Утверждаю:

И.о.ген. директор АО «КШП- Глобус»

_____ Е.А. Луковская

«20» мая 2022 г.

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ «СОШ №68»

_____ А.М. Дёмин

«23» мая 2022 г.

ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ
(ОДНОРАЗОВОЕ ПИТАНИЕ)
АО «КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ – ГЛОБУС»
1 НЕДЕЛЯ

ДЕНЬ:ПЕРВЫЙ
НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
СЕЗОН: ЛЕТНИЙ

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Кнели рыбные припущенные	100	16,6	2	5,9	106	369
Рис припущенный	180	4,5	10,8	47,34	294	512
Овощи натуральные свежие (огурцы)	60	0,48		2,04	10	71
Чай с сахаром и лимоном	180	0,27		13,5	54	686
Батон школьный	40	3,04	0,36	20,76	95	акт
Итого		**24,89**	**13,16**	**89,54**	**559**	

ДЕНЬ: ВТОРОЙ
НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
СЕЗОН: ЛЕТНИЙ

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Птица запеченная	100	27,5	10	3	201	494
Каша гречневая	160	5,12	7,52	27,36	192	510
Овощи натуральные свежие (помидоры)	25	0,3	0,05	1,15	7	71
Сок	180			20,34	81	389
Батон школьный	35	2,66	0,32	18,17	83	акт
Итого		**35,58**	**17,89**	**70,02**	**564**	

ДЕНЬ: ТРЕТИЙ
НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
СЕЗОН: ЛЕТНИЙ

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Сосиски отварные	100	12	22	3	258	413
Макароны, запеченные с сыром	165	6,93	8,12	46,53	291	335
Овощи натуральные свежие (огурцы)	50	0,4		1,7	8	71
Напиток из плодов шиповника	180	0,36		21,24	85	705
Батон школьный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Итого		**21,97**	**30,39**	**88,04**	**713**	

ДЕНЬ: ЧЕТВЕРТЫЙ
НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
СЕЗОН: ЛЕТНИЙ

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Котлеты	100	15,9	14,4	16	261	451
Пюре картофельное	150	3,15	6,75	21,9	164	520
Салат из белокочанной капусты	55	0,77	2,81	4,9	49	43
Напиток из ягод	180	0,09		22,41	88	акт
Батон школьный	35	2,66	0,32	18,17	83	акт
Итого		**22,57**	**24,28**	**83,38**	**645**	

ДЕНЬ: ПЯТЫЙ
НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
СЕЗОН: ЛЕТНИЙ

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Гуляш из говядины	90	12,51	5,85	3,6	119	260
Рис припущенный	180	4,5	10,8	47,34	294	512
Овощи натуральные свежие (огурцы)	50	0,4		1,7	8	71
Напиток фруктовый	180	0,09		22,68	86	акт
Батон школьный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Итого		**19,78**	**16,92**	**90,89**	**578**	

Среднее значение за период	**24,96**	**20,53**	**84,37**	**612**