

Утверждаю:

Директор МБОУ «СОШ №98»

Т.Г. Ряполова

Утверждаю:

Ген. директор АО «КШП - Глобус»

С.В. Косых

«27» декабря 2023 г.

«29» декабря 2023 г.

ДОКУМЕНТОВ

ПРИМЕРНОЕ ДВЕНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ
ДЛЯ ШКОЛЬНИКОВ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ
АО "КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ - ГЛОБУС"

1 НЕДЕЛЯ

ДЕНЬ: ПОНЕДЕЛЬНИК

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ

СЕЗОН: ЗИМНЕ - ВЕСЕННИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Завтрак						
Каша молочная овсяная «Геркулес» с фруктами	200/100	7,6	9,33	59,2	367	174
Чай с сахаром	200	0,2	0,02	15	61	685
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	25,95	118	акт
Итого		11,6	9,8	100,15	546	
Обед						
Суп картофельный с горохом	250	5,95	4,19	19,56	140	139
Котлеты из птицы с соусом	100	8,23	9,45	12,18	189	акт
Каша гречневая вязкая	200	6,17	6,68	27,78	196	510
Напиток из ягод	200	0,07	0,02	24,44	100	акт
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,45	25,95	118	акт
Хлеб ржано- пшеничный	30	2,25	0,75	14,7	75	
Итого		26,47	21,54	124,61	818	
Полдник						
Чай с сахаром	200	0,2	0,02	15,0	61	685
Булочка молочная	100	8,8	2,2	50,3	128	779
Фруктово-ягодный десерт/ кондитерское изделие	50	1,2		30	125	
Итого		10,2	2,22	95,30	314	
Всего		48,27	33,56	320,06	1678	

ДЕНЬ: ВТОРНИК

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ

СЕЗОН: ЗИМНЕ - ВЕСЕННИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Завтрак						
Закуска из овощей	100	1,83	4,5	7,5	78	акт
Макаронные изделия отварные	200	1,09	5,99	49,44	284	516
Чай с сахаром и лимоном	200	0,26	0,03	15,25	64	686
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	25,95	118	акт
Итого		6,98	10,97	98,14	544	
Обед						
Рассольник ленинградский со сметаной	250	2,39	4,64	17,64	130	132
Биточки рыбные с соусом	100	7,1	5,85	11,4	131	388
Рис припущенный	200	4,94	5,78	51,89	279	512
Напиток фруктово - ягодный	200	0,2	0,2	22,8	94	акт
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,45	25,95	118	акт
Хлеб ржано- пшеничный	25	1,88	0,63	12,25	63	
Итого		22,99	20,38	134,64	816	
Полдник						
Чай с сахаром	200	0,2	0,02	15,0	61	685
Булочка домашняя	50	3,75	6,6	30,45	197	769

Итого		4,15	6,62	65,05	339	
Всего		34,12	37,97	297,83	1699	

ДЕНЬ:СРЕДА

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ

СЕЗОН: ЗИМНЕ - ВЕСЕННИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Завтрак						
Каша молочная пшенная с фруктами	200/100	8,79	7,77	74,38	370	302
Чай с сахаром	200	0,2	0,02	15,0	61	685
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	25,95	118	акт
Итого		12,79	8,24	115,33	549	
Обед						
Суп – лапша домашняя	250	2,94	4,89	17,75	129	148
Шницели с соусом	100	9,05	8,65	11,8	164	454
Сложный овощной гарнир	180	5,22	13,14	25,56	241	акт
Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,06	29,79	124	акт
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,76	94	акт
Хлеб ржано- пшеничный	30	2,25	0,75	14,7	75	
Итого		23,1	27,85	120,36	823	
Полдник						
Чай с сахаром	200	0,2	0,02	15,0	61	685
Булочка дорожная	50	3,55	7,4	28,05	193	770
Фруктово-ягодный десерт/ кондитерское изделие	100	13,5	0,6	6,5	78	
Итого		17,25	8,02	49,55	332	
Всего		53,14	44,11	285,24	1704	

ДЕНЬ:ЧЕТВЕРГ

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ

СЕЗОН: ЗИМНЕ - ВЕСЕННИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Завтрак						
Закуска из овощей	100	1,83	4,5	7,5	78	акт
Каша перловая рассыпчатая	200	5,8	12,2	41,4	306	297
Чай с сахаром	200	0,2	0,02	15,0	61	685
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,45	25,95	118	акт
Итого		11,63	17,17	89,85	563	
Обед						
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	1,96	8,09	14,75	131	110
Фрикадельки из птицы с соусом	100	10,1	4,7	7,7	115	акт
Макаронные изделия отварные	200	7,76	5,99	49,44	284	516
Напиток из ягод	200	0,07	0,02	24,44	100	акт
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,45	25,95	118	акт
Хлеб ржано- пшеничный	30	2,25	0,75	14,7	75	
Итого		25,94	20,0	136,98	823	
Полдник						
Чай с сахаром	200	0,2	0,02	15,0	61	685
Булочка ванильная	50	3,95	4,25	29,05	172	107
Фрукты запеченные	100	0,2		19,6	81	акт
Итого		4,35	4,27	63,65	314	
Всего		41,92	41,44	290,58	1700	

