

Согласовано
 Директор ШКОУ, СОШ № 3
 О.А. А.С. Шелемина

Утверждаю:



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

2 НЕДЕЛЯ

ДЕНЬ: ПОНЕДЕЛЬНИК
 НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
 СЕЗОН: ОСЕННЕ - ЗИМНИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Суп картофельный с горохом	200	4,76	3,35	15,65	112	139
Чахохбили	90	11,8	7,23	5,16	161	акт
Макаронные изделия отварные	180	6,98	5,39	44,5	255	516
Чай с сахаром и лимоном	180	0,23	0,02	13,72	57	686
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Хлеб ржаной	20	1,5	0,5	9,8	50	
Итого		27,55	16,76	104,4	706	

ДЕНЬ: ВТОРНИК
 НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
 СЕЗОН: ОСЕННЕ - ЗИМНИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Борщ сибирский со сметаной	200	3,17	2,97	13,4	94	111
Котлеты с соусом	110	10,05	9,55	14,47	170	451
Рис припущенный	180	4,46	5,2	46,7	251	512
Напиток из ягод	180	0,06	0,02	22	90	акт
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Хлеб ржаной	20	1,5	0,5	9,8	50	
Итого		21,52	18,51	121,94	726	

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

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Суп- лапша домашняя	200	2,35	3,91	14,2	103	148
Рыба под сырной шапкой	90	9,19	10,73	7,7	136	акт
Сложный овощной гарнир	180	5,22	13,14	25,56	241	акт
Напиток фруктовый	180	0,2	0,04	25,73	105	699
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Хлеб ржаной	20	1,5	0,5	9,8	50	
Итого		20,74	28,59	98,56	706	

ЧЕТВЕРГ:
 НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
 СЕЗОН: ОСЕННЕ -ЗИМНИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной и гренками	200	1,77	6,58	7,95	130	124
Биточки из птицы с соусом	90	12,48	5,57	12,73	174	акт
Каша гречневая вязкая	180	5,54	6,01	25	176	510
Напиток из ягод	180	0,27	1,22	22,84	105	акт
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Хлеб ржаной	20	1,5	0,5	9,8	50	
Итого		23,84	20,13	93,89	706	

ДЕНЬ: ПЯТНИЦА
 НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
 СЕЗОН: ОСЕННЕ -ЗИМНИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Суп картофельный с фасолью	200	4,76	3,35	15,65	112	139
Плов с мясом	270	16,41	11,48	61,48	418	265
Чай с сахаром и лимоном	180	0,23	0,02	13,72	57	686
Хлеб школьный/Хлеб пшеничный	30	2,68	1,07	18,58	94	акт
Хлеб ржано- пшеничный	20	1,5	0,5	9,8	50	
Итого		25,58	16,42	119,23	731	

ДЕНЬ: СУББОТА
 НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
 СЕЗОН: ОСЕННЕ -ЗИМНИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Рассольник ленинградский со сметаной	200	1,91	3,71	14,11	104	132
Куриные колбаски с соусом	90	13,6	15,99	13,47	229	акт
Макаронные изделия отварные	180	6,98	5,39	44,5	255	516
Компот из смеси сухофруктов	180	5,4	0,05	26,81	111	акт
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Хлеб ржаной	20	1,5	0,5	9,8	50	
Итого		31,67	25,91	124,26	820	

Среднее значение за период: 25,15 21,05 110,38 733

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