

С. В. Косых
2024 г.

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

ДЕНЬ: ПЯТНИЦА
НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

Среднее значение за период:

432

ДЕНЬ: ВТОРНИК

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 14 лет

ДЕНЬ: СРЕДАСЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

Согласовано
Директор школы
С. В. Косых

Утверждаю:

С. В. Косых
2024



ПРИМЕРНОЕ
МЕНЮ НА ПЕРВЫЙ
КЛАССОВЫЙ
РАБОЧНИЙ
ДЕНЬ
(С ДВУХСМЕННЫМ РЕЖИМОМ РАБОТЫ)
ДОУ КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ-ГЛОБУС

2 НЕДЕЛЯ

ДЕНЬ: ПОНЕДЕЛЬНИК
НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ

СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)				ЭЦ (ккал)	№ рецептуры акт
		Б	Ж	У	У		
Пшеница, тушеная в соусе	90	11,43	10,23	2,74	149		
Каша гречневая вязкая	200	6,17	6,68	27,78	196		510
Чай без сахара	200			0,6	2		685
Хлеб ржаной	30	2,4	0,3	13,5	66		
Итого		20	17,21	44,62	413		

ДЕНЬ: ВТОРНИК
НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ

СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)				ЭЦ (ккал)	№ рецептуры акт
		Б	Ж	У	У		
Плов из мяса (крупа перловая)	270	16,34	18,14	41,4	410		
Напиток из сухофруктов без сахара	200	0,6		29	105		акт
Хлеб ржаной	30	2,4	0,3	13,5	66		
Итого		19,34	18,44	83,9	581		

ДЕНЬ: СРЕДА

НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ

СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)				ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У	У		
Каша молочная пшенная с маслом без сахара	180	7,74	7,36	14,92	188		Таб 4
Чай без сахара	200			0,6	2		685
Пюре фруктовое	125	0	0	13,75	55		
Хлеб ржаной	50	4	0,5	22,5	110		
Итого		11,74	7,86	51,77	355		

ДЕНЬ: ЧЕТВЕРГ
НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ

СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)				ЭЦ (ккал)	№ рецептуры акт
		Б	Ж	У	У		
Биточки из птицы с соусом	90	14,58	9,68	8,94	190		
Каша гречневая вязкая	180	5,55	6,01	25,01	176		510
Напиток из ягод без сахара	200	0,2		1,8	7		акт
Хлеб ржаной	30	2,4	0,3	13,5	66		
Итого		22,73	15,99	49,25	439		

ДЕНЬ: ПЯТНИЦА

НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ

СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)				ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У	У		
Сырники	100	17,6	11,3	12,2	224		358
Чай без сахара	200			0,6	2		685
Пюре фруктовое	125	0	0	13,75	55		
Хлеб ржаной	30	2,4	0,3	13,5	66		
Итого		20	11,6	40,05	347		

Среднее значение за период:

14,70 11,08 46,77 352

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

Семаново.
Куратор МБОУ "Солн-31".
С. В. Косых

Утверждаю:
Генеральный директор
АО "ФитОГЛОБУС"
С. В. Косых
2024 г.



ПЕРВОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ШКОЛЬНЫХ ОБЕДОВ
УЧАЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ ПРИ САХАРНОМ ДИАБЕТЕ
(С ДВУХСМЕННЫМ РЕЖИМОМ РАБОТЫ)
АО "КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ-ГЛОБУС"

2 НЕДЕЛЯ

ДЕНЬ: ПОНЕДЕЛЬНИК
НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)				ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У	У		
Суп картофельный с горохом	200	4,76	3,35	15,65	112	139	акт
Птица, тушенная в соусе	90	11,43	10,23	2,74	149	510	акт
Каша гречневая вязкая	200	6,17	6,68	27,78	196	7	акт
Напиток из ягод без сахара	200	0,2	1,8	22,5	110	574	акт
Хлеб ржаной	50	4	0,5	20,76	70,47	124	акт
Итого		26,56	20,76	70,47	574		

ДЕНЬ: ВТОРНИК
НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)				ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У	У		
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	1,74	3,94	16,2	76	124	акт
Плов из мяса (крупя перловый)	270	16,34	18,14	41,4	410	акт	акт
Напиток из сухофруктов без сахара	200	0,6	15	62	110	акт	акт
Хлеб ржаной	50	4	0,5	22,5	110	658	акт
Итого		22,68	22,58	95,1	613		

ДЕНЬ: СРЕДА
НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)				ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У	У		
Суп-лапша домашняя	200	2,35	3,91	14,2	103	148	акт
Горюхи ленивые с соусом	100	5,22	4,8	7,53	111	485	акт
Пюре гороховое	180	15,75	9,45	51,57	287	199	акт
Чай без сахара	200	0,2	1,8	22,5	110	685	акт
Хлеб ржаной	50	4	0,5	22,5	110	613	акт
Итого		27,32	18,66	96,4	613		

ДЕНЬ: ЧЕТВЕРГ
НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)				ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У	У		
Уха школьная	200	7,46	3,5	8,94	100	акт	акт
Биточки из птицы с соусом	90	14,58	9,68	8,94	190	акт	акт
Каша гречневая вязкая	180	5,55	6,01	25,01	176	510	акт
Напиток из ягод без сахара	200	0,2	1,8	22,5	110	акт	акт
Хлеб ржаной	50	4	0,5	22,5	110	акт	акт
Итого		31,79	19,69	67,19	583		

ДЕНЬ: ПЯТНИЦА
НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)				ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У	У		
Борщ енисейский со сметаной	200	3,17	3,94	13,4	102	111	акт
Мясо, тушеное с капустой	250	14,3	37,32	13,33	445	685	акт
Чай без сахара	200	0,2	1,8	22,5	110	акт	акт
Хлеб ржаной	50	4	0,5	22,5	110	акт	акт
Итого		21,47	41,76	49,83	659		

Среднее значение за период: 21,45 20,64 66,20 525

Согласно СанПин 2.3.2.4.3590-20 п.8.1.4, п.8.1.5 возможны изменения в меню