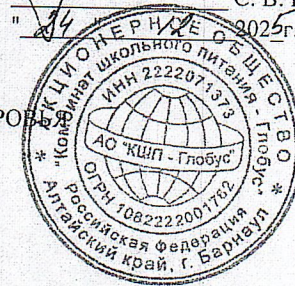




УТВЕРЖДАЮ
Генеральный директор
АО "КШП-Глобус"

С. В. Косых



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: 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Завтрак						
Каша молочная рисовая с фруктами	200/100	8,38	3,96	80,04	389	таб4
Чай с сахаром	200	0,2	0,02	15	61	685
Хлеб пшеничный	50	3,75	1	24	120	
Итого		12,33	4,98	119,04	570	
Обед						
Суп с макаронными изделиями и картофелем	250	2,53	4,54	21,68	139	112
Тефтели в соусе 1 в	100	4,51	13,2	8,27	170	461
Пюре гороховое	180	18,05	2,27	48,57	285	199
Чай с сахаром и лимоном	200	0,26	0,03	15,25	64	686
Хлеб пшеничный	50	3,75	1	24	120	
Хлеб ржаной	20	1,6	0,2	9	44	
Итого		30,7	21,24	126,77	822	
Полдник						
Чай с сахаром	200	0,2	0,02	15	61	685
Булочка молочная	100	8,8	2,2	50,3	148	779
Фруктово-ягодный десерт/ кондитерское изделие	50	1,2		30	125	
Итого		10,2	2,22	95,3	334	
Всего		40,9	23,46	222,07	1726	

ДЕНЬ: ВТОРНИК

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ

СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		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	3,75	1	24	120	
Итого		6,93	11,52	96,19	546	
Обед						
Рассольник со сметаной и гренками	250	3,59	4,84	25,34	170	132
Капуста тушеная с мясом 50/200	300	18,09	23,56	26,57	391	акт
Напиток чайный	200	0,2	0,02	22,8	92	акт
Хлеб пшеничный	50	3,75	1	24	120	
Хлеб ржаной	20	1,6	0,2	9	44	
Итого		27,23	29,62	107,71	817	
Полдник						
Чай с сахаром	200	0,2	0,02	15	61	685
Булочка домашняя	50	3,75	6,6	30,45	197	769
Фрукты порционно	100	0,45		12,6	52	
Итого		4,4	6,62	58,05	310	
Всего		38,56	47,76	261,95	1673	

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

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Завтрак						
Каша молочная овсяная «Геркулес» с фруктами	200/100	8,12	12,34	56,2	368	таб4
Чай с сахаром	200	0,2	0,02	15	61	685
Хлеб пшеничный	50	3,75	1	24	120	
Итого		12,07	13,36	95,2	549	
Обед						
Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	2,06	5,7	13,18	113	110
Голубцы ленивые с соусом	100	5,22	9,49	10,47	148	485
Булгур отварной	200	8,11	7,67	41,91	267	акт
Напиток из сухофруктов	200	0,6	0,06	29,79	124	71
Хлеб пшеничный	50	3,75	1	24	120	
Хлеб ржаной	20	1,6	0,2	9	44	
Итого		21,34	24,12	128,35	816	
Полдник						
Чай с сахаром	200	0,2	0,02	15	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		50,66	45,5	273,1	1697	

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

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Завтрак						
Каша молочная манная с фруктами	200/100	6,61	13,99	53,63	366	таб4
Чай с сахаром и лимоном	200	0,26	0,03	15,25	64	
Хлеб пшеничный	50	3,75	1	24	120	
Итого		10,62	15,02	92,88	550	
Обед						
Уха школьная	250	9,33	4,38	11,18	125	акт
Мясо по-купечески	280	16,29	33,12	38,56	412	акт
Напиток из плодов шиповника	200	0,4		23,6	94	акт
Хлеб пшеничный	50	3,75	1	24	120	
Хлеб ржаной	30	2,4	0,3	13,5	66	
Итого		32,17	38,8	110,84	817	
Полдник						
Чай с сахаром	200	0,2	0,02	15	61	685
Булочка ванильная	50	3,95	4,25	29,05	172	107
Фрукты порционно	100	0,45		12,6	52	
Итого		4,6	4,27	56,65	285	
Всего		47,39	58,09	260,37	1652	

ПЯТНИЦА
 НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
 СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Завтрак						
Каша молочная пшеничная с фруктами	200/100	9,02	5,59	65,97	365	таб 4
Чай с сахаром	200	0,2	0,02	15	61	685
Хлеб пшеничный	50	3,75	1	24	120	
Итого		12,97	6,61	104,97	546	
Обед						
Суп из овощей со сметаной и гречками	250	4,48	4,94	26,85	190	135
Котлеты рыбные с соусом	100	9,45	10,15	9,53	174	388
Рис припущенный	200	4,96	5,78	51,89	218	512
Лимонад домашний	200			19,75	75	акт
Хлеб пшеничный	50	3,75	1	24	120	
Хлеб ржаной	20	1,6	0,2	9	44	
Итого		24,24	22,07	141,02	821	
Полдник						
Чай с сахаром	200	0,2	0,02	15	61	685
Сдоба обыкновенная	100	8	5,4	54,2	166	421
Фруктово-ягодный десерт/ кондитерское изделие	50	1,2		30	125	
Итого		9,4	5,42	99,2	352	
Всего		33,64	27,49	240,22	1719	

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

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Завтрак						
Суп молочный с лапшой домашней	250	7,4	8,5	22,9	198	160
Чай с сахаром	200	0,2	0,02	15	61	685
Булочка с повидлом	100	4,6	10,8	45,4	313	
Итого		12,2	19,32	83,3	572	
Обед						
Суп картофельный с фасолью гречками	250	8,35	4,59	34,96	180	149
Фрикадельки из мяса птицы с соусом	100	9,66	9,97	8,18	165	акт
Каша пшеничная вязкая	200	5,66	6,68	32,34	209	таб 4
Напиток из ягод	200	0,07	0,02	24,44	100	акт
Хлеб пшеничный	50	3,75	1	24	120	
Хлеб ржаной	20	1,6	0,2	9	44	
Итого		29,09	22,46	132,92	818	
Полдник						
Чай с сахаром	200	0,2	0,02	15	61	685
Рожки обсыпные	50	3,9	2,8	28,6	160	уоп
Фрукты порционно	100	0,45		12,6	52	
Итого		4,55	2,82	56,2	273	
Всего		45,84	44,6	272,42	1663	

Среднее значение за период

36,02 37,24 218,01 1688

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