



Утверждено:
 «Генеральный директор АО «ВинТ-Глобус»
 20.05.2018 г.
 «С.В.»

Сомашово
Директор И.Б.О.У. С.В. 317
С.А. Бочкова
 28.12.2018



ПРИМЕРНОЕ ДВЕНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ
 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 порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Пельмени отварные	210	21,39	17,85	41,16	415	719
Овощи по сезону	100	0,8	0,02	3,4	16	71
Чай с сахаром	200	0,2	0,02	15	61	685
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,76	95	
Итого		25,43	18,23	80,32	587	

День: ВТОРНИК

Неделя: ПЕРВАЯ

Сезон: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ

Возрастная категория: 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Рыба, запеченная с соусом	100	10,33	20,9	4,7	173	акт
Рис припущенный	180	4,46	5,2	46,7	251	512
Мучное изделие	50	4,4	1,1	25,15	64	
Напиток фруктово-ягодный	200	0,2	0,2	22,8	94	акт
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,76	95	
Итого		22,43	27,76	120,11	677	

День: СРЕДА
 Неделя: ПЕРВАЯ
 Сезон: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ
 Возрастная категория: 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Коплеты студеньские	100	12,9	15,28	11,4	200	103
Пюре картофельное	150	3,15	6,75	21,9	163	520
Овощи тушеные	100	2,5	4,6	10,7	94	534
Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,06	29,79	124	акт
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,76	95	
Итого		22,19	27,05	94,55	676	

День: ЧЕТВЕРГ

Неделя: ПЕРВАЯ

Сезон: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ

Возрастная категория: 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Наггетсы	100	18,7	15,3	0,6	205	494
Макаронные изделия отварные	180	0,98	5,39	44,5	255	516
Овощи по сезону	100	0,8	0,02	3,4	16	71
Напиток из ягод	200	0,07	0,02	24,44	100	акт
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,76	95	
Итого		23,59	21,07	72,94	671	

День: ПЯТНИЦА

Неделя: ПЕРВАЯ

Сезон: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ

Возрастная категория: 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Закуска из овощей	100	1,83	4,50	7,50	78	акт
Мясо по-купецки	250	21,22	24,07	46,88	431	акт
Чай с сахаром и лимоном	200	0,26	0,03	15,25	64	686
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,76	95	
Итого		26,35	28,96	90,39	668	

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

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)				ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У	ЭЦ (ккал)		
Куриные колбаски	100	19,03	14,08	10,4	248		
Рис припущенный	180	4,46	5,2	46,7	251	512	
Овощи по сезону	100	0,8		3,4	16	71	
Чай с сахаром	200	0,2	0,02	15	61	685	
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,76	95		
Итого		27,53	19,66	96,26	671		

Среднее значение за период: 24,59 20,76 92,43 658

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