

Утверждаю:

Генеральный директор АО «КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ-ГЛОБУС»

«29»

декабря



Согласовано

Директор школы Ю.Т.Талкина

29.12.2023

ПРИМЕРНОЕ ДВЕНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ
ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ
(С ДВУХСМЕННЫМ РЕЖИМОМ РАБОТЫ)
АО «КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ-ГЛОБУС»

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		
Горячий бутерброд с сыром	70	8,5	12	18,65	193	акт
Каша молочная овсяная «Геркулес» с маслом и фруктами	230	9,59	9,33	43,93	289	174
Чай с молоком	200	1,66	1,27	17,44	89	378
Итого		19,75	22,6	80,02	571	

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		
Пудинг из птицы с соусом	90	12,56	6,03	7,42	159	акт
Макаронные изделия отварные	180	6,98	5,39	44,5	255	516
Напиток фруктово-ягодный	200	0,2	0,2	22,8	94	акт
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,58	71	акт
Итого		21,89	11,71	91,94	579	

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		
Тефтели (2 в) с соусом	110	8,49	12,75	11,04	173	462
Сложный овощной гарнир	160	4,64	11,68	22,72	197	акт

Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,06	29,79	124	акт
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Итого		16,01	24,73	79,12	565	

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	200	28,13	10,55	30,74	365	31
Чай с сахаром	200	0,2	0,02	15	61	685
Булочка школьная	100	3,41	1,33	24,5	123	428
Итого		31,74	11,9	70,24	549	

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		
Азу	90	8,01	19,8	8,73	234	акт
Каша гречневая вязкая	180	5,55	6,01	25,01	176	510
Чай с сахаром и лимоном	200	0,26	0,03	15,25	64	686
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Итого		16,1	26,11	64,54	545	

ДЕНЬ: СУББОТА

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ

СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Каша молочная пшеничная с маслом и фруктами	230	9,57	6,79	51,63	279	табл 4
Кофейный напиток	200	1,48	1,28	22,46	108	акт
Булочка творожная	70	10,85	4,18	30,31	173	786
Итого		21,9	12,25	104,4	560	

Среднее значение за период:

21,23

18,22

81,71

562

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

Корыт С. В.



Директор школы Ю.Т.Талкина

29.12.2023

1 НЕДЕЛЯ

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		
Тефтели (2 в) с соусом	120	9,26	13,91	12,04	189	462
Сложный овощной гарнир	200	5,80	14,60	28,40	268	акт
Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,06	29,79	124	акт
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,45	25,95	118	акт
Хлеб ржаной	30	2,25	0,75	14,7	75	
Фрукты	100	0,4		12,6	52	
Итого		22,11	29,77	123,48	822	

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		
Закуска из овощей	100	1,83	4,50	7,50	78	акт
Котлеты рыбные с соусом	120	13,44	9,38	16,72	171	акт
Рис припущенный	200	4,96	5,78	51,89	279	512
Напиток из ягод	200	0,07	0,02	24,44	100	акт
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,45	25,95	118	акт
Хлеб ржаной	30	2,25	0,75	14,7	75	
Итого		26,35	20,88	141,22	821	

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		
Азу	120	10,68	26,4	11,64	293	акт
Каша гречневая вязкая	200	6,17	6,68	27,78	196	510
Чай с сахаром и лимоном	200	0,26	0,03	15,25	64	686
Мучное изделие	100	8,8	2,2	50,3	128	
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,45	25,95	118	акт
Хлеб ржаной	30	2,25	0,75	14,7	75	
Итого		31,96	36,51	145,62	814	

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
 ДЕНЬ: СУББОТА
 СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Фрикадельки с соусом	120	9,73	13,39	13,39	250	469
Каша пшениная вязкая	200	5,65	6,68	32,35	209	Табл 4
Кофейный напиток	200	1,48	1,28	22,46	108	акт
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,45	25,95	118	акт
Хлеб ржаной	30	2,25	0,75	14,7	75	
Фрукты	100	0,4		12,6	52	
Итого		23,31	22,55	121,45	812	

Среднее значение за период:

27,87 25,47 126,45 818

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