



УТВЕРЖДАЮ
Генеральный директор
АО "КШН-Глобус"

С. В. Косых
2024 г.

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

ДЕНЬ: ПОНЕДЕЛЬНИК
НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | Масса порций | Пищевые вещества (г) | | | ЭЦ (ккал) | № рецептур |
|--------------------|--------------|----------------------|-------|-------|-----------|------------|
| | | Б | Ж | У | | |
| Пельмени с соусом | 220 | 24,38 | 11,52 | 45,17 | 382 | акт |
| Закуска из овощей | 100 | 1,83 | 4,5 | 7,5 | 78 | акт |
| Напиток из кураги | 200 | 0,6 | 0,06 | 29,79 | 124 | акт |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,25 | 0,6 | 14,4 | 72 | |
| Итого | | 29,06 | 16,68 | 96,86 | 656 | |

ДЕНЬ: ВТОРНИК
НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | Масса порций | Пищевые вещества (г) | | | ЭЦ (ккал) | № рецептур |
|--------------------|--------------|----------------------|-------|-------|-----------|------------|
| | | Б | Ж | У | | |
| Фиш-филе | 100 | 13 | 6,99 | 14 | 171 | акт |
| Пюре картофельное | 180 | 3,78 | 8,1 | 26,28 | 196 | 520 |
| Закуска из овощей | 100 | 1,83 | 4,5 | 7,5 | 78 | акт |
| Напиток из ягод | 200 | 0,07 | 0,02 | 24,44 | 100 | 685 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,25 | 0,6 | 14,4 | 72 | |
| Итого | | 20,93 | 20,21 | 86,62 | 617 | |

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

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | Масса порций | Пищевые вещества (г) | | | ЭЦ (ккал) | № рецептур |
|--------------------------|--------------|----------------------|-------|-------|-----------|------------|
| | | Б | Ж | У | | |
| Куриные колбаски с сыром | 100 | 18,03 | 13,08 | 10,4 | 232 | акт |
| Рис пикантный | 180 | 4,46 | 4,55 | 46,7 | 242 | 624 |
| Овощи по сезону | 100 | 0,8 | | 3,4 | 16 | 71 |
| Напиток из ягод | 200 | 0,07 | 0,02 | 24,44 | 100 | акт |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,25 | 0,6 | 14,4 | 72 | |
| Итого | | 25,61 | 18,25 | 99,34 | 662 | |

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

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | Масса порций | Пищевые вещества (г) | | | ЭЦ (ккал) | № рецептур |
|-----------------------------|--------------|----------------------|-------|-------|-----------|------------|
| | | Б | Ж | У | | |
| Мясо в кисло-сладком соусе | 100 | 13,21 | 18,36 | 2,61 | 220 | акт |
| 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 | 685 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,25 | 0,6 | 14,4 | 72 | |
| Итого | | 23,31 | 24,37 | 89,35 | 663 | |

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

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | Масса порций | Пищевые вещества (г) | | | ЭЦ (ккал) | № рецептур |
|------------------------|--------------|----------------------|-------|-------|-----------|------------|
| | | Б | Ж | У | | |
| Котлеты | 100 | 7,73 | 19,21 | 14,19 | 260 | акт |
| Пюре картофельное | 180 | 3,78 | 8,1 | 26,28 | 196 | 520 |
| Овощи по сезону | 100 | 0,8 | | 3,4 | 16 | 71 |
| Напиток из сухофруктов | 200 | 0,6 | 0,06 | 29,79 | 124 | акт |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,25 | 0,6 | 14,4 | 72 | |
| Итого | | 15,16 | 27,97 | 88,06 | 668 | |

ДЕНЬ: СУББОТА
 НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
 СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | Масса порций | Пищевые вещества (г) | | | ЭЦ (ккал) | № рецептур |
|--------------------|--------------|----------------------|-------|-------|-----------|------------|
| | | Б | Ж | У | | |
| Сыр порциями | 20 | 4,9 | 5,7 | | 70 | |
| Омлет натуральный | 230 | 22,59 | 10,86 | 23,87 | 282 | 210 |
| Булочка творожная | 100 | 10 | 3,6 | 48,6 | 267 | 786 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,02 | 15 | 61 | 685 |
| | | | | | | |
| | | 37,69 | 20,18 | 87,47 | 680 | |

Среднее значение за период: 25,29 21,28 91,28 658,00

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