



Утверждаю:

Генеральный директор

АО "КШП-ГЛОБУС"

"14" 08



ПРИМЕРНОЕ ДВЕНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ШКОЛЬНЫХ
ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ
(С ДВУХСМЕННЫМ РЕЖИМОМ РАБОТЫ)
АО "КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ-ГЛОБУС"
1 НЕДЕЛЯ

ДЕНЬ: ПОНЕДЕЛЬНИК

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ

СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Суп-лапша домашняя с гречками	200	2,36	4,8	18,72	133	148
Биточки с соусом	90	8,63	20,07	2,85	229	акт
Каша гречневая вязкая	150	4,63	5,01	20,84	147	510
Чай с сахаром и лимоном	200	0,26	0,03	15,25	64	686
Хлеб пшеничный	40	3	0,8	19,2	96	
Хлеб ржаной	20	1,6	0,2	9	44	
Итого	700	20,48	30,91	85,86	713	

ДЕНЬ: ВТОРНИК

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ

СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Рассольник со сметаной	200	1,91	3,71	14,11	104	132
Фрикадельки из мяса птицы с соусом	90	8,69	8,97	7,36	156	акт
Макаронные изделия отварные	170	6,6	5,09	42,02	240	516
Напиток фруктовый	200			19,75	75	акт
Хлеб пшеничный	40	3	0,8	19,2	96	
Хлеб ржаной	20	1,6	0,2	9	44	
Итого	720	21,8	18,77	111,44	715	

ДЕНЬ: СРЕДА

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ

СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	1,66	4,91	10,56	92	110
Ризотто с мясом	250	12,87	13,34	44,32	350	акт
Напиток из сухофруктов	200	0,6	0,06	29,79	124	акт
Хлеб пшеничный	40	3	0,8	19,2	96	
Хлеб ржаной	20	1,6	0,2	9	44	
Итого	710	19,73	19,31	112,87	706	

ДЕНЬ: ЧЕТВЕРГ
НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Суп картофельный с клецками	200	3,98	4,08	23,38	146	228
Фрикасе из птицы	90	16,05	16,58	6,36	211	акт
Каша гречневая вязкая	150	4,63	5,01	20,84	147	510
Чай с сахаром	200	0,2	0,02	15	61	685
Хлеб пшеничный	40	3	0,8	19,2	96	
Хлеб ржаной	20	1,6	0,2	9	44	
Итого	700	29,46	26,69	93,78	705	

ДЕНЬ: ПЯТНИЦА
НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Суп из овощей со сметаной	200	1,66	3,63	9,16	88	135
Зразы с соусом	120	10,49	16,18	12,1	240	436
Пюре картофельное	150	3,15	6,75	21,9	163	520
Лимонад домашний	200			19,75	75	акт
Хлеб пшеничный	40	3	0,8	19,2	96	
Хлеб ржаной	20	1,6	0,2	9	44	
Итого	730	19,9	27,56	91,11	706	

ДЕНЬ: СУББОТА
НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
СЕЗОН: ОСЕННЕ - ЗИМНИЙ
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Суп картофельный с фасолью	200	4,76	3,35	15,65	112	159
Гуляш	90	10,12	19,83	2,6	149	260
Каша пшеница вязкая	180	5,09	6,01	29,11	188	Табл 4
Напиток из сухофруктов	200	0,6	0,06	29,79	124	акт
Хлеб пшеничный	40	3	0,8	19,2	96	
Хлеб ржаной	20	1,6	0,2	9	44	
Итого	730	25,17	21,25	105,35	713	

Среднее значение за период:

22,76 24,08 100,07 710

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



С. А. СОСОВАНОВ
Директор МБОУ «СШ №126»
А. В. Захаров
Завуч

Утверждаю:

Генеральный директор

АО «КШП-Глобус»

«14» 08



ПРИМЕРНОЕ ДВЕНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ШКОЛЬНЫХ ОБЕДОВ
ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 - 4 КЛАССОВ
(С ДВУХСМЕННЫМ РЕЖИМОМ РАБОТЫ)
2 НЕДЕЛЯ

ДЕНЬ: ПОНЕДЕЛЬНИК

НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ

СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Суп картофельный с горохом	200	4,76	3,35	15,65	112	139
Птица тушеная в соусе с овощами	120	10,96	12,1	3,5	163	акт
Макаронные изделия отварные	150	5,82	4,49	37,08	212	516
Напиток из кураги	200	0,6	0,06	27,79	124	акт
Хлеб пшеничный	40	3	0,8	19,2	96	
Хлеб ржаной	20	1,6	0,2	9	44	
Итого		26,74	21	112,22	751	

ДЕНЬ: ВТОРНИК

НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ

СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	1,74	3,94	16,2	76	124
Митболы в соусе	90	8,38	13,26	2,85	164	акт
Рис припущенный	180	4,46	5,2	46,7	251	512
Напиток из ягод	200	0,07	0,02	24,44	100	акт
Хлеб пшеничный	40	3	0,8	19,2	96	
Хлеб ржаной	20	1,6	0,2	9	44	
Итого		19,25	23,42	118,39	731	

ДЕНЬ: СРЕДА

НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ

СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Суп-лапша домашняя	200	1,12	4,64	11,12	96	148
Пельмени с рыбным фаршем	160	9,41	11,14	37,67	310	акт
Закуска из овощей	100	1,84	4,5	7,5	78	акт
Чай с сахаром	200	0,2	0,02	15	61	685
Хлеб пшеничный	40	3	0,8	19,2	96	
Хлеб ржаной	30	2,1	0,3	12	66	
Итого	730	17,67	21,4	102,49	707	

ЧЕТВЕРГ:

НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ

СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Борщ сибирский со сметаной	200	3,17	2,94	13,4	102	111
Мясо по-купечески	270	15,71	20,11	37,18	392	акт
Напиток из ягод	200	0,07	0,02	24,44	100	акт
Хлеб пшеничный	40	3	0,8	19,2	96	
Хлеб ржаной	20	1,6	0,2	9	44	
Итого		23,55	24,07	103,22	734	

ДЕНЬ: ПЯТНИЦА

НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ

СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Минестроне	200	5,2	4,4	10,8	104	акт
Ежики куриные	120	14,96	13,92	10,8	228	акт
Пюре картофельное	150	3,15	6,75	21,9	163	520
Чай с сахаром	200	0,2	0,02	15	61	685
Хлеб пшеничный	40	3	0,8	19,2	96	
Хлеб ржаной	20	1,6	0,2	9	44	
Итого		28,11	26,09	86,7	696	

ДЕНЬ: СУББОТА

НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ

СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Суп картофельный	200	4,8	2,24	19,54	106	97
Спагетти с соусом "Болоньез"	250	9,94	9,34	53,08	359	акт
Напиток из ягод	200	0,07	0,02	24,44	100	акт
Хлеб пшеничный	40	3	0,8	19,2	96	
Хлеб ржаной	20	1,6	0,2	9	44	
Итого	710	19,41	12,6	125,26	705	

Среднее значение за период:

22,46 21,43 108,05 721

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