Согласовано
и.о. директора
МБОУ "СОШ №30"
Т.А. Шайтлер

Утверждаю:
Ген. директор АО "КШП-Глобус"
_____ Скурлатов Е.А
01 сентября 2021 г.

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

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

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Суп из овощей со сметаной	200/5	1,82	4,27	10,07	88	135
Птица, тушенная в соусе томатном	90	9,74	7,84	4,2	126	301
Рис припущенный	150	3,75	9	39,45	245	512
Огурец консервированный	10	0,12	0,02	0,58	3	70
Компот из сушеных фруктов	180	0,54		28,26	112	639
Хлеб пшеничный/ Батон школьный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Хлеб пшенично-ржаной	20	1,98	0,36	10,2	52	
Итого		20,39	21,76	108,26	697	

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

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Суп- лапша домашняя	200	2,24	4,64	11,12	96	148
Котлеты с соусом красным основным	90	10,2	9,51	11,88	176	451
Каша гречневая вязкая	150	4,8	7,05	25,65	180	510
Морковь отварная	20	0,23	0,017	1,23	8	32
Напиток лимонный	180	0,09		21,78	85	699
Хлеб пшеничный/ Батон школьный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Хлеб пшенично-ржаной	20	1,98	0,36	10,2	52	
Итого		21,82	21,847	97,43	668	

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

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Борщ"Сибирский" со сметаной	200/5	3,27	4,44	12,95	102	111
Тефтели рыбные с соусом красным основным	60/30	8,66	3,87	5,98	94	394
Пюре картофельное	150	3,15	6,75	21,9	164	520
Салат из морской капусты	20	0,53	2,13	1,6	24	
Чай с сахаром и лимоном	180	0,18	0,01	12,39	56	686
Хлеб пшеничный/ Батон школьный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Хлеб пшенично-ржаной	20	1,98	0,36	10,2	52	
Итого		20,14	19,96	84,15	563	

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

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/5	1,75	4,44	8,15	78	124
Сосиски отварные	1	6	11	1	135	413
Макароны , запеченные с сыром	150	8,7	12,9	34,95	297	516
Икра кабачковая	20		1,4	1,4	18	50
Сок	180			20,34	81	389
Хлеб пшеничный/ Батон школьный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Хлеб пшенично-ржаной	20	1,98	0,36	10,2	52	
Итого		20,71	30,37	91,61	732	

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

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Суп картофельный с горохом	200	4,96	4,48	17,84	134	139
Плов с мясом	240	17,11	12,68	53,26	390	443
Капуста маринованная	20	0,28	1,02	1,78	18	81
Чай с сахаром	180	0,18		13,5	52	685
Хлеб пшеничный/ Батон школьный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Хлеб пшенично-ржаной	20	1,98	0,36	10,2	52	
Итого		26,79	18,81	112,15	717	

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

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Рассольник "Ленинградский" со сметаной	200/5	2,55	4,6	16,23	116	131
Жаркое по-домашнему из мяса птицы	240	16,31	27,13	45,21	490	436
Зеленый горошек консервированный	20	0,6		1,2	7	101
Напиток из черной смородины	180	0,9		16,38	68	700
Хлеб пшеничный/ Батон школьный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Хлеб пшенично-ржаной	20	1,98	0,36	10,2	52	
Итого		49,92	36,42	70,61	804	

Среднее значение за период	26,55	24,65	94,17	707