

Утверждаю:

Ген. директор АО «КШП-Глобус»

Скурлатов Е.А.

2022 г.



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

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