

Согласовано
Директор ДПОУ «Свечи 31»
С.А. Боникова



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

ДЕНЬ: ПОНЕДЕЛЬНИК
НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)				ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У	У		
Чахохбили	100	20,79	8,03	5,73	179	179	акт
Каша гречневая вязкая	180	5,55	6,01	25,01	176	510	
Кондитерское изделие	30	1,65	0,06	21,6	93		
Сок	200			22,67	92		
Хлеб пшеничный	30	2,55	0,75	16,8	84		
Итого		30,54	14,85	91,81	624		

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

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)				ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У	У		
Закуска из овощей	100	1,83	4,5	7,5	78		акт
Плов из мяса	280	19,88	16,16	44,58	402	265	
Напиток из ягод	200	0,07	0,02	24,44	100		акт
Хлеб пшеничный	30	2,55	0,75	16,8	84		
Итого		24,33	21,43	93,32	664		

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

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)				ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У	У		
Снопики пикантные	100	14,5	14,9	17,22	265		акт
Пюре картофельное	180	3,78	8,1	26,28	196	520	
Овощи по сезону	100	0,8		3,4	16	71	
Лимонад домашний	200			18	113		акт
Хлеб пшеничный	30	2,55	0,75	16,8	84		
Итого		21,63	23,75	81,7	674		

ДЕНЬ: ЧЕТВЕРГ
НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)				ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У	У		
Птица запеченная	120	33	12	3,6	235	494	
Макаронные изделия отварные	180	6,98	5,39	44,5	255	516	
Овощи по сезону	100	0,8		3,4	16	71	
Чай с сахаром	200	0,2	0,02	15	61	685	
Хлеб пшеничный	30	2,55	0,75	16,8	84		
Итого		43,53	18,16	83,3	651		

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

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)				ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У	У		
Тефтели (2шт) в соусе	120	13,28	18,2	19,5	280	462	
Пюре картофельное	180	3,78	8,1	26,28	196	520	
Овощи по сезону	100	0,8		3,4	16	71	
Напиток из ягод	200	0,07	0,02	24,44	100		акт
Хлеб пшеничный	30	2,55	0,75	16,8	84		
Итого		20,48	27,07	90,42	676		

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

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)				ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У	У		
Вареники с творогом с соусом	250	18,87	6,13	65,8	397		акт
Чай с сахаром	200	0,2	0,02	15	61	685	
Пюре фруктовое	125	0	0	13,75	55		
Хлеб пшеничный	30	2,55	0,75	16,8	84		
Итого		21,62	6,9	111,35	597		

Среднее значение за период: 27,02 18,69 91,98 648

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