7,11	6,44	63,2	337	
Макаронные изделия отварные	50	1,91	3,71	14,11	104	132
Компот из смеси сухофруктов	150	7,73	5,64	4,96	83	акт
Хлеб пшеничный	180	5,82	4,49	37,08	213	516
Хлеб ржано- пшеничный	30	0,54	0,05	26,81	111	акт
Итого	20	2,28	0,27	15,57	71	акт
Полдник						
Чай с сахаром и лимоном		19,81	14,66	108,33	632	
Бутерброды с сыром	180	0,23	0,02	13,72	57	686
Итого	40	4,73	3,12	15,57	106	3
Всего		4,96	3,14	29,29	163	
		31,88	24,24	200,82	1132	

Среднее значение за период 29,99 27,15 204,74 1173

- - Согласно СанПин 2.3/2.4.3590-20 п.8.1.4, п.8.1.5 возможные изменения в меню