



2022 г.

ПРИМЕРНОЕ ДВЕНАДЦАТИМЕСЯЧНОЕ МЕНЮ ШКОЛЫ
ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-5 КЛАССОВ
АО "КОМБИНАТ ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА - ГИ" (г. Минск)

ДЕНЬ: ПОНЕДЕЛЬНИК
НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порции			Пищевые вещества (г)			ЭН	общая энергетическая ценность	№ рецептуры
	Б	Ж	У	белки	жиры	углеводы			
Мясо тушеное	100	13,21	18,36	2,61	223	256			
Каша перловая раскатаная	180	5,45	5,2	38,97	225	508			
Закуска из овощей	100	1,83	4,5	7,5	80	885			
Чай с сахаром	180	0,18	0,02	13,54	55	685			
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,76	95	885			
Итого		23,68	28,44	83,38	628	672			

ДЕНЬ: ВТОРНИК
НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порции			Пищевые вещества (г)			ЭН	общая энергетическая ценность	№ рецептуры
	Б	Ж	У	белки	жиры	углеводы			
Медальоны из птицы	100	18,36	18,72	11	268	510			
Каша гречневая вязкая	230	7,09	7,68	31,96	225	510			
Сок	180			20,32	81				
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,76	95	885			
Итого		28,49	26,76	84,06	669				

ДЕНЬ: СРЕДА
НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порции			Пищевые вещества (г)			ЭН	общая энергетическая ценность	№ рецептуры
	Б	Ж	У	белки	жиры	углеводы			
Рыбные палочки	100	14,8	10,56	11,5	150	320			
Пюре картофельное	180	3,91	5,86	26,46	175	570			
Мучное изделие	1шт	4,5	11	17,5	152	885			
Напиток фруктовый	180	0,2	0,04	25,73	105	699			
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,76	95	885			
Итого		26,45	27,8	101,95	672				



Составлено: *С. С. Савицкая*
Проверено: *С. С. Савицкая*

ДЕНЬ: СРЕДА
НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порции			Пищевые вещества (г)			ЭН	общая энергетическая ценность	№ рецептуры
	Б	Ж	У	белки	жиры	углеводы			
Суп мясной с картофелем	100	8,23	24,75	12,79	168	512			
Рис отваренный	230	5,7	6,64	89,67	324	512			
Напиток фруктовый лимонный	200	0,4	0,04	23,6	94	705			
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,76	95	885			
Итого		17,37	31,75	116,82	673				

ДЕНЬ: ПЯТНИЦА
НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порции			Пищевые вещества (г)			ЭН	общая энергетическая ценность	№ рецептуры
	Б	Ж	У	белки	жиры	углеводы			
Мясо тушеное	100	6,89	5,44	12	289	510			
Закуска из овощей	130	2,38	5,85	9,75	102	885			
Чай с сахаром	180	0,18	0,02	13,54	55	685			
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,76	95	885			
Итого		15,39	11,67	56,05	541				

ДЕНЬ: СРЕДА
НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порции			Пищевые вещества (г)			ЭН	общая энергетическая ценность	№ рецептуры
	Б	Ж	У	белки	жиры	углеводы			
Десерт творожный	230	23,43	19,55	45,08	448	719			
Супица овощная	100	4,8	0,05	3,4	16	71			
Котлеты из мяса с хрустящей корочкой	180	5,4	0,05	26,81	111	885			
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,76	95	885			
Итого		32,67	19,96	96,02	670				

Составлено: *С. С. Савицкая*

24.03 24.4 89.71 652

- Составлено СанПиН 2.3.2.4.3896-20 п.8. 4. п. 8.1.5. вводимыми изменениями в меню
- Проверено: *С. С. Савицкая* в ст. с 18.09.20 г.