

Утверждаю:

Ген. директор АО «КШП- Глобус»
Скурлатов Е.А.
2021 г.

Согласовано

Директор МБОУ "Гимназия №27"
имени Героя Советского Союза В.Е. Смирнова

О.Н. Бутенко

ПРИМЕРНОЕ ДВЕНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ
ШКОЛЬНЫХ ОБЕДОВ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5-11 КЛАССОВ
АО"КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ-ГЛОБУС"
1 НЕДЕЛЯ

ДЕНЬ: ПОНЕДЕЛЬНИК

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ

СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 ЛЕТ И СТАРШЕ

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептур
		Б	Ж	У		
Суп картофельный с горохом	250	6,4	5,45	20,65	158	139
Гуляш	100	13,9	6,5	4	132	260
Каша гречневая вязкая	180	5,76	8,46	30,78	216	510
Огурцы консервированные	60	0,72	0,12	3,48	12	70
Напиток клюквенный	180	0,09		22,41	88	700
Хлеб школьный/ хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,76	95	АКТ
Хлеб пшенично-ржаной	20	1,4	0,2	9	44	
Итого		31,31	21,09	111,08	745	

ДЕНЬ: ВТОРНИК

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ

СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 ЛЕТ И СТАРШЕ

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептур
		Б	Ж	У		
Рассольник ленинградский со сметаной	250/5	3,01	5,1	17,73	134	132
Куриные колбаски с сыром	100	19,03	14,08	10,4	248	АКТ
Макаронные изделия отварные	180	6,3	7,38	42,3	264	516
Морковь отварная	60	0,69	0,051	3,69	24	613
Чай с сахаром и лимоном	180	0,186	0,01	13,5	56	686
Хлеб школьный/ хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,76	95	АКТ
Хлеб пшенично-ржаной	20	1,4	0,2	9	44	
Итого		32,26	26,98	108,38	821	

ДЕНЬ: СРЕДА
 НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
 СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 ЛЕТ И СТАРШЕ

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептурь
		Б	Ж	У		
Суп из овощей со сметаной	250/5	4,01	5,95	13,38	127	135
Биточки	100	15,9	14,4	16	261	451
Пюре картофельное	180	3,78	8,1	26,28	196	520
Капуста тушеная	60	1,5	2,76	6,42	56	534
Напиток лимонный	180	0,09		25,78	85	699
Хлеб школьный/ хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,76	95	АКТ
Хлеб пшенично-ржаной	20	1,4	0,2	9	44	
Итого		28,32	31,57	108,62	820	

ДЕНЬ: ЧЕТВЕРГ
 НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
 СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 ЛЕТ И СТАРШЕ

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептурь
		Б	Ж	У		
Суп лапша домашняя	250	2,8	5,8	13,9	158	113
Горбуша запеченная с соусом школьным	100	23,48	22,81	6,25	313	АКТ
Рис припущенный	180	4,5	10,8	47,34	294	АКТ
Салат из морской капусты	60	1,6	6,4	4,8	72	101
Сок	180			20,34	81	389
Хлеб школьный/ хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,76	95	АКТ
Хлеб пшенично-ржаной	20	1,4	0,2	9	44	
Итого		35,42	46,17	113,39	1013	

ДЕНЬ: ПЯТНИЦА
 НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
 СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 ЛЕТ И СТАРШЕ

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецепту
		Б	Ж	У		
Борщ из св.капусты с картофелем со сметаной	250/5	2,41	5,8	12,88	113	110
Котлеты руоленные из куриного филе панированные запеченные	100	19,24	12,41	8,86	198	АКТ
Макаронные изделия отварные	180	6,3	7,38	42,3	264	516
Зеленый горошек консервированный	60	1,8		3,6	20	101
Компот из вишни	180	0,4		25,74	101	342
Хлеб школьный/ хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,76	95	АКТ
Хлеб пшенично-ржаной	20	1,4	0,2	9	44	
Итого		33,19	25,95	114,14	791	

ДЕНЬ: СУББОТА
 НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
 СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 ЛЕТ И СТАРШЕ

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Суп картофельный с фасолью	250	6,4	5,45	20,65	158	139
Пельмени отварные с маслом	210	21,39	12,41	17,54	427	392
Икра кабачковая	60		4,2	4,2	54	50
Напиток из шиповника	180	0,36		21,24	85	705
Хлеб школьный/ хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,76	95	АКТ
Хлеб пшенично-ржаной	30	1,4	0,2	9	44	
Итого		31,19	22,42	84,39	819	
Среднее значение за период:		31,95	29,03	106,67	835	