



Генеральный директор
АО "КОМБИНАТ ПИТАНИЯ - ГЛОБУС"

С. В. Косых
2025 г.

12

ПРИМЕРНОЕ ДВЕНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ШКОЛЬНЫХ ОБЕДОВ
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 БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Суп с макаронными изделиями и картофелем	250	2,53	4,54	21,68	139	112
Плов с мясом	280	18,78	21,55	48	460	акт
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	0,8	19,2	96	
Хлеб ржаной	20	1,6	0,2	9	44	
Итого		26,91	27,11	116,28	816	

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		
Рассольник со сметаной	250	2,39	4,64	17,64	130	132
Птица запеченная	120	33	12	3,6	235	494
Булгур с овощами (2в)	200	8,19	6,52	37,05	240	акт
Напиток чайный	200	0,2	0,02	22,8	92	акт
Хлеб пшеничный	40	3	0,8	19,2	96	
Хлеб ржаной	20	1,6	0,2	9	44	
Итого		48,38	24,18	109,29	837	

ДЕНЬ: 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		
Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	2,06	5,7	13,18	113	110
Мясо по-французски	250	13,77	27,24	29,93	429	акт
Овощи по сезону	100	0,8		3,4	16	71
Напиток из сухофруктов	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		21,83	34	102,5	822	

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		
Уха школьная	250	9,33	4,38	11,18	125	акт
Азу	100	11,8	9,8	5,1	157	акт
Макаронные изделия отварные	180	6,98	5,39	44,5	255	516
Закуска из овощей	100	1,83	4,5	7,5	78	акт
Напиток из плодов шиповника	200	0,4		23,6	94	685
Хлеб пшеничный	40	3	0,8	19,2	96	
Хлеб ржаной	20	1,6	0,2	9	44	
Итого		34,94	25,07	120,08	849	

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

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Суп из овощей со сметаной с гречками	250	3,88	4,84	23	170	135
Котлеты студенческие	100	14,1	16,4	11,7	256	173
Пюре картофельное	180	3,78	8,1	26,28	196	520
Овощи по сезону	100	0,8		3,4	16	71
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		27,16	30,34	112,33	853	

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		
Суп картофельный с фасолью	250	5,95	4,19	19,56	140	139
Ризотто с мясом	270	13,9	14,4	47,87	378	акт
Закуска из овощей	100	1,83	4,5	7,5	78	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		26,35	24,11	127,57	836	

Среднее значение за период: 30,93 27,47 114,68 836

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