



Составлено:
 Директор ЛБОУ «СОШ № 45»
 М. А. Душина

Утверждаю:
 Генеральный директор
 АО «КШП-Глобус»
 " 07 " 02



ПРИМЕРНОЕ ДВЕНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ШКОЛЬНЫХ
 ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5-11 КЛАССОВ
 АО «КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ-ГЛОБУС»
 2 НЕДЕЛЯ

ДЕНЬ: ПОНЕДЕЛЬНИК
 НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
 СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ
 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 горохом	250	5,95	4,19	19,56	140	139
Раaviоли с соусом	220	21,96	16,17	49,25	425	акт
Чай с сахаром	200	0,2	0,02	15	61	685
Хлеб пшеничный	40	3,4	1	22,4	112	
Хлеб ржаной	20	1,6	0,2	9	44	
Итого		34,94	26,08	122,71	860	

ДЕНЬ: ВТОРНИК
 НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
 СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	2,06	5,05	10,08	95	124
Горбуша, запеченная с соусом	100	14,83	12,6	3,65	190	акт
Рис припущенный	180	4,46	5,2	46,7	251	512
Овощи по сезону	100	0,8		3,4	16	71
Напиток из сухофруктов	200	0,6	0,06	29,79	124	акт
Хлеб пшеничный	40	3,4	1	22,4	112	
Хлеб ржаной	20	1,6	0,2	9	44	
Итого		27,75	24,11	125,02	832	

ДЕНЬ: СРЕДА
 НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
 СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Суп – лапша домашняя	250	2,94	4,89	17,75	129	148
Мясо в кисло-сладком соусе	100	5,3	13,4	5,2	163	акт
Пюре картофельное	180	3,78	8,1	26,28	196	520
Мучное изделие	50	5	10,18	22,06	173	
Чай с сахаром	200	0,2	0,02	15	61	685
Хлеб пшеничный	40	3,4	1	22,4	112	
Хлеб ржаной	20	1,6	0,2	9	44	
Итого		22,22	37,79	117,69	878	

ДЕНЬ: ЧЕТВЕРГ
 НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
 СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ
 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
Уха школьная	250	9,32	4,37	11,17	165	акт
Шашлычки куриные с соусом	100	16,89	9,09	5,46	157	акт
Макаронные изделия отварные	180	6,98	5,39	44,5	255	516
Чай с сахаром	200	0,2	0,02	15	61	685
Хлеб пшеничный	40	3,4	1	22,4	112	
Хлеб ржаной	20	1,6	0,2	9	44	
Итого		40,22	24,57	115,03	872	

ДЕНЬ: ПЯТНИЦА
 НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
 СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Борщ сибирский со сметаной	250	3,88	3,73	16,75	118	111
Биточки школьные	100	12,2	15,4	18,17	250	акт
Картофельные дольки	180	5,15	5,31	42,59	230	акт
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	3,4	1	22,4	112	
Хлеб ржаной	20	1,6	0,2	9	44	
Итого		27,1	25,66	136,75	870	

НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
 ДЕНЬ: СУББОТА
 СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Суп картофельный	250	2,8	3,63	20,5	135	97
Спагетти с соусом "Болоньез"	280	11,14	10,46	59,45	389	акт
Овощи по сезону	100	0,8		3,4	16	71
Напиток из ягод	200	0,07	0,02	24,44	100	акт
Хлеб пшеничный	50	4,25	1,25	28	140	
Хлеб ржаной	20	1,6	0,2	9	44	
Итого		20,66	15,56	144,79	824	

Среднее значение за период: 28,82 25,63 127,00 856

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