

Утверждаю:

Генеральный директор АО «КШП «Глобус»

«27»



Согласовано:

Директор МБОУ «СОШ №125»

Лисин А.А.

28.12.2023г.

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

1 НЕДЕЛЯ

ДЕНЬ: ПОНЕДЕЛЬНИК

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ

СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД                                    | Масса порций | Пищевые вещества (г) |      |       | ЭЦ (ккал) | № рецептуры |
|--|--------------|----------------------|------|-------|-----------|-------------|
|  |              | Б                    | Ж    | У     |           |             |
| Горячий бутерброд с сыром                            | 70           | 8,5                  | 12   | 18,65 | 193       | акт         |
| Каша молочная овсяная «Геркулес» с маслом и фруктами | 230          | 9,59                 | 9,33 | 43,93 | 289       | 174         |
| Чай с молоком  | 200          | 1,66                 | 1,27 | 17,44 | 89        | 378         |
| Итого  |              | 19,75                | 22,6 | 80,02 | 571       |             |

ДЕНЬ: ВТОРНИК

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ

СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД           | Масса порций | Пищевые вещества (г) |       |       | ЭЦ (ккал) | № рецептуры |
|-----------------------------|--------------|----------------------|-------|-------|-----------|-------------|
|                             |              | Б                    | Ж     | У     |           |             |
| Пудинг из птицы с соусом    | 90           | 12,56                | 6,03  | 7,42  | 159       | акт         |
| Макаронные изделия отварные | 180          | 6,98                 | 5,39  | 44,5  | 255       | 516         |
| Напиток фруктово-ягодный    | 200          | 0,2                  | 0,2   | 22,8  | 94        | акт         |
| Хлеб пшеничный              | 30           | 2,28                 | 0,27  | 15,58 | 71        | акт         |
| Итого                       |              | 21,89                | 11,71 | 91,94 | 579       |             |

ДЕНЬ: СРЕДА

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ

СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД      | Масса порций | Пищевые вещества (г) |       |       | ЭЦ (ккал) | № рецептуры |
|------------------------|--------------|----------------------|-------|-------|-----------|-------------|
|                        |              | Б                    | Ж     | У     |           |             |
| Тефтели (2 в) с соусом | 110          | 8,49                 | 12,75 | 11,04 | 173       | 462         |
| Сложный овощной гарнир | 160          | 4,64                 | 11,68 | 22,72 | 197       | акт         |



|                             |     |       |       |       |     |     |
|-----------------------------|-----|-------|-------|-------|-----|-----|
| Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,6   | 0,06  | 29,79 | 124 | акт |
| Хлеб пшеничный              | 30  | 2,28  | 0,27  | 15,57 | 71  | акт |
| Итого                       |     | 16,01 | 24,73 | 79,12 | 565 |     |

ДЕНЬ: ЧЕТВЕРГ

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ

СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД            | Масса порций | Пищевые вещества (г) |       |       | ЭЦ (ккал) | № рецептуры |
|------------------------------|--------------|----------------------|-------|-------|-----------|-------------|
|                              |              | Б                    | Ж     | У     |           |             |
| Запеканка творожная с соусом | 200          | 28,13                | 10,55 | 30,74 | 365       | 31          |
| Чай с сахаром                | 200          | 0,2                  | 0,02  | 15    | 61        | 685         |
| Булочка школьная             | 100          | 3,41                 | 1,33  | 24,5  | 123       | 428         |
| Итого                        |              | 31,74                | 11,9  | 70,24 | 549       |             |

ДЕНЬ: ПЯТНИЦА

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ

СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД       | Масса порций | Пищевые вещества (г) |       |       | ЭЦ (ккал) | № рецептуры |
|-------------------------|--------------|----------------------|-------|-------|-----------|-------------|
|                         |              | Б                    | Ж     | У     |           |             |
| Азу                     | 90           | 8,01                 | 19,8  | 8,73  | 234       | акт         |
| Каша гречневая вязкая   | 180          | 5,55                 | 6,01  | 25,01 | 176       | 510         |
| Чай с сахаром и лимоном | 200          | 0,26                 | 0,03  | 15,25 | 64        | 686         |
| Хлеб пшеничный          | 30           | 2,28                 | 0,27  | 15,57 | 71        | акт         |
| Итого                   |              | 16,1                 | 26,11 | 64,54 | 545       |             |

ДЕНЬ: СУББОТА

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ

СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

| Наименование продукта                       | Масса порций | Пищевые вещества (г) |       |       | ЭЦ (ккал) | № рецептуры |
|---|--------------|----------------------|-------|-------|-----------|-------------|
|   |              | Б                    | Ж     | У     |           |             |
| Каша молочная пшеничная с маслом и фруктами | 230          | 9,57                 | 6,79  | 51,63 | 279       | табл 4      |
| Кофейный напиток                            | 200          | 1,48                 | 1,28  | 22,46 | 108       | акт         |
| Булочка творожная                           | 70           | 10,85                | 4,18  | 30,31 | 173       | 786         |
| Итого                                       |              | 21,9                 | 12,25 | 104,4 | 560       |             |

Среднее значение за период:

21,23      18,22      81,71      562

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



Утверждаю:

Генеральный директор АО «КШП-Глобус»



Согласовано:

Директор МБОУ «СОШ №125»

Лисин А.А.

28.12.2023г.



ПРИМЕРНОЕ ДВЕНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ  
ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 - 4 КЛАССОВ  
(С ДВУХСМЕННЫМ РЕЖИМОМ РАБОТЫ ШКОЛ)  
2 НЕДЕЛЯ

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

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД           | Масса порций | Пищевые вещества (г) |       |       | ЭЦ (ккал) | № рецептуры |
|-----------------------------|--------------|----------------------|-------|-------|-----------|-------------|
|                             |              | Б                    | Ж     | У     |           |             |
| Гуляш из мяса               | 90           | 12,51                | 19,8  | 3,6   | 130       | 132         |
| Макаронные изделия отварные | 180          | 6,98                 | 5,39  | 44,5  | 255       | 516         |
| Напиток из ягод             | 200          | 0,07                 | 0,02  | 24,44 | 100       | акт         |
| Хлеб пшеничный              | 30           | 2,28                 | 0,27  | 15,57 | 71        | акт         |
| Итого                       |              | 21,84                | 25,48 | 88,11 | 556       |             |

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

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД | Масса порций | Пищевые вещества (г) |      |       | ЭЦ (ккал) | № рецептуры |
|-------------------|--------------|----------------------|------|-------|-----------|-------------|
|                   |              | Б                    | Ж    | У     |           |             |
| Котлеты с соусом  | 90           | 7,40                 | 7,81 | 11,84 | 139       | 451         |
| Рис припущенный   | 180          | 4,46                 | 5,2  | 46,7  | 251       | 512         |
| Чай с сахаром     | 200          | 0,2                  | 0,02 | 15    | 61        | 685         |
| Хлеб пшеничный    | 30           | 2,28                 | 0,27 | 15,57 | 71        | акт         |
| Итого             |              | 14,34                | 13,3 | 89,11 | 522       |             |

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

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД                | Масса порций | Пищевые вещества (г) |      |        | ЭЦ (ккал) | № рецептуры |
|----------------------------------|--------------|----------------------|------|--------|-----------|-------------|
|                                  |              | Б                    | Ж    | У      |           |             |
| Каша молочная пшеничная с маслом | 160          | 8,53                 | 4,04 | 43,85  | 246       | Таб 4       |
| Чай с сахаром                    | 200          | 0,2                  | 0,02 | 15     | 61        | 685         |
| Кисломолочный продукт            | 90           | 2,5                  | 0,3  | 17     | 80        |             |
| Мучное изделие                   | 50           | 3                    | 2,5  | 25,5   | 140       |             |
| Итого                            |              | 14,23                | 6,86 | 101,35 | 527       |             |

ДЕНЬ: ЧЕТВЕРГ



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

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД         | Масса порций | Пищевые вещества (г) |       |       | ЭЦ (ккал) | № рецептуры |
|---------------------------|--------------|----------------------|-------|-------|-----------|-------------|
|                           |              | Б                    | Ж     | У     |           |             |
| Биточки из птицы с соусом | 90           | 11,05                | 7,49  | 7,41  | 141       | акт         |
| Каша гречневая вязкая     | 180          | 5,55                 | 6,01  | 25,01 | 176       | 510         |
| Напиток из ягод           | 200          | 0,07                 | 0,02  | 24,44 | 100       | акт         |
| Хлеб пшеничный            | 30           | 2,28                 | 0,27  | 15,57 | 71        | акт         |
| Итого                     |              | 18,95                | 13,79 | 72,43 | 488       |             |

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

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД       | Масса порций | Пищевые вещества (г) |       |       | ЭЦ (ккал) | № рецептуры |
|-------------------------|--------------|----------------------|-------|-------|-----------|-------------|
|                         |              | Б                    | Ж     | У     |           |             |
| Плов с мясом            | 270          | 16,41                | 11,48 | 61,48 | 418       | 265         |
| Чай с сахаром и лимоном | 200          | 0,26                 | 0,03  | 15,25 | 64        | 686         |
| Хлеб пшеничный          | 30           | 2,28                 | 0,27  | 15,57 | 71        | акт         |
| Итого                   |              | 18,95                | 11,78 | 92,3  | 553       |             |

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

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД              | Масса порций | Пищевые вещества (г) |       |       | ЭЦ (ккал) | № рецептуры |
|--------------------------------|--------------|----------------------|-------|-------|-----------|-------------|
|                                |              | Б                    | Ж     | У     |           |             |
| Бутерброды с сыром             | 50           | 6,26                 | 4,99  | 23,23 | 164       | 3           |
| Суп молочный с лапшой домашней | 250          | 5,63                 | 4,98  | 20,03 | 198       | 160         |
| Какао с молоком                | 200          | 3,87                 | 3,10  | 25,17 | 145       | 693         |
| Итого                          |              | 15,76                | 13,07 | 68,43 | 507       |             |

Среднее значение за период: 17,35 14,08 85,35 438

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