



Составлено  
 МБОУ СОШ № 96  
 Директор

Утверждаю:  
 Генеральный директор  
 АО "КШП-Глобус"  
 " 17 " 2020 г.  
 Косых



ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ШКОЛЬНИХ ЗАНЯТИЙ  
 ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ  
 (С ОДНОСМЕННЫМ РЕЖИМОМ РАБОТЫ)  
 АО "КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ-ГЛОБУС"  
 1 НЕДЕЛЯ

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

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА            | Масса порций | Пищевые вещества (г) |      |       | ЭЦ (ккал) | № рецептуры |
|-------------------------------|--------------|----------------------|------|-------|-----------|-------------|
|                               |              | Б                    | Ж    | У     |           |             |
| Сырники с сыром               | 40           | 4,89                 | 3,32 | 13    | 110       | 3           |
| Салат мясной с рисом и маслом | 150          | 5,99                 | 6,6  | 45,17 | 264       | Таб 4       |
| Пюре картофельное             | 125          | 0                    | 0    | 13,75 | 55        |             |
| Макароны с мясом              | 200          | 1,48                 | 1,28 | 22,46 | 108       | акт         |
| Итого                         |              | 12,36                | 11,2 | 96,38 | 537       |             |

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

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА          | Масса порций | Пищевые вещества (г) |       |       | ЭЦ (ккал) | № рецептуры |
|-----------------------------|--------------|----------------------|-------|-------|-----------|-------------|
|                             |              | Б                    | Ж     | У     |           |             |
| Гуаш                        | 90           | 12,51                | 19,8  | 3,6   | 130       | 260         |
| Макаронные изделия отварные | 150          | 6,98                 | 5,39  | 44,5  | 255       | 516         |
| Пюре из овощей              | 200          | 0,07                 | 0,02  | 24,44 | 100       | акт         |
| Салат овощной               | 30           | 2,55                 | 0,75  | 16,8  | 84        | акт         |
| Итого                       |              | 22,11                | 25,96 | 89,34 | 569       |             |

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

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА     | Масса порций | Пищевые вещества (г) |       |       | ЭЦ (ккал) | № рецептуры |
|------------------------|--------------|----------------------|-------|-------|-----------|-------------|
|                        |              | Б                    | Ж     | У     |           |             |
| Фишболы в соусе        | 120          | 14,16                | 9,48  | 10,08 | 193       | акт         |
| Сложный овощной гарнир | 150          | 3,35                 | 6,8   | 19,95 | 156       | акт         |
| Лимонад домашний       | 200          |                      |       | 18    | 113       | акт         |
| Хлеб пшеничный         | 30           | 2,55                 | 0,75  | 16,8  | 84        |             |
| Итого                  |              | 20,06                | 17,03 | 64,83 | 546       |             |

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

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА           | Масса порций | Пищевые вещества (г) |       |       | ЭЦ (ккал) | № рецептуры |
|------------------------------|--------------|----------------------|-------|-------|-----------|-------------|
|                              |              | Б                    | Ж     | У     |           |             |
| Запеканка творожная с соусом | 200          | 28,13                | 10,55 | 30,74 | 365       | 31          |
| Чай с сахаром                | 200          | 0,2                  | 0,02  | 15    | 61        | 685         |
| Булочка школьная             | 100          | 4,1                  | 1,6   | 26,4  | 128       | 428         |
| Итого                        |              | 32,43                | 12,17 | 72,14 | 554       |             |

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

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА      | Масса порций | Пищевые вещества (г) |       |       | ЭЦ (ккал) | № рецептуры |
|-------------------------|--------------|----------------------|-------|-------|-----------|-------------|
|                         |              | Б                    | Ж     | У     |           |             |
| Закуска из овощей       | 100          | 1,83                 | 4,5   | 7,5   | 78        | акт         |
| Пельмени                | 180          | 19,51                | 15,08 | 44,33 | 373       | акт         |
| Чай с сахаром и лимоном | 200          | 0,26                 | 0,03  | 15,25 | 64        | 686         |
| Хлеб пшеничный          | 25           | 2,12                 | 0,62  | 14    | 70        |             |
| Итого                   |              | 23,72                | 20,23 | 81,08 | 585       |             |

Среднее значение за период 22,14 17,32 80,75 558

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