



Утверждено:
Ген. директор АФ «БДПР-Глобус»
12.12.2019 г.

Согласно распоряжению
Директора АФ «БДПР-Глобус»
Комитетом по образованию
Гор.исполкома г. Могилы
№ 222/2019/050 ОГРН-1010101010101



ДЕПЬСРЕДА
НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
СЕЗОН: ОСЕННЕ - ЗИМНИЙ
ВОЗРАСТ: ПЯТНАДЦАТИЛЕТНИИ 12 лет и старше

ИЗМЕНЕНИЕ ДВЕНАДЦАТИДЕСЯТИ МЕНЮ
ВОЗРАСТ: ПЯТНАДЦАТИЛЕТНИИ 12 лет и старше

ДЕПЬСРЕДА
НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
СЕЗОН: ОСЕННЕ - ЗИМНИЙ
ВОЗРАСТ: ПЯТНАДЦАТИЛЕТНИИ 12 лет и старше

ДЕПЬСРЕДА
НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
СЕЗОН: ОСЕННЕ - ЗИМНИЙ
ВОЗРАСТ: ПЯТНАДЦАТИЛЕТНИИ 12 лет и старше

| Наименование продукта | Масса порций | Питательные вещества (г) | | ЭЦ (ккал) | № рещ. |
|---|--------------|--------------------------|--------------|---------------|-------------|
| | | Б | Ж | | |
| Завтрак | | | | | |
| Каша молочная овсяная «Горный лес» с маслом | 180 | 7,52 | 7,96 | 29,01 | 221 |
| Чай с сахаром | 180 | 0,18 | 0,02 | 13,54 | 55 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,18 | 10,38 | 47 |
| Итого | | 9,22 | 8,16 | 52,93 | 323 |
| Обед | | | | | |
| Суп картофельный с горохом | 250 | 5,95 | 4,19 | 19,56 | 140 |
| Выпечка из гомашки | 50 | 5,9 | 5,48 | 6,74 | 101 |
| Каша гречневая в яиче | 180 | 4,63 | 1,67 | 20,84 | 147 |
| Напиток из ягод | 180 | 0,06 | 0,02 | 22 | 90 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,28 | 0,27 | 15,57 | 71 |
| Хлеб ржаной | 20 | 1,5 | 0,5 | 9,8 | 50 |
| Итого | | 20,32 | 12,13 | 94,51 | 509 |
| Полдник | | | | | |
| Напиток из плодов шиповника | 180 | 0,36 | | 21,24 | 85 |
| Раскаты с молоком сухим вареным | 60 | 5,75 | 4,22 | 36,05 | 205 |
| Итого | | 6,11 | 4,22 | 57,29 | 290 |
| Всего | | 35,65 | 24,51 | 204,73 | 1213 |

ДЕПЬСРЕДА
НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
СЕЗОН: ОСЕННЕ - ЗИМНИЙ
ВОЗРАСТ: ПЯТНАДЦАТИЛЕТНИИ 12 лет и старше

| Наименование продукта | Масса порций | Питательные вещества (г) | | ЭЦ (ккал) | № рещ. |
|--------------------------------------|--------------|--------------------------|--------------|---------------|-------------|
| | | Б | Ж | | |
| Завтрак | | | | | |
| Каша молочная пшеница с маслом | 180 | 9,6 | 4,55 | 49,33 | 277 |
| Чай с сахаром и лимоном | 180 | 0,23 | 0,02 | 13,72 | 57 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,18 | 10,38 | 47 |
| Итого | | 11,35 | 4,75 | 73,43 | 381 |
| Обед | | | | | |
| Рассольник Ленинградский со сметаной | 250 | 2,39 | 4,64 | 17,64 | 130 |
| Тффили (Пир) с соусом | 50 | 5,16 | 6,18 | 5,73 | 100 |
| Макаронные изделия отварные | 150 | 5,82 | 4,49 | 37,08 | 215 |
| Чай с сахаром | 180 | 0,18 | 0,02 | 13,54 | 55 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,28 | 0,27 | 15,57 | 71 |
| Хлеб ржаной-пшеничный | 20 | 1,5 | 0,5 | 9,8 | 50 |
| Итого | | 17,33 | 16,10 | 99,36 | 619 |
| Полдник | | | | | |
| Компот из ягод | 180 | 0,14 | 0,04 | 23,28 | 95 |
| Коридки молочные | 60 | 3,84 | 6,9 | 40,2 | 290 |
| Итого | | 3,98 | 6,94 | 63,48 | 385 |
| Всего | | 32,66 | 27,79 | 236,27 | 1382 |

| Наименование продукта | Масса порций | Питательные вещества (г) | | ЭЦ (ккал) | № рещ. |
|--------------------------------|--------------|--------------------------|--------------|---------------|-------------|
| | | Б | Ж | | |
| Завтрак | | | | | |
| Каша молочная рисовая с маслом | 180 | 5,41 | 6,24 | 39,28 | 235 |
| Чай с сахаром | 180 | 0,18 | 0,02 | 13,54 | 55 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,18 | 10,38 | 47 |
| Итого | | 7,11 | 6,44 | 63,2 | 337 |
| Обед | | | | | |
| Суп - каша гомашки | 250 | 2,94 | 4,89 | 17,75 | 129 |
| Голубцы детские с соусом | 70 | 4,56 | 3,93 | 4,82 | 78 |
| Шоуре картофельные | 150 | 3,26 | 4,88 | 22,05 | 146 |
| Компот из смеси сухофруктов | 180 | 0,54 | 0,05 | 26,81 | 111 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,28 | 0,27 | 15,57 | 71 |
| Хлеб ржаной-пшеничный | 20 | 1,5 | 0,5 | 9,8 | 50 |
| Итого | | 15,08 | 14,52 | 96,8 | 585 |
| Полдник | | | | | |
| Каша с молоком | 180 | 3,48 | 2,79 | 22,65 | 131 |
| Слобы обыкновенная с маслом | 60 | 5,22 | 4,38 | 33,23 | 193 |
| Итого | | 8,7 | 7,17 | 55,88 | 324 |
| Всего | | 30,89 | 28,13 | 215,88 | 1246 |

ДЕПЬСРЕДА
НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
СЕЗОН: ОСЕННЕ - ЗИМНИЙ
ВОЗРАСТ: ПЯТНАДЦАТИЛЕТНИИ 12 лет и старше

| Наименование продукта | Масса порций | Питательные вещества (г) | | ЭЦ (ккал) | № рещ. |
|--|--------------|--------------------------|--------------|---------------|-------------|
| | | Б | Ж | | |
| Завтрак | | | | | |
| Макаронные изделия с сыром | 140 | 8,12 | 12,04 | 32,62 | 277 |
| Чай с сахаром и лимоном | 180 | 0,23 | 0,02 | 13,72 | 57 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,18 | 10,38 | 47 |
| Итого | | 9,87 | 12,24 | 56,72 | 381 |
| Обед | | | | | |
| Борщ с капустой и картофелем со сметаной | 250 | 1,96 | 8,09 | 14,75 | 131 |
| Котлеты рыбные с соусом | 50 | 5,48 | 7,74 | 5,17 | 79 |
| Рис отваренный | 150 | 3,72 | 4,33 | 38,92 | 209 |
| Напиток из ягод | 180 | 0,06 | 0,02 | 22 | 90 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,28 | 0,27 | 15,57 | 71 |
| Хлеб ржаной-пшеничный | 20 | 1,5 | 0,5 | 9,8 | 50 |
| Итого | | 15,0 | 20,95 | 106,21 | 630 |
| Полдник | | | | | |
| Чай с сахаром и лимоном | 180 | 0,23 | 0,02 | 13,72 | 57 |
| Булочки дрожжевые с мармеладом | 60 | 1,95 | 4,25 | 30,26 | 167 |
| Итого | | 2,18 | 4,27 | 43,98 | 224 |
| Всего | | 27,05 | 37,46 | 206,9 | 1235 |

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
СЕЗОН: ОСЕННЕ - ЗИМНИЙ
возраст: ПЛАВАКАТЕГОРИЯ 12 лет и старше

| Наименование продукта | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | ЭЦ (ккал) | №. рещ. |
|--------------------------------|--------------|----------------------|--------------|---------------|-------------|---------|
| | | Б | Ж | У | | |
| Завтрак | | | | | | |
| Суп молочный с лапшой домашней | 180 | 4,05 | 3,59 | 14,42 | 135 | 160 |
| Чай с сахаром и лимонном | 180 | 0,25 | 0,02 | 13,72 | 57 | 686 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,18 | 10,38 | 47 | акт |
| Итого | | 5,80 | 3,79 | 38,52 | 239 | |
| Обед | | | | | | |
| Суп из овощей со сметаной | 250 | 2,08 | 4,54 | 11,45 | 110 | 155 |
| Запеканка Моцарелла с соусом | 50 | 7,73 | 5,64 | 4,96 | 83 | акт |
| Каша перловая рассыпчатая | 150 | 4,54 | 4,33 | 32,48 | 188 | Таб-4 |
| Компот из ягод | 180 | 0,14 | 0,04 | 23,28 | 95 | 342 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,28 | 0,27 | 15,57 | 71 | акт |
| Хлеб ржаное-пшеничный | 20 | 1,5 | 0,5 | 9,8 | 50 | акт |
| Итого | | 18,27 | 15,32 | 97,54 | 597 | |
| Ужин | | | | | | |
| Пиванчик | | | | | | |
| Кофейный напиток | 180 | 1,33 | 1,15 | 20,21 | 97 | акт |
| Варушка с клубничкой | 60 | 3,47 | 1,67 | 27,47 | 139 | 741 |
| Итого | | 4,80 | 2,82 | 47,68 | 236 | |
| Всего | | 28,87 | 21,93 | 183,74 | 1072 | |

ДЕНЬ: СУББОТА
НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
СЕЗОН: ОСЕННЕ - ЗИМНИЙ
возраст: ПЛАВАКАТЕГОРИЯ 12 лет и старше

| Наименование продукта | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | ЭЦ (ккал) | №. рещ. |
|---------------------------------|--------------|----------------------|--------------|--------------|-------------|---------|
| | | Б | Ж | У | | |
| Завтрак | | | | | | |
| Каша молочная пшеничная с мясом | 200 | 7,5 | 6,33 | 40,43 | 249 | Таб-4 |
| Чай с сахаром | 180 | 0,18 | 0,02 | 13,54 | 55 | 685 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,52 | 0,18 | 10,38 | 47 | акт |
| Итого | | 9,20 | 6,53 | 64,35 | 351 | |
| Обед | | | | | | |
| Суп картофельный с фасолью | 250 | 5,95 | 4,19 | 19,56 | 140 | 139 |
| Фрикадельки с соусом | 50 | 4,05 | 4,75 | 5,58 | 104 | 469 |
| Каша гречневая вареная | 150 | 4,63 | 1,67 | 20,84 | 147 | 510 |
| Компот из смеси сухофруктов | 180 | 0,34 | 0,05 | 26,81 | 111 | акт |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,28 | 0,27 | 15,57 | 71 | акт |
| Хлеб ржаное-пшеничный | 20 | 1,5 | 0,5 | 9,8 | 50 | акт |
| Итого | | 18,95 | 11,43 | 98,16 | 623 | |
| Ужин | | | | | | |
| Пиванчик | | | | | | |
| Чай с сахаром и лимонном | 180 | 0,23 | 0,02 | 13,72 | 57 | 686 |
| Бульбоблы с сыром | 40 | 4,73 | 3,12 | 15,57 | 106 | 3 |
| Итого | | 4,96 | 3,14 | 29,29 | 163 | |
| Всего | | 29,11 | 21,10 | 191,8 | 1137 | |

Среднее значение за период 30,71 26,82 206,55 1214

• - Согласно СанПиН 2.3.2.4.3590-20 п.8.1.4, п.8.1.5 возможные изменения в меню