

Согласовано

Директор МБОУ «Гимназия №22»

А.В. Громов

04.01.2025

Утверждаю:

Генеральный директор

АО "КШП-Глобус"

" 26 " 2024 г.

С.В. Косых

ПРИМЕРНОЕ ДВЕНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ШКОЛЬНЫХ ОБЕДОВ
ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ
(С ДВУХСМЕННЫМ РЕЖИМОМ РАБОТЫ)
АО"КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ-ГЛОБУС»
1 НЕДЕЛЯ

ДЕНЬ: ПОНЕДЕЛЬНИК

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 | | |
| Суп -лапша домашняя с гречками | 200 | 4,64 | 5,04 | 26,52 | 176 | 148 |
| Мясо тушеное | 90 | 12,51 | 19,8 | 3,6 | 130 | 433 |
| Рис припущенный | 150 | 3,72 | 4,33 | 38,92 | 209 | 512 |
| Чай с сахаром и лимоном | 200 | 0,26 | 0,03 | 15,25 | 64 | 686 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,2 | 0,4 | 20 | 96 | |
| Хлеб ржаной | 20 | 1,6 | 0,2 | 9 | 44 | |
| Итого | | 25,93 | 29,8 | 113,29 | 719 | |

ДЕНЬ: ВТОРНИК

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 | | |
| Рассольник со сметаной | 200 | 1,91 | 3,71 | 14,11 | 104 | 132 |
| Пудинг из птицы с соусом | 90 | 17,91 | 3,8 | 10,55 | 150 | акт |
| Макаронные изделия отварные | 150 | 5,82 | 4,49 | 37,08 | 212 | 516 |
| Напиток из ягод | 200 | 0,07 | 0,02 | 24,44 | 100 | акт |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,2 | 0,4 | 20 | 96 | |
| Хлеб ржаной | 20 | 1,6 | 0,2 | 9 | 44 | |
| Итого | | 30,51 | 12,62 | 115,18 | 706 | |

ДЕНЬ: СРЕДА

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 | | |
| Минестроне | 200 | 5,2 | 4,4 | 10,8 | 104 | акт |
| Фишболы в соусе | 120 | 14,16 | 9,48 | 10,08 | 193 | акт |
| Пюре картофельное | 150 | 3,15 | 6,75 | 21,9 | 163 | 520 |
| Лимонад домашний | 200 | | | 18 | 113 | акт |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,2 | 0,4 | 20 | 96 | |
| Хлеб ржаной | 20 | 1,6 | 0,2 | 9 | 44 | |
| Итого | | 27,31 | 21,23 | 89,78 | 713 | |

ДЕНЬ: ЧЕТВЕРГ
 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 | | |
| Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной | 200 | 1,66 | 4,91 | 10,56 | 92 | 110 |
| Пельмени | 160 | 17,34 | 13,4 | 39,4 | 350 | акт |
| Закуска из овощей | 80 | 1,47 | 3,6 | 6 | 63 | акт |
| Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,02 | 15 | 61 | 685 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,2 | 0,4 | 20 | 96 | |
| Хлеб ржаной | 20 | 1,6 | 0,2 | 9 | 44 | |
| Итого | | 25,47 | 22,53 | 99,96 | 706 | |

ДЕНЬ: 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 | | |
| Суп из овощей со сметаной | 200 | 1,66 | 3,63 | 9,16 | 88 | 135 |
| Биточки с соусом | 90 | 8,83 | 8,3 | 11,04 | 157 | 451 |
| Рис припущенный | 160 | 3,97 | 4,62 | 41,24 | 223 | 512 |
| Напиток из ягод | 200 | 0,07 | 0,02 | 24,44 | 100 | 686 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,2 | 0,4 | 20 | 96 | |
| Хлеб ржаной | 20 | 1,6 | 0,2 | 9 | 44 | |
| Итого | | 19,33 | 17,17 | 114,88 | 708 | |

ДЕНЬ: СУББОТА
 НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
 СЕЗОН: ОСЕННЕ - ЗИМНИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | Масса порций | Пищевые вещества (г) | | | ЭЦ (ккал) | № рецептуры |
|-------------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|-----------|-------------|
| | | Б | Ж | У | | |
| Суп картофельный с фасолью | 200 | 4,76 | 3,35 | 15,65 | 112 | 139 |
| Фрикадельки из птицы с соусом | 90 | 11,58 | 4,77 | 6,96 | 130 | акт |
| Каша пшеничная вязкая | 180 | 5,09 | 6,01 | 29,11 | 188 | Табл 4 |
| Напиток из сухофруктов | 200 | 0,6 | 0,06 | 29,79 | 124 | акт |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,2 | 0,4 | 20 | 96 | |
| Хлеб ржаной | 25 | 2 | 0,25 | 11,25 | 55 | |
| Итого | | 27,23 | 14,84 | 112,76 | 705 | |

Среднее значение за период: 25,96 19,70 107,64 710

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