

Утверждаю:

Генеральный директор

АО "КШП-Глобус"

С.В. Косых

" 27 декабря 2022 г.



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

ДЕНЬ: Понедельник

НЕДЕЛЯ: Вторая

СЕЗОН: Зимне-весенний

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Завтрак						
Бытерброды с сыром	70	7,01	3,39	31,14	177	3
Каша молочная рисовая с маслом и фруктами	280	8,09	7,26	61,17	354	таб 4
Какао с молоком	200	3,87	3,1	25,17	145	693
Итого		18,97	13,75	117,48	676	
Обед						
Суп картофельный с горохом	250	5,95	4,19	19,56	140	139
Медальоны из птицы	120	22,03	22,46	13,2	322	акт
Каша перловая рассыпчатая	200	6,06	5,78	43,3	206	таб 4
Компот из ягод	200	0,16	0,05	25,81	106	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		38,74	33,34	132,43	919	
Итого		57,71	47,09	249,91	1595	

ДЕНЬ: Вторник

НЕДЕЛЯ: Вторая

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	294	таб 4
Кофейный напиток	200	1,48	1,28	22,46	108	акт
Калачи творожные	70	6,72	3,36	35,98	203	УОП
Хлеб школьный / Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Итого		20,88	12,29	130,13	676	
Обед						
Борщ сибирский со сметаной	250	3,88	3,73	16,75	118	111
Люля-кебаб с соусом	120	11,74	14,14	17,84	275	акт
Макаронные изделия отварные	200	7,76	5,99	49,44	283	516
Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,06	29,79	124	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		28,52	24,78	144,38	945	
Итого		49,40	37,07	274,51	1621	

ДЕНЬ: Среда

НЕДЕЛЯ: Вторая

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	10,71	8,69	54,87	342	таб 4
Чай с сахаром и молоком	200	1,66	1,27	17,44	89	378
Блины с соусом	100	4,5	6,85	32,6	212	акт
Итого		16,87	16,81	104,91	643	
Обед						
Суп картофельный с рыбными консервами	250	6,7	9	20,5	190	акт
Жаркое по-домашнему	290	14,77	19,14	35,61	378	акт
Компот из ягод	200	0,16	0,05	25,81	106	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		26,17	29,05	112,48	819	
Итого		43,04	45,86	217,39	1462	

ДЕНЬ: Четверг

НЕДЕЛЯ: Вторая

СЕЗОН: Зимне-весенний

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Завтрак						
Пудинг, из птицы запеченный с соусом	120	16,75	8,04	9,89	176	акт
Макаронные изделия отварные	200	7,76	5,99	49,44	283	516
Чай с сахаром и лимоном	200	0,26	0,03	15,25	64	686
Хлеб школьный / Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,76	95	акт
Итого		27,81	14,42	95,34	618	
Обед						
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	2,06	5,05	10,08	95	124
Бифштекс школьный	100	27,2	10,38	1,02	205	УОП
Рис припущенный	200	5,28	12	52,58	279	512
Сок	200			22,67	90	389
Хлеб школьный / Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,76	95	акт
Хлеб ржаной	20	1,5	0,5	9,8	50	
Итого		39,08	28,29	116,91	814	
Итого		66,89	42,71	212,25	1432	

ДЕНЬ: Пятница
 НЕДЕЛЯ: Вторая
 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
Булочка молочная	100	8,8	2,2	50,3	128	779
Хлеб школьный / Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Итого		32,88	19,25	103,71	589	
Обед						
Суп картофельный с фасолью	250	5,95	4,19	19,56	140	139
Свинина по-мексикански	100	8,23	24,75	12,79	250	акт
Пюре картофельное	200	4,34	6,51	29,4	194	520
Компот из свежих яблок	200	0,17		27,6	106	631
Хлеб школьный / Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,76	95	акт
Хлеб ржаной	20	1,5	0,5	9,8	50	
Итого		23,23	36,31	119,91	835	
Итого		56,11	55,56	223,62	1424	

ДЕНЬ: Суббота
 НЕДЕЛЯ: Вторая
 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						
Рассольник ленинградский со сметаной	250	2,39	4,64	17,64	130	132
Биточки с сыром с соусом	110	12,2	18,4	6,1	254	акт
Каша пшенная вязкая	200	6	9,2	35,2	240	510
Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,06	29,79	124	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		25,73	33,16	119,29	893	
Итого		65,19	47,97	199,11	1533	

Среднее значение за период: 56,39 46,04 229,47 1511

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