

Утверждаю:

Генеральный директор

АО "КШП-Глобус"

С.В. Косых

АО "КШП - Глобус"

2022 г.



ПРИМЕРНОЕ ДВЕНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ШКОЛЬНИКОВ  
КАДЕТСКИЙ КОМПОНЕНТ (ДВУХРАЗОВОЕ ПИТАНИЕ) ПЕРВАЯ НЕДЕЛЯ  
АО"КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ -ГЛОБУС"

ДЕНЬ: Понедельник

НЕДЕЛЯ: Первая

СЕЗОН: Зимне-весенний

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Завтрак						
Горячий бутерброд с сыром	70	8,5	12	18,65	193	акт
Каша молочная "Геркулес" с маслом и фруктами	280	10,53	10,14	57,55	344	174
Кофейный напиток	200	1,48	1,28	22,46	108	акт
Итого		20,51	23,42	98,66	645	
Обед						
Суп картофельный с горохом	250	5,95	4,19	19,56	140	139
Бефстроганов	120	20,88	14,76	6,24	293	423
Каша гречневая вязкая	200	6,17	6,68	27,79	196	510
Напиток из плодов шиповника	200	0,4		23,6	94	705
Хлеб школьный / Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,76	95	акт
Хлеб ржаной	20	1,5	0,5	9,8	50	
Итого		37,94	26,49	107,75	868	
Итого		58,45	49,91	206,41	1513	

ДЕНЬ: Вторник

НЕДЕЛЯ: Первая

СЕЗОН: Зимне-весенний

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Завтрак						
Яйца вареные	40	5,1	4,6	0,3	63	337
Каша молочная пшеничная с маслом	250	10,71	8,69	54,87	342	таб 4
Чай с сахаром и молоком	200	1,66	1,27	17,44	89	378
Блинчики с начинкой	60	1,8	1,5	16,8	117	
Итого		19,27	16,06	89,41	611	
Обед						
Рассольник ленинградский со сметаной	250	2,39	4,64	17,64	130	132
Рыба запеченная с соусом	100	10,33	20,9	4,7	173	акт
Рис припущенный	200	5,28	12	52,58	279	512
Сок	200			22,6	90	
Хлеб школьный / Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,76	95	акт
Хлеб ржаной	20	1,5	0,5	9,8	50	
Итого		22,54	38,4	128,08	817	
Итого		41,81	54,46	217,49	1428	



ДЕНЬ: Среда  
НЕДЕЛЯ: Первая

СЕЗОН: Зимне-весенний

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Завтрак						
Суп молочный с лапшой домашней	250	7,4	8,5	22,9	198	160
Какао с молоком	200	3,87	3,1	25,17	145	693
Ватрушка с сыром	100	14,54	14,17	29,74	315	УОП
Итого		25,81	25,77	77,81	658	
Обед						
Суп картофельный с клецками	250	4,98	5,1	29,23	183	228
Котлеты студенческие	100	12,9	15,28	11,4	200	103
Пюре картофельное	200	4,34	6,51	29,4	194	520
Напиток фруктовый	200	0,22	0,044	28,59	117	699
Хлеб школьный / Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,76	95	акт
Хлеб ржаной	20	1,5	0,5	9,8	50	
Итого		26,98	27,794	129,18	839	
Итого		52,79	53,56	206,99	1497	

ДЕНЬ: Четверг

НЕДЕЛЯ: Первая

СЕЗОН: Зимне-весенний

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Завтрак						
Запеканка творожная с соусом	250	35,16	13,19	38,42	456	31
Чай с сахаром	200	0,2	0,02	15	61	685
Булочка школьная	100	4,1	1,6	26,4	123	428
Итого		39,46	14,81	79,82	640	
Обед						
Борщ из свежей капусты со сметаной	250	1,96	8,09	14,75	131	110
Пельмени отварные с маслом	210	21,39	17,85	41,16	415	719
Закуска из овощей	100	1,83	4,5	7,5	78	акт
Компот из кураги	200	1,2		31,6	126	акт
Хлеб школьный / Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,76	95	акт
Хлеб ржаной	20	1,5	0,5	9,8	50	
Итого		30,92	31,3	125,57	895	
Итого		70,38	46,11	205,39	1535	



ДЕНЬ: Пятница  
 НЕДЕЛЯ: Первая  
 СЕЗОН: Зимне-весенний  
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Завтрак						
Каша молочная пшеничная с маслом	250	10,4	7,38	56,12	303	таб 4
Чай с сахаром и молоком	200	1,66	1,27	17,44	89	378
Слойка с ветчиной и сыром	100	7	24	45	320	акт
Итого		19,06	32,65	118,56	712	
Обед						
Суп из овощей со сметаной	250	2,08	4,54	11,45	110	135
Тефтели (2в) с соусом	125	10,51	18,7	13,56	267	462
Сложный овощной гарнир	200	5,8	14,6	28,4	267	акт
Сок	200			22,6	90	
Хлеб школьный / Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,76	95	акт
Хлеб ржаной	20	1,5	0,5	9,8	50	
Итого		22,93	38,7	106,57	879	
Итого		41,99	71,35	225,13	1591	

ДЕНЬ: Суббота  
 НЕДЕЛЯ: Первая  
 СЕЗОН: Зимне-весенний

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Завтрак						
Омлет натуральный	220	21,6	16,76	22,84	329	210
Чай с сахаром	200	0,2	0,02	15	61	685
Ватрушка с творогом	100	14,19	5,3	43,14	277	410
Хлеб школьный / Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Итого		38,27	22,35	96,55	675	
Суп картофельный с фасолью	250	5,95	4,19	19,56	140	139
Плов с мясом	300	18,23	12,76	68,31	464	443
Напиток из ягод	200	0,07	0,02	24,44	100	акт
Хлеб школьный / Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,76	95	акт
Хлеб ржаной	20	1,5	0,5	9,8	50	
Итого		28,79	17,83	142,87	849	
Итого		67,06	40,18	239,42	1524	

Среднее значение за период: 55,41 52,60 216,81 1515

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