



**ПРИМЕРНОЕ ДВЕНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ШКОЛЬНЫХ ОБЪЕКТОВ  
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 БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Суп-лапша домашняя	250	2,8	5,8	13,9	120	148
Чахохбили из птицы	100	20,79	8,03	5,73	179	акт
Каша гречневая вязкая	180	5,55	6,01	25	176	510
Кондитерское изделие	30	1,65	0,06	21,6	93	
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		35,59	20,5	113,23	821	

ДЕНЬ: ВТОРНИК

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ

СЕЗОН: ОСЕННЕ - ЗИМНИЙ

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
Запеченный ролл	100	15,3	10,7	11,76	180	акт
Рис припущенный	180	4,46	5,2	46,7	251	512
Овощи по сезону	100	0,8		3,4	16	71
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		27,82	21,16	132,94	817	

ДЕНЬ: СРЕДА

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ

СЕЗОН: ОСЕННЕ - ЗИМНИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Минестроне	250	6,5	5,5	13,5	130	Акт
Котлеты из птицы	100	19,23	12,41	8,87	198	акт
Картофельные палочки	180	4,5	14,45	57,78	306	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	3,2	0,4	20	96	
Хлеб ржаной	20	1,6	0,2	9	44	
Итого		36,03	32,98	127,55	851	

ДЕНЬ: ЧЕТВЕРГ  
 НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ  
 СЕЗОН: ОСЕННЕ - ЗИМНИЙ  
 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 и гренками	250	3,26	5,9	20,88	153	110
Гуляш	100	13,9	22	4	144	260
Макаронные изделия отварные	200	7,56	5,98	49,44	283	516
Овощи по сезону	100	0,8		3,4	16	71
Сок	200			22,67	92	389
Хлеб пшеничный	40	3,2	0,4	20	96	
Хлеб ржаной	20	1,6	0,2	9	44	
Итого		30,32	34,48	129,39	828	

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

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Суп из овощей со сметаной	250	2,08	4,54	11,45	110	135
Котлеты студенческие	100	14,1	16,4	11,7	256	103
Сложный овощной гарнир	230	5,17	10,12	34,92	236	акт
Чай с сахаром и лимоном	200	0,26	0,03	15,25	64	686
Хлеб пшеничный	50	4	0,5	25	120	
Хлеб ржаной	20	1,6	0,2	9	44	
Итого		27,21	31,79	107,32	830	

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

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Закуска из овощей	100	1,83	4,5	7,5	78	акт
Суп картофельный с фасолью	250	5,95	4,19	19,56	140	139
Мясо по-купечески	250	24,55	18,19	42,61	381	акт
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		37,2	27,5	123,11	839	

Среднее значение за период: 32,36 28,07 122,26 831

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