

Утверждаю  
 Генеральный директор  
 АО "КШП-Глобус"  
 Е.А. Скурлатов  
 "30" марта 2022 г.



СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ «СОШ №68»

Дёмин А.М.

25 2022

**ПРИМЕРНОЕ ДВЕНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ШКОЛЬНИКОВ С ОГРАНИЧЕННЫМИ  
 ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ  
 АО"КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ-ГЛОБУС"  
 1 НЕДЕЛЯ**

ДЕНЬ: ПОНЕДЕЛЬНИК  
 НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ  
 СЕЗОН: ВЕСЕННИЙ  
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>						
Каша молочная овсяная "Геркулес" с маслом	150	7,66	8,94	41,28	276	173
Чай с сахаром	180	0,18		13,5	52	685
Батон школьный	25	1,9	0,23	12,98	59	акт
<b>Итого</b>		<b>10</b>	<b>9</b>	<b>68</b>	<b>387</b>	
<b>Обед</b>						
Суп картофельный с горохом	200	4,96	4,48	17,84	134	139
Шницели рубленые с соусом	50	5,21	4,9	6,32	91	451
Каша гречневая вязкая	130	4,16	6,11	22,23	156	510
Напиток из ягод	180	0,09		22,41	88	акт
Батон школьный	20	1,52	0,18	10,38	47	акт
Хлеб пшенично-ржаной	15	1,05	0,15	6,75	33	
<b>Итого</b>		<b>16,99</b>	<b>15,82</b>	<b>85,93</b>	<b>549</b>	
<b>Полдник</b>						
Чай с сахаром и молоком	180	1,44	1,44	15,57	79	378
Ватрушка с творогом	50	5,9	3,2	18,73	128	410
<b>Итого</b>		<b>7,34</b>	<b>4,64</b>	<b>34,3</b>	<b>207</b>	

ДЕНЬ: ВТОРНИК  
 НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ  
 СЕЗОН: ВЕСЕННИЙ  
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>						
Каша молочная пшеничная с маслом	150	6,46	6,74	34,51	225	173
Чай с сахаром	180	0,18		13,5	52	685
Батон школьный	25	1,9	0,23	12,98	59	акт
<b>Итого</b>		<b>8,54</b>	<b>6,97</b>	<b>60,99</b>	<b>336</b>	
<b>Обед</b>						
Рассольник ленинградский со сметаной	200/5	2,47	4,83	14,26	116	132
Фрикадельки из индейки с соусом	50	4,33	2,73	4,01	57	акт.
Макаронные изделия отварные	130	4,55	5,33	30,55	191	516
Чай с сахаром и лимоном	180	0,27		13,5	54	686
Батон школьный	20	1,52	0,18	10,38	47	акт
Хлеб пшенично-ржаной	15	1,05	0,15	6,75	33	
<b>Итого</b>		<b>14,19</b>	<b>13,22</b>	<b>79,45</b>	<b>498</b>	
<b>Полдник</b>						
Сок	180			20,34	81	389
Булочка дорожная	75	5,33	11,1	42,07	290	770
<b>Итого</b>		<b>5,33</b>	<b>11,1</b>	<b>42,07</b>	<b>290</b>	

ДЕНЬ: СРЕДА  
 НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ  
 СЕЗОН: ВЕСЕННИЙ  
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>						
Каша молочная рисовая с маслом	150	5,99	6,6	45,09	264	174
Чай с сахаром	180	0,18		13,5	52	685
Батон школьный	25	1,9	0,23	12,98	59	акт
<b>Итого</b>		<b>8,07</b>	<b>6,83</b>	<b>71,57</b>	<b>375,00</b>	
<b>Обед</b>						
Суп из овощей со сметаной	200/5	1,82	4,27	10	88	135
Биточки с соусом	50	5,21	4,9	6,32	91	451
Пюре гороховое с маслом	150	13,18	4,98	43,05	270	199
Чай с сахаром	180	0,18		13,5	52	685
Батон школьный	20	1,52	0,18	10,38	47	акт
Хлеб пшенично-ржаной	15	1,05	0,15	6,75	33	
<b>Итого</b>		<b>22,96</b>	<b>14,48</b>	<b>90</b>	<b>581</b>	
<b>Полдник</b>						
Компот из смеси сухофруктов	180	0,54		28,26	112	акт
Рулет с маком	65	4,88	3,38	27,8	198	акт
<b>Итого</b>		<b>5,42</b>	<b>3,38</b>	<b>56,06</b>	<b>310</b>	

ДЕНЬ: ЧЕТВЕРГ  
 НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ  
 СЕЗОН: ВЕСЕННИЙ  
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>						
Каша молочная пшеничная с маслом	150	12,01	5,77	27,68	189	173
Чай с сахаром	180	0,18		13,5	52	685
Батон школьный	25	1,9	0,23	12,98	59	акт
<b>Итого</b>		<b>14,09</b>	<b>6</b>	<b>54,16</b>	<b>300</b>	
<b>Обед</b>						
Суп-лапша домашняя	200	2,24	4,64	11,12	96	148
Биточки рыбные с соусом	50	4,34	3,22	6,08	72	388
Рис припущенный	130	3,25	7,8	34,19	212	512
Напиток из ягод	180	0,09		22,41	88	акт
Батон школьный	20	1,52	0,18	10,38	47	акт
Хлеб пшенично-ржаной	15	1,05	0,15	6,75	33	
<b>Итого</b>		<b>12,49</b>	<b>15,99</b>	<b>90,93</b>	<b>548</b>	
<b>Полдник</b>						
Какао с молоком	180	3,38	2,88	24,07	135	693
Булочка с повидлом	50	2,3	5,4	22,7	287	744
<b>Итого</b>		<b>5,68</b>	<b>8,28</b>	<b>46,77</b>	<b>422</b>	



ДЕНЬ: ПЯТНИЦА

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ

СЕЗОН: ВЕСЕННИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>						
Макароны, запеченные с сыром	150	7,07	2,88	29,59	173	207
Чай с сахаром и молоком	180	1,44	1,44	15,57	79	378
Батон школьный	25	1,9	0,23	12,98	59	акт
<b>Итого</b>		<b>10</b>	<b>5</b>	<b>58</b>	<b>311</b>	
<b>Обед</b>						
Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/5	1,66	4,91	10,56	92	110
Котлеты рубленые из птицы с соусом	50	6,21	4,3	4,18	72	294
Каша гречневая вязкая	130	4,16	6,11	22,23	156	510
Чай с сахаром	180	0,18		13,5	52	685
Батон школьный	20	1,52	0,18	10,38	47	акт
Хлеб пшенично-ржаной	15	1,05	0,15	6,75	33	
<b>Итого</b>		<b>14,78</b>	<b>15,65</b>	<b>67,6</b>	<b>452</b>	
<b>Полдник</b>						
Булочка "Российская"	80	5,73	6,8	48,5	279	411
Сок	180			20,34	81	389
<b>Итого</b>		<b>5,73</b>	<b>6,8</b>	<b>68,84</b>	<b>360</b>	

ДЕНЬ: СУББОТА

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ

СЕЗОН: ВЕСЕННИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>						
Суп молочный с лапшой домашней	180	5,33	6,12	16,49	142	160
Чай с сахаром	180	0,18		13,5	52	685
Батон школьный	25	1,9	0,23	12,98	59	акт
<b>Итого</b>		<b>7,41</b>	<b>6,35</b>	<b>42,97</b>	<b>253</b>	
<b>Обед</b>						
Суп картофельный с фасолью	200	4,96	4,48	17,84	134	139
Фрикадельки с соусом	50	4,94	4,84	5,84	87	469
Каша пшеничная вязкая	130	3,9	5,98	22,88	156	510
Чай с сахаром	180	0,18		13,5	52	685
Батон школьный	20	1,52	0,18	10,38	47	акт
Хлеб пшенично-ржаной	15	1,05	0,15	6,75	33	
<b>Итого</b>		<b>16,55</b>	<b>15,63</b>	<b>77,19</b>	<b>509</b>	
<b>Полдник</b>						
Калачи на сметане	50	3,1	6,3	37	201	yon125
Кофейный напиток	180	1,26	1,8	20,16	117	692
<b>Итого</b>		<b>4,36</b>	<b>8,1</b>	<b>57,16</b>	<b>318</b>	