



Утверждаю:  
 Ген. директор АО «КШП-Глобус»  
 С.В. Косых  
 «26» августа 2022 г.



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

ДЕНЬ: ПОНЕДЕЛЬНИК  
 НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ  
 СЕЗОН: ОСЕННЕ - ЗИМНИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ, 12 ЛЕТ И СТАРШЕ

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>						
Макароны, запеченные с сыром	150	7,8	9,75	25,65	227	334
Чай с молоком	180	1,44	1,44	15,57	79	378
Батон школьный/ хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	10,38	47	акт
<b>Итого</b>		<b>10,76</b>	<b>11,37</b>	<b>51,6</b>	<b>353</b>	
<b>Обед</b>						
Суп картофельный с горохом	200	4,96	4,48	17,84	134	139
Котлеты из птицы с соусом	50	6,5	4,48	4,7	84	акт
Капуста свежая тушеная	150	3,75	6,9	16,05	141	534
Компот из ягод	180	0,38	0,15	23,69	90	324
Батон школьный/ хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	10,38	47	акт
Хлеб ржаной	20	1,4	0,2	9	44	
<b>Итого</b>		<b>18,51</b>	<b>16,39</b>	<b>81,66</b>	<b>540</b>	
<b>Полдник</b>						
Какао с молоком	180	3,38	2,88	24,07	135	693
Булочка домашняя	60	4,5	7,92	36,54	236	769
<b>Итого</b>		<b>7,88</b>	<b>10,8</b>	<b>60,61</b>	<b>371</b>	
<b>Всего</b>		<b>37,15</b>	<b>38,56</b>	<b>193,27</b>	<b>1264</b>	

ДЕНЬ: ВТОРНИК  
 НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ  
 СЕЗОН: ОСЕННЕ - ЗИМНИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ, 12 ЛЕТ И СТАРШЕ

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>						
Каша молочная овсяная «Геркулес» с маслом	150	7,64	7,49	41,25	263	Таб 4
Чай с сахаром	180	0,18		13,5	52	685
Батон школьный/ хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	10,38	47	акт
<b>Итого</b>		<b>9,34</b>	<b>7,67</b>	<b>65,13</b>	<b>362</b>	
<b>Обед</b>						
Борщ сибирский со сметаной	200/5	3,26	3,94	13	100	111
Тефтели (1в) с соусом	50	4,58	5,5	5,45	90	461
Каша гречневая вязкая	150	4,8	7,05	26,65	180	510
Компот из смеси сухофруктов	180	0,54		28,26	112	акт
Батон школьный/ хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	10,38	47	акт
Хлеб ржаной	20	1,4	0,2	9	44	акт
<b>Итого</b>		<b>16,1</b>	<b>16,87</b>	<b>92,74</b>	<b>573</b>	
<b>Полдник</b>						
Чай с сахаром	180	0,18		13,5	52	685
Ватрушка с творогом	70	8,31	4,48	26,23	179	410
<b>Итого</b>		<b>8,49</b>	<b>4,48</b>	<b>39,73</b>	<b>231</b>	
<b>Всего</b>		<b>33,93</b>	<b>29,02</b>	<b>197,6</b>	<b>1166</b>	



ДЕНЬ: СРЕДА  
 НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ  
 СЕЗОН: ОСЕННЕ - ЗИМНИЙ  
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ, 12 ЛЕТ И СТАРШЕ

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>						
Каша молочная пшеничная с маслом	150	6,44	5,29	34,48	212	302
Чай с сахаром и лимоном	180	0,27		13,5	54	685
Батон школьный/ хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	10,38	47	акт
<b>Итого</b>		<b>8,23</b>	<b>5,47</b>	<b>58,36</b>	<b>313</b>	
<b>Обед</b>						
Суп – лапша домашняя	200	2,24	4,64	11,12	96	148
Котлеты рыбные с соусом	50	4,86	3,74	4,98	72	234
Пюре картофельное	150	3,15	6,75	21,9	164	520
Напиток фруктовый	180	0,09		22,68	86	699
Батон школьный/ хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	10,38	47	акт
Хлеб ржаной	20	1,4	0,2	9	44	акт
<b>Итого</b>		<b>13,26</b>	<b>15,51</b>	<b>80,06</b>	<b>509</b>	
<b>Полдник</b>						
Сок	180			20,34	81	389
Булочка с повидлом	100	4,6	10,9	45,4	574	уоп
<b>Итого</b>		<b>4,6</b>	<b>10,9</b>	<b>65,74</b>	<b>655</b>	
<b>Всего</b>		<b>26,09</b>	<b>31,88</b>	<b>204,16</b>	<b>1477</b>	

ДЕНЬ: ЧЕТВЕРГ  
 НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ  
 СЕЗОН: ОСЕННЕ - ЗИМНИЙ  
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ, 12 ЛЕТ И СТАРШЕ

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>						
Суп молочный с лапшой домашней	150	4,44	5,1	13,74	119	160
Чай с сахаром	180	0,18		13,5	52	685
Батон школьный/ хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	10,38	47	акт
<b>Итого</b>		<b>6,14</b>	<b>5,28</b>	<b>37,62</b>	<b>218</b>	
<b>Обед</b>						
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/5	1,74	3,94	8,2	95	124
Фрикадельки из птицы с соусом	50	4,33	2,73	4,01	57	акт
Пюре гороховое	150	13,13	1,35	42,98	237	199
Напиток из ягод	180	0,09		22,41	88	акт
Батон школьный/ хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	10,38	47	акт
Хлеб ржаной	20	1,4	0,2	9	44	акт
<b>Итого</b>		<b>22,21</b>	<b>8,4</b>	<b>96,98</b>	<b>568</b>	
<b>Полдник</b>						
Чай с молоком	180	1,44	1,44	15,57	79	378
Рулет с маком	65	4,06	4,46	27,82	197	акт
<b>Итого</b>		<b>5,5</b>	<b>5,9</b>	<b>43,39</b>	<b>276</b>	
<b>Всего</b>		<b>33,85</b>	<b>19,58</b>	<b>177,99</b>	<b>1062</b>	



ДЕНЬ: ПЯТНИЦА

НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ

СЕЗОН: ОСЕННЕ - ЗИМНИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ, 12 ЛЕТ И СТАРШЕ

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>						
Каша молочная пшеничная с маслом	150	5,99	6,46	27,65	176	Таб 4
Чай с сахаром	180	0,18		13,5	52	685
Батон школьный/ хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	10,38	47	акт
<b>Итого</b>		<b>7,69</b>	<b>6,64</b>	<b>51,53</b>	<b>275</b>	
<b>Обед</b>						
Суп картофельный с фасолью	200	4,96	4,48	17,84	134	139
Голубцы ленивые с соусом	50	3,02	2,59	3,5	51	
Пюре картофельное	150	3,15	6,75	21,9	164	520
Компот из свежих фруктов	180	0,15		24,84	95	631
Батон школьный/ хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	10,38	47	акт
Хлеб ржаной	20	1,4	0,2	9	44	акт
<b>Итого</b>		<b>14,2</b>	<b>14,2</b>	<b>87,46</b>	<b>535</b>	
<b>Полдник</b>						
Напиток кофейный	180	1,26	1,8	20,16	117	692
Шанежка	75	6,15	7,06	19,03	234	уоп
<b>Итого</b>		<b>7,41</b>	<b>8,86</b>	<b>39,19</b>	<b>351</b>	
<b>Всего</b>		<b>29,3</b>	<b>29,7</b>	<b>178,18</b>	<b>1161</b>	

ДЕНЬ: СУББОТА

НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ

СЕЗОН: ОСЕННЕ - ЗИМНИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ, 12 ЛЕТ И СТАРШЕ

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>						
Каша молочная рисовая с маслом	150	5,97	5,15	45,06	251	174
Чай с сахаром	180	0,18		13,5	52	685
Батон школьный/ хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	10,38	47	акт
<b>Итого</b>		<b>7,67</b>	<b>5,33</b>	<b>68,94</b>	<b>350</b>	
<b>Обед</b>						
Рассольник Ленинградский со сметаной	200/5	2,47	4,83	14,26	116	132
Запеканка Мозанка с соусом	50	7,02	5,22	4,84	60	акт
Каша гречневая вязкая	150	4,8	7,05	26,65	180	510
Компот из смеси сухофруктов	180	0,54		28,26	112	акт
Батон школьный/ хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	10,38	47	акт
Хлеб ржаной	20	1,4	0,2	9	44	акт
<b>Итого</b>		<b>17,75</b>	<b>17,48</b>	<b>93,39</b>	<b>559</b>	
<b>Полдник</b>						
Чай с сахаром и лимоном	180	0,27		13,5	54	686
Бутерброды с сыром	40	4,73	3,12	15,57	106	3
<b>Итого</b>		<b>5</b>	<b>3,12</b>	<b>29,07</b>	<b>160</b>	
<b>Всего</b>		<b>30,42</b>	<b>25,93</b>	<b>191,4</b>	<b>1069</b>	

Среднее значение за период

31,79    29,11    190,43    1100