



Утверждаю,
Ген. директор АО «КШП-Глобус»
О.В. Косых
2023 г.

ПРИМЕРНОЕ ДВЕНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ
ДЛЯ ШКОЛЬНИКОВ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ
АО "КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ - ГЛОБУС"
2 НЕДЕЛЯ



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

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Завтрак						
Макароны , запеченные с сыром	200	10,4	13	34,2	303	334
Закуска из овощей	70	1,28	3,15	5,25	55	акт
Чай с сахаром и молоком	200	1,6	1,6	17,3	88	378
Хлеб школьный/ хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Итого		15,56	18,02	72,32	517	
Обед						
Суп картофельный с горохом	200	4,96	4,48	17,84	134	139
Котлеты из птицы	90	18,18	11,7	9,54	214	акт
Капуста свежая тушеная	160	4	7,36	17,12	150	534
Компот из ягод	200	0,42	0,17	26,32	100	324
Хлеб школьный/ хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,4	0,2	9	44	
Итого		31,24	24,18	95,39	713	
Полдник						
Какао с молоком	200	3,76	3,2	26,74	150	693
Сдоба обыкновенная	50	4	2,7	27,1	148	421
Фрукты в ассортименте	100	0,4	0,2	12,6	40	338
Итого		8,16	6,1	66,4	338	
Всего		54,96	48,3	234,11	1568	

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

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Завтрак						
Каша молочная овсяная «Геркулес» с маслом	200	10,19	10,71	55,01	261	173
Чай с сахаром	200	0,2		15	58	685
Десерт фруктовый	100	3,9	3,45	24,15	139	
Хлеб школьный/ хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Итого		16,57	14,43	109,73	529	
Обед						
Борщ сибирский со сметаной	200/5	3,26	3,94	13	100	111
Тефтели (1в) с соусом	90	8	9,65	10,35	185	461
Каша гречневая вязкая	160	5,12	7,52	11,36	192	510
Компот из смеси сухофруктов	200	0,6		32,51	124	акт
Хлеб школьный/ хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Хлеб ржано - пшеничный	20	1,4	0,2	9	44	
Итого		20,66	21,58	91,79	715	
Полдник						
Чай с сахаром	200	0,2		15	58	685
Булочка ванильная	50	3,95	4,25	29,05	172	107
Йогурт	95	2,66	0,29	17,1	82	
Итого		6,75	4,54	61,15	315	
Всего		43,98	40,55	262,67	1559	

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

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Завтрак						
Каша молочная пшеничная с маслом	200	8,59	7,77	45,99	289	303
Чай с сахаром и молоком	200	1,6	1,6	17,3	88	375
Хлеб школьный/ хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Фрукты в ассортименте	100	0,4	0,2	12,6	40	338
Итого		12,87	9,84	91,46	488	
Обед						
Суп – лапша домашняя	200	2,24	4,64	11,12	96	148
Котлеты рыбные	90	13,24	9,49	10,37	178	234
Пюре картофельное	160	3,36	7,2	23,36	175	520
Закуска из овощей	60	1,1	2,7	4,5	47	акт
Напиток фруктовый	200	0,1		25,2	96	699
Хлеб школьный/ хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Хлеб ржано- пшеничный	20	1,4	0,2	9	44	акт
Итого		23,72	24,5	99,12	707	
Полдник						
Сок	200			22,6	90	389
Булочка с повидлом	50	2,3	5,49	22,7	187	уп
Фрукты в ассортименте	100	0,4	0,2	12,6	40	338
Итого		2,6	5,69	57,9	317	
Всего		39,19	40,03	248,48	1512	

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

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Завтрак						
Суп молочный с лапшой домашней	200	5,92	6,8	18,32	159	160
Чай с сахаром	200	0,2		15	58	685
Хлеб школьный/ хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Кулебяка с яблоками	70	4,32	2,22	32,43	185	742
Итого		12,72	9,29	81,32	473	
Обед						
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/5	1,74	3,94	8,2	95	
Фрикадельки из птицы	90	16,38	5,85	7,02	145	акт
Пюре гороховое	160	14,06	5,31	45,92	288	199
Напиток из ягод	200	0,1		24,9	98	акт
Хлеб школьный/ хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Хлеб ржано- пшеничный	20	1,4	0,2	9	44	акт
Итого		35,96	15,57	135,51	741	
Полдник						
Чай с сахаром	200	0,2		15	58	685
Рулет с маком	50	3,12	2,6	21,4	152	акт
Йогурт	95	2,66	0,29	17,1	82	95
Итого		5,98	2,89	53,5	292	
Всего		54,66	27,75	260,33	1506	

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

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ реп.
		Б	Ж	У		
Завтрак						
Каша молочная пшеничная с маслом	200	8,0	6,48	36,88	241	Таб 4
Чай с сахаром	200	0,2		15	58	685
Десерт фруктовый	100	3,9	3,45	24,15	139	
Хлеб школьный/ хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Итого		14,38	10,2	91,6	509	
Обед						
Суп картофельный с фасолью и гречками	200/10	6,16	4,68	25,54	174	130
Голубцы ленивые с соусом	100	7,7	7,25	6,4	145	485
Пюре картофельное	160	3,36	7,2	23,36	175	50
Компот из свежих фруктов	200	0,17		27,6	106	631
Хлеб школьный/ хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Хлеб ржано- пшеничный	20	1,4	0,2	9	44	акт
Итого		21,07	19,6	107,47	715	
Полдник						
Чай с сахаром	200	0,2		15	58	685
Расстегай с молоком сгущенным вареным	50	4,83	3,07	29,27	165	744
Фрукты в ассортименте	100	0,4	0,2	12,6	40	338
Итого		5,43	3,27	56,87	263	
Всего		40,88	33,07	255,94	1487	

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

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ реп.
		Б	Ж	У		
Завтрак						
Каша молочная рисовая с маслом	200	7,97	7,59	60,09	341	174
Чай с сахаром	200	0,2		15	58	685
Хлеб школьный/ хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Фрукты в ассортименте	100	0,4	0,2	12,6	40	338
Итого		10,85	8,06	103,26	510	
Обед						
Рассольник Ленинградский со сметаной	200/5	2,47	4,83	14,26	116	132
Залезанка Мозаика	90	19,73	8,41	9,97	173	акт
Каша гречневая вязкая	160	5,12	7,52	11,36	192	510
Компот из смеси сухофруктов	200	0,6		32,51	124	акт
Хлеб школьный/ хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Хлеб ржано- пшеничный	20	1,4	0,2	9	44	акт
		31,6	21,23	92,67	720	
	200	0,2		15	58	685
	40	4,73	3,12	15,57	106	3
	95	2,66	0,29	17,1	82	95
		7,59	3,41	47,67	246	
Итого		50,04	32,7	243,6	1476	
		47,29	37,07	250,86	1518	