



Утверждаю

Ген. директор АО «КШП- Глобус»

С.В. Косых

2023 г.



Согласовано

Директор МБОУ «Лицей №2»

Е.А.Фоминская

15 сентября 2023 г.

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

ДЕНЬ: ПОНЕДЕЛЬНИК

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ

СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 ЛЕТ И СТАРШЕ

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Суп картофельный с горохом и гречками	250	5,95	9,19	19,56	201	139
Спагетти с соусом «Болоньез»	230	9,7	8,28	19,52	295	акт
Закуска из овощей	100	1,83	4,5	7,5	80	акт
Компот из ягод	180	0,14	0,04	23,28	95	342
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,76	95	акт
Хлеб ржаной	20	1,5	0,5	9,8	50	
Итого		22,16	22,87	100,42	815	

ДЕНЬ: ВТОРНИК

НЕДЕЛЯ :ПЕРВАЯ

СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 ЛЕТ И СТАРШЕ

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Рассольник ленинградский со сметаной	250	2,39	4,64	17,64	130	132
Гуляш из рыбы	100	9,16	8,48	4,21	150	акт
Рис припущенный	180	4,46	5,2	46,7	251	512
Напиток фруктовый	180	0,2	0,04	25,73	105	699
Мучное изделие	50	2,5	2,08	21,25	117	
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Хлеб ржаной	20	1,5	0,5	9,8	50	
Итого		22,49	21,21	140,9	874	

ДЕНЬ: СРЕДА

НЕДЕЛЯ :ПЕРВАЯ

СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 ЛЕТ И СТАРШЕ

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Суп-лапша домашняя	250	2,94	4,89	17,75	129	
Котлеты	100	9,14	8,68	13,15	155	451
Сложный овощной гарнир	230	6,67	16,79	32,66	308	акт
Компот из смеси сухофруктов	180	5,4	0,05	26,81	111	акт
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,76	95	акт
Хлеб ржаной	20	1,5	0,5	9,8	50	
Итого		28,69	31,27	120,93	848	

ДЕНЬ: ЧЕТВЕРГ
 НЕДЕЛЯ :ПЕРВАЯ
 СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 ЛЕТ И СТАРШЕ

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	1,96	8,09	14,75	131	110
Пельмени отварные с маслом	230	20,4	17	39,2	448	719
Закуска из овощей	100	1,83	4,5	7,5	80	акт
Напиток из ягод	180	0,12	0,05	22,42	92	акт
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,76	95	акт
Хлеб ржаной	20	1,5	0,5	9,8	50	
Итого		28,85	30,5	114,43	896	

ДЕНЬ: ПЯТНИЦА
 НЕДЕЛЯ :ПЕРВАЯ
 СЕЗОН: : ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 ЛЕТ И СТАРШЕ

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Салат из овощей	120	1,32	7,32	8,28	104	23
Суп из овощей со сметаной	250	2,08	4,54	11,45	110	135
Плов с мясом	250	15,19	10,63	56,93	387	443
Компот из ягод	180	0,14	0,04	23,28	95	342
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,76	95	акт
Хлеб ржаной	20	1,5	0,5	9,8	50	
Итого		23,27	23,39	130,5	841	

ДЕНЬ: СУББОТА
 НЕДЕЛЯ :ПЕРВАЯ
 СЕЗОН: : ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 ЛЕТ И САРШЕ

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Суп картофельный с фасолью	250	5,95	4,19	19,56	140	139
Куриные колбаски с сыром	100	15,11	17,77	14,97	254	акт
Каша гречневая вязкая	180	5,55	6,01	25,01	176	210
Закуска из овощей	100	1,83	4,5	7,5	80	акт
Напиток из плодов шиповника	180	0,36		21,24	85	705
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,76	95	акт
Хлеб ржаной	20	1,5	0,5	9,8	50	
Итого		33,34	33,33	118,84	880	

Среднее значение за период **26,47 29,6 121,01 859**

- - Согласно СанПин 2.3/2.4.3590-20 п.8.1.4, п.8.1.5 возможные изменения в меню
- - Изменения вступают в силу с 18.09.2023