

Утверждаю:

Генеральный директор

АО "КШП-Глобус"

С. В. Косых

" 27

2022 г.



**ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ШКОЛЬНИКОВ
КАДЕТСКИЙ КОМПОНЕНТ (ТРЕХ РАЗОВОЕ ПИТАНИЕ)
АО "КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ-ГЛОБУС"
ВТОРАЯ НЕДЕЛЯ**

ДЕНЬ: Понедельник

НЕДЕЛЯ: Вторая

СЕЗОН: Зимне-весенний

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Завтрак						
Каша молочная рисовая с маслом	160	5,41	6,24	39,28	235	Таб 4
Чай с сахаром	200	0,2	0,02	15	61	685
Кисломолочный продукт	90	2,5	0,3	17	80	
Мучное изделие	50	3	2,5	25,5	140	
Итого		11,11	9,06	96,78	516	
Обед						
Суп картофельный с горохом	200	4,76	3,35	15,65	112	139
Медальоны из птицы	100	15,85	11,41	8,57	208	акт
Каша перловая рассыпчатая	150	4,54	4,33	32,48	188	таб 4
Компот из ягод	200	0,16	0,05	25,81	106	акт
Хлеб школьный / Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Хлеб ржаной	20	1,5	0,5	9,8	50	
Итого		29,09	19,91	107,88	735	
Полдник						
Какао с молоком	200	3,87	3,1	25,17	146	693
Булочка домашняя с маком	75	5,66	10,61	46,24	227	742
Итого		9,53	13,71	71,41	373	
Итого		38,62	33,62	179,29	1624,00	

ДЕНЬ: Вторник

НЕДЕЛЯ: Вторая

СЕЗОН: Зимне-весенний

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Завтрак						
Мясо по-купечески	210	17,82	20,21	39,38	376	акт
Закуска из овощей	60	1,1	2,7	4,5	47	акт
Чай с сахаром и лимоном	200	0,26	0,03	15,25	64	686
Хлеб школьный / Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Итого		21,46	23,21	74,7	558	
Обед						
Борщ сибирский со сметаной	200	3,17	2,97	13,4	94	111
Люля-кебаб с соусом	110	10,76	12,96	16,35	252	акт
Макаронные изделия отварные	160	6,2	4,79	39,56	227	516
Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,06	29,79	124	акт
Хлеб школьный / Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Хлеб ржаной	20	1,5	0,5	9,8	50	
Итого		24,51	21,55	124,47	818	
Полдник						
Чай с сахаром	200	0,2	0,02	15	61	685
Оладьи с соусом	100	4,24	2,81	34,2	218	акт
Итого		4,44	2,83	49,2	279	
Итого		31,23	24,65	189,24	1655	

ДЕНЬ: Среда
 НЕДЕЛЯ: Вторая
 СЕЗОН: Зимне-весенний
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Завтрак						
Мясные ёжики	110	9,62	11,35	8,08	174	акт
Пюре картофельное	180	3,91	5,86	26,46	175	520
Напиток фруктовый	200	0,22	0,04	28,59	117	699
Хлеб школьный / Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Итого		16,03	17,52	78,7	537	
Обед						
Суп картофельный с рыбными консервами	200	4,45	2,89	15,92	152	акт
Ризотто с птицей	270	30,85	11,02	59,83	454	
Компот из ягод	200	0,16	0,05	25,81	106	акт
Хлеб школьный / Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Хлеб ржаной	20	1,5	0,5	9,8	50	
Итого		39,24	14,73	126,93	833	
Полдник						
Чай с сахаром	200	0,2	0,02	15	61	685
Круассаны с начинкой	75	4,5	21	37,5	352	
Итого		4,7	21,02	52,5	413	
Итого		46,22	36,02	195,00	1783	

ДЕНЬ: Четверг
 НЕДЕЛЯ: Вторая
 СЕЗОН: Зимне-весенний
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Завтрак						
Чахохбили	90	6,24	6,08	5,12	127	акт
Макаронные изделия отварные	180	6,98	5,39	44,5	255	516
Напиток из ягод	200	0,07	0,02	24,44	100	акт
Хлеб школьный / Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Итого		15,57	11,76	89,63	553	
Обед						
Щи из свежей капусты со сметаной	200	1,74	3,94	16,2	76	124
Биточки с сыром с соусом	110	12,2	18,4	6,1	254	акт
Каша гречневая вязкая	180	5,55	6,01	25,01	176	510
Сок	200			22,6	90	
Хлеб школьный / Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Хлеб ржаной	20	1,5	0,5	9,8	50	
Итого		23,27	29,12	95,28	717	
Полдник						
Чай с молоком	200	1,66	1,27	17,44	89	378
Калачи на сметане	75	4,65	9,45	55,5	299	УОП
Итого		6,31	10,72	72,94	388	
Итого		45,15	51,6	257,85	1658	

ДЕНЬ: Пятница
 НЕДЕЛЯ: Вторая
 СЕЗОН: Зимне-весенний
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Завтрак						
Рыба под сырной шапкой	90	9,19	10,73	7,7	136	акт
Сложный овощной гарнир	180	5,22	13,14	25,56	222	акт
Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,06	29,79	124	акт
Хлеб школьный / Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Итого		17,29	24,2	78,62	553	
Обед						
Суп картофельный с фасолью	200	4,96	4,48	17,84	112	139
Плов с мясом	270	15,76	12,72	63,98	418	443
Напиток из ягод	200	0,07	0,02	24,44	100	акт
Хлеб школьный / Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Хлеб ржаной	20	1,5	0,5	9,8	50	
Итого		24,57	17,99	131,63	751	
Полдник						
Компот из свежих яблок	200	0,17		27,6	106	631
Ватрушка с творогом	75	10,64	3,98	32,36	209	410
Итого		10,81	3,98	59,96	315	
Итого		52,67	28,68	148,38	1619	

Среднее значение за период: 42,78 34,91 193,95 1668

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