

Утверждаю:

Ген. директор АО «КШП - Глобус»

Скурлатов Е.А.

2022 г.



Сотласована  
директор МАОУ. СОВМ-134  
А.А.М. Бугарметова



ПРИМЕРНОЕ ДВЕНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ШКОЛЬНЫХ ОБЕДОВ  
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		
Суп из овощей со сметаной	250/5	2,26	5,15	12,48	108	135
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
Хлеб пшенично-ржаной	20	1,4	0,2	9	44	
Итого		26,26	35,21	117,56	894	

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		
Борщ сибирский со сметаной	250/5	3,96	5,05	16,08	125	111
Плов с мясом	300	18,6	14,53	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
Хлеб пшенично-ржаной	20	1,4	0,2	9	44	
Итого		28,89	20,14	123,9	848	

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		
Суп - лапша домашняя	250	2,8	5,8	13,9	120	148
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
Хлеб пшенично-ржаной	20	1,4	0,2	9	44	
Итого		29,24	25,31	116,88	809	

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		
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/5	2,06	5,05	10,08	95	124
Бифштекс школьный	100	19,64	10,38	0,43	202	уоп
Каша гречневая вязкая	200	6,4	9,4	34,2	240	510
Огурец свежий	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
Хлеб пшенично-ржаной	20	1,4	0,2	9	44	
Итого		33,2	25,39	90,01	738	

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		
Суп картофельный с горохом	250	6,2	5,6	22,3	168	139
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
Хлеб пшенично-ржаной	20	1,4	0,2	9	44	
Итого		41,64	28,3	113,1	905	

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		
Рассольник ленинградский со сметаной	250/5	3,07	5,85	17,81	143	132
Котлеты из индейки	100	14,07	11,39	17,34	215	акт
Каша гречневая вязкая	200	6,4	9,4	34,2	240	510
Икра кабачковая	60		4,2	4,2	54	101
Чай с сахаром	180	0,18		13,5	52	685
Батон школьный	40	3,04	0,36	20,76	95	акт
Хлеб пшенично-ржаной	20	1,4	0,2	9	44	
Итого		28,16	31,4	116,81	843	

Среднее значение за период

31,23    27,62    113,04    840