Утверждаю:

Генеральный директор АО «КШП-Глобус»

_____ Косых С.В.

«27» _____ 20 23 г.

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ «СОШ №68»

_____ Дёмин А.М.

«28» 12 2023

ПРИМЕРНОЕ ДВЕНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ
ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5-11 КЛАССОВ
АО"КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ-ГЛОБУС»

1 НЕДЕЛЯ

ДЕНЬ: ПОНЕДЕЛЬНИК

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ

СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД | Масса порций | Пищевые вещества (г) | | | ЭЦ (ккал) | № рецептуры |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Б | Ж | У | | |
| Пельмени отварные | 210 | 21,39 | 17,85 | 41,16 | 415 | 719 |
| Овощи по сезону | 100 | 0,8 | | 3,4 | 16 | 71 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,02 | 15 | 61 | 685 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,04 | 0,36 | 20,76 | 95 | |
| Итого | | 25,43 | 18,23 | 80,32 | 587 | |

ДЕНЬ: ВТОРНИК

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ

СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД | Масса порций | Пищевые вещества (г) | | | ЭЦ (ккал) | № рецептуры |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Б | Ж | У | | |
| Рыба, запеченная с соусом | 100 | 10,33 | 20,9 | 4,7 | 173 | акт |
| Рис припущенный | 180 | 4,46 | 5,2 | 46,7 | 251 | 512 |
| Мучное изделие | 50 | 4,4 | 1,1 | 25,15 | 64 | |
| Напиток фруктово-ягодный | 200 | 0,2 | 0,2 | 22,8 | 94 | акт |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,04 | 0,36 | 20,76 | 95 | |
| Итого | | 22,43 | 27,76 | 120,11 | 677 | |

ДЕНЬ: СРЕДА
НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД | Масса порций | Пищевые вещества (г) | | | ЭЦ (ккал) | № рецептуры |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Б | Ж | У | | |
| Котлеты студенческие | 100 | 12,9 | 15,28 | 11,4 | 200 | 103 |
| Пюре картофельное | 150 | 3,15 | 6,75 | 21,9 | 163 | 520 |
| Овощи тушеные | 100 | 2,5 | 4,6 | 10,7 | 94 | 534 |
| Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,6 | 0,06 | 29,79 | 124 | акт |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,04 | 0,36 | 20,76 | 95 | |
| Итого | | 22,19 | 27,05 | 94,55 | 676 | |

ДЕНЬ: ЧЕТВЕРГ
НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД | Масса порций | Пищевые вещества (г) | | | ЭЦ (ккал) | № рецептуры |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Б | Ж | У | | |
| Наггетсы | 100 | 18,7 | 15,3 | 0,6 | 205 | 494 |
| Макаронные изделия отварные | 180 | 0,98 | 5,39 | 44,5 | 255 | 516 |
| Овощи по сезону | 100 | 0,8 | | 3,4 | 16 | 71 |
| Напиток из ягод | 200 | 0,07 | 0,02 | 24,44 | 100 | акт |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,04 | 0,36 | 20,76 | 95 | |
| Итого | | 23,59 | 21,07 | 72,94 | 671 | |

ДЕНЬ: ПЯТНИЦА
НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД | Масса порций | Пищевые вещества (г) | | | ЭЦ (ккал) | № рецептуры |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Б | Ж | У | | |
| Закуска из овощей | 100 | 1,83 | 4,50 | 7,50 | 78 | акт |
| Мясо по -купечеки | 250 | 21,22 | 24,07 | 46,88 | 431 | акт |
| Чай с сахаром и лимоном | 200 | 0,26 | 0,03 | 15,25 | 64 | 686 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,04 | 0,36 | 20,76 | 95 | |
| Итого | | 26,35 | 28,96 | 90,39 | 668 | |

ДЕНЬ: СУББОТА
НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД | Масса порций | Пищевые вещества (г) | | | ЭЦ (ккал) | № рецептуры |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Б | Ж | У | | |
| Куриные колбаски | 100 | 19,03 | 14,08 | 10,4 | 248 | |
| Рис припущенный | 180 | 4,46 | 5,2 | 46,7 | 251 | 512 |
| Овощи по сезону | 100 | 0,8 | | 3,4 | 16 | 71 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,02 | 15 | 61 | 685 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,04 | 0,36 | 20,76 | 95 | |
| Итого | | 27,53 | 19,66 | 96,26 | 671 | |

Среднее значение за период: 24,59 20,76 92,43 658

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