



СОГЛАСОВАНО:
Директор МБОУ «СОШ №98»
Т.А. Ряполова

Утверждаю:
Генеральный директор
АО "КШП-Глобус"

С. В. [Signature]
" 01 " 11 2024



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

ДЕНЬ: ПОНЕДЕЛЬНИК
НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
СЕЗОН: ОСЕННЕ - ЗИМНИЙ
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | Масса порций | Пищевые вещества (г) | | | ЭЦ (ккал) | № рецептуры |
|----------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|-----------|-------------|
| | | Б | Ж | У | | |
| Закуска из овощей | 100 | 1,83 | 4,5 | 7,5 | 78 | акт |
| Суп картофельный с горохом | 250 | 5,95 | 4,19 | 19,56 | 140 | 139 |
| Манты с соусом | 250 | 23,94 | 17,1 | 54,27 | 464 | акт |
| Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,02 | 15 | 61 | 685 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,2 | 0,4 | 20 | 96 | |
| Хлеб ржаной | 20 | 1,6 | 0,2 | 9 | 44 | |
| Итого | | 36,72 | 26,41 | 125,33 | 883 | |

ДЕНЬ: ВТОРНИК
НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
СЕЗОН: ОСЕННЕ - ЗИМНИЙ
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | Масса порций | Пищевые вещества (г) | | | ЭЦ (ккал) | № рецептуры |
|----------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|-----------|-------------|
| | | Б | Ж | У | | |
| Борщ сибирский со сметаной | 250 | 3,88 | 3,73 | 16,75 | 118 | 111 |
| Медальоны из птицы | 100 | 15,85 | 11,41 | 8,57 | 208 | акт |
| Рис припущенный | 180 | 4,46 | 5,2 | 46,7 | 251 | 512 |
| Овощи по сезону | 100 | 0,8 | | 3,4 | 16 | 71 |
| Сок | 200 | | | 22,67 | 92 | 389 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,2 | 0,4 | 20 | 96 | |
| Хлеб ржаной | 20 | 1,6 | 0,2 | 9 | 44 | |
| Итого | | 29,79 | 20,94 | 127,09 | 825 | |

ДЕНЬ: СРЕДА
НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
СЕЗОН: ОСЕННЕ - ЗИМНИЙ
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | Масса порций | Пищевые вещества (г) | | | ЭЦ (ккал) | № рецептуры |
|--------------------|--------------|----------------------|-------|--------|-----------|-------------|
| | | Б | Ж | У | | |
| Уха школьная | 250 | 9,32 | 4,37 | 11,17 | 125 | акт |
| Азу | 100 | 8,2 | 9,8 | 3,7 | 138 | акт |
| Пюре картофельное | 180 | 3,78 | 8,1 | 26,28 | 196 | 520 |
| Манник лимонный | 50 | 3,51 | 5,77 | 25,79 | 170 | акт |
| Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,02 | 15 | 61 | 685 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,2 | 0,4 | 20 | 96 | |
| Хлеб ржаной | 20 | 1,6 | 0,2 | 9 | 44 | |
| Итого | | 29,81 | 28,66 | 110,94 | 830 | |

ДЕНЬ: ЧЕТВЕРГ

НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ

СЕЗОН: ОСЕННЕ - ЗИМНИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | Масса порций | Пищевые вещества (г) | | | ЭЦ (ккал) | № рецептуры |
|---|--------------|----------------------|-------|--------|-----------|-------------|
| | | Б | Ж | У | | |
| Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | 250 | 2,06 | 5,05 | 10,08 | 95 | 124 |
| Птица запеченная | 110 | 25,2 | 11 | 3,3 | 210 | 494 |
| Макаронные изделия отварные | 180 | 6,98 | 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 | 3,2 | 0,4 | 20 | 96 | |
| Хлеб ржаной | 20 | 1,6 | 0,2 | 9 | 44 | |
| Итого | | 39,91 | 22,06 | 114,72 | 816 | |

ДЕНЬ: ПЯТНИЦА

НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ

СЕЗОН: ОСЕННЕ - ЗИМНИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | Масса порций | Пищевые вещества (г) | | | ЭЦ (ккал) | № рецептуры |
|-------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|-----------|-------------|
| | | Б | Ж | У | | |
| Закуска из овощей | 100 | 1,83 | 4,5 | 7,5 | 78 | акт |
| Суп-лапша домашняя | 250 | 2,94 | 4,89 | 17,75 | 129 | 148 |
| Люля-кебаб с соусом | 110 | 16,96 | 8,82 | 17,84 | 237 | акт |
| Пюре картофельное | 180 | 3,78 | 8,1 | 26,28 | 196 | 520 |
| Чай с сахаром и лимоном | 200 | 0,26 | 0,03 | 15,25 | 64 | 686 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,2 | 0,4 | 20 | 96 | |
| Хлеб ржаной | 30 | 2,4 | 0,3 | 13,5 | 66 | |
| Итого | | 31,37 | 27,04 | 118,12 | 866 | |

НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ

ДЕНЬ: СУББОТА

СЕЗОН: ОСЕННЕ - ЗИМНИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | Масса порций | Пищевые вещества (г) | | | ЭЦ (ккал) | № рецептуры |
|----------------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|-----------|-------------|
| | | Б | Ж | У | | |
| Суп картофельный с фрикадельками | 250 | 14,32 | 7,32 | 24,91 | 209 | 97 |
| Мясо по-купечески | 250 | 24,55 | 18,19 | 42,61 | 381 | акт |
| Напиток из ягод | 200 | 0,07 | 0,02 | 24,44 | 100 | акт |
| Овощи по сезону | 100 | 0,8 | | 3,4 | 16 | 71 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,2 | 0,4 | 20 | 96 | |
| Хлеб ржаной | 30 | 2,4 | 0,3 | 13,5 | 66 | |
| Итого | | 45,34 | 26,23 | 128,86 | 868 | |

Среднее значение за период:

35,49 25,22 120,84 848

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