

Утверждаю:  
 Ген. директор АО «КШП-Глобус»

С.В. Косых

« 27 » ~~сентября~~ ~~2023~~ г.

ПРИМЕРНОЕ ДВЕНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ  
 ДЛЯ ШКОЛЬНИКОВ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ  
 АО «КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ - ГЛОБУС»

1 НЕДЕЛЯ

ДЕНЬ: ПОНЕДЕЛЬНИК

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ

СЕЗОН: ЗИМНЕ - ВЕСЕННИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ

| Наименование продукта                         | Масса порций | Пищевые вещества (г) |              |               | ЭЦ (ккал)   | № рец. |
|---|--------------|----------------------|--------------|---------------|-------------|--------|
|   |              | Б                    | Ж            | У             |             |        |
| <b>Завтрак</b>                                |              |                      |              |               |             |        |
| Каша молочная овсяная «Геркулес» с фруктами   | 200/100      | 7,6                  | 9,33         | 59,2          | 367         | 174    |
| Чай с сахаром                                 | 200          | 0,2                  | 0,02         | 15            | 61          | 685    |
| Хлеб пшеничный                                | 50           | 3,8                  | 0,45         | 25,95         | 118         | акт    |
| <b>Итого</b>                                  |              | <b>11,6</b>          | <b>9,8</b>   | <b>100,15</b> | <b>546</b>  |        |
| <b>Обед</b>                                   |              |                      |              |               |             |        |
| Суп картофельный с горохом                    | 250          | 5,95                 | 4,19         | 19,56         | 140         | 139    |
| Котлеты из птицы с соусом                     | 100          | 8,23                 | 9,45         | 12,18         | 189         | акт    |
| Каша гречневая вязкая                         | 200          | 6,17                 | 6,68         | 27,78         | 196         | 510    |
| Напиток из ягод                               | 200          | 0,07                 | 0,02         | 24,44         | 100         | акт    |
| Хлеб пшеничный                                | 50           | 3,80                 | 0,45         | 25,95         | 118         | акт    |
| Хлеб ржано- пшеничный                         | 30           | 2,25                 | 0,75         | 14,7          | 75          |        |
| <b>Итого</b>                                  |              | <b>26,47</b>         | <b>21,54</b> | <b>124,61</b> | <b>818</b>  |        |
| <b>Полдник</b>                                |              |                      |              |               |             |        |
| Чай с сахаром                                 | 200          | 0,2                  | 0,02         | 15,0          | 61          | 685    |
| Булочка молочная                              | 100          | 8,8                  | 2,2          | 50,3          | 128         | 779    |
| Фруктово-ягодный десерт/ кондитерское изделие | 50           | 1,2                  |              | 30            | 125         |        |
| <b>Итого</b>                                  |              | <b>10,2</b>          | <b>2,22</b>  | <b>95,30</b>  | <b>314</b>  |        |
| <b>Всего</b>                                  |              | <b>48,27</b>         | <b>33,56</b> | <b>320,06</b> | <b>1678</b> |        |

ДЕНЬ: ВТОРНИК

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ

СЕЗОН: ЗИМНЕ - ВЕСЕННИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ

| Наименование продукта                | Масса порций | Пищевые вещества (г) |              |               | ЭЦ (ккал)  | № рец. |
|--------------------------------------|--------------|----------------------|--------------|---------------|------------|--------|
|                                      |              | Б                    | Ж            | У             |            |        |
| <b>Завтрак</b>                       |              |                      |              |               |            |        |
| Закуска из овощей                    | 100          | 1,83                 | 4,5          | 7,5           | 78         | акт    |
| Макаронные изделия отварные          | 200          | 1,09                 | 5,99         | 49,44         | 284        | 516    |
| Чай с сахаром и лимоном              | 200          | 0,26                 | 0,03         | 15,25         | 64         | 686    |
| Хлеб пшеничный                       | 50           | 3,8                  | 0,45         | 25,95         | 118        | акт    |
| <b>Итого</b>                         |              | <b>6,98</b>          | <b>10,97</b> | <b>98,14</b>  | <b>544</b> |        |
| <b>Обед</b>                          |              |                      |              |               |            |        |
| Рассольник ленинградский со сметаной | 250          | 2,39                 | 4,64         | 17,64         | 130        | 132    |
| Биточки рыбные с соусом              | 100          | 7,1                  | 5,85         | 11,4          | 131        | 388    |
| Рис припущенный                      | 200          | 4,94                 | 5,78         | 51,89         | 279        | 512    |
| Напиток фруктово - ягодный           | 200          | 0,2                  | 0,2          | 22,8          | 94         | акт    |
| Хлеб пшеничный                       | 50           | 3,80                 | 0,45         | 25,95         | 118        | акт    |
| Хлеб ржано- пшеничный                | 25           | 1,88                 | 0,63         | 12,25         | 63         |        |
| <b>Итого</b>                         |              | <b>22,99</b>         | <b>20,38</b> | <b>134,64</b> | <b>816</b> |        |
| <b>Полдник</b>                       |              |                      |              |               |            |        |
| Чай с сахаром                        | 200          | 0,2                  | 0,02         | 15,0          | 61         | 685    |
| Булочка домашняя                     | 50           | 3,75                 | 6,6          | 30,45         | 197        | 769    |

