



Утверждаю:
Ген. директор АО «КШП - Глобус»

Е. В. Косых

2023 г.



Согласовано:
Директор МБОУ «Лицей №2»
Е.А.Фоминская
15 сентября 2023 г.

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

ДЕНЬ: ПОНЕДЕЛЬНИК
НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Мясо тушеное	100	13,21	18,36	2,61	223	256
Каша перловая рассыпчатая	180	5,45	5,2	38,97	225	508
Закуска из овощей	100	1,83	4,5	7,5	80	акт
Чай с сахаром	180	0,18	0,02	13,54	55	685
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,76	95	акт
Итого		23,68	28,44	83,38	678	

ДЕНЬ: ВТОРНИК
НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
СЕЗОН : ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Медальоны из птицы	100	18,36	18,72	11	268	акт
Каша гречневая вязкая	230	7,09	7,68	31,96	225	510
Сок	180			20,34	81	
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,76	95	акт
Итого		28,49	26,76	84,06	669	

ДЕНЬ: СРЕДА
НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
СЕЗОН: ОСЕННЕ - ЗИМНИЙ
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Рыбные палочки	100	14,8	10,56	11,5	150	акт
Пюре картофельное	180	3,91	5,86	26,46	175	520
Мучное изделие	1шт	4,5	11	17,5	152	акт
Напиток фруктовый	180	0,2	0,04	25,73	105	699
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,76	95	акт
Итого		26,45	27,82	101,95	677	

ДЕНЬ: ЧЕТВЕРГ
 НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
 СЕЗОН: ОСЕННЕ- ЗИМНИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Свинина по-мексикански	100	8,23	24,75	12,79	165	акт
Рис припущенный	230	5,7	6,64	59,67	321	512
Напиток из плодов шиповника	200	0,4		23,6	94	705
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,76	95	акт
Итого		17,37	31,75	116,82	675	

ДЕНЬ: ПЯТНИЦА
 НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
 СЕЗОН: ОСЕННЕ- ЗИМНИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Мясо по-французски	200	9,89	5,44	12	289	акт
Закуска из овощей	130	2,38	5,85	9,75	104	акт
Чай с сахаром	180	0,18	0,02	13,54	55	685
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,76	95	акт
Итого		15,49	11,67	56,05	543	

ДЕНЬ: СУББОТА
 НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
 СЕЗОН: ОСЕННЕ- ЗИМНИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Пельмени отварные	230	23,43	19,55	45,08	448	719
Овощи по сезону	100	0,8		3,4	16	71
Компот из смеси сухофруктов	180	5,4	0,05	26,81	111	акт
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,76	95	акт
Итого		32,67	19,96	96,02	670	

Среднее значение за период: 24,03 24,4 89,71 652

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