Утверждаю:
Генеральный директор АО «КШП-Глобус»
С.В. Косых
_____ 2023 г.

Согласовано
директор МБОУ. сош № 59
СН Исаева

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

ДЕНЬ:ПОНЕДЕЛЬНИК
НЕДЕЛЯ:ПЕРВАЯ
СЕЗОН: ОСЕННЕ - ЗИМНИЙ
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Завтрак						
Каша молочная овсяная «Геркулес» с маслом	180	7,52	7,96	29,01	221	174
Чай с сахаром	180	0,18	0,02	13,54	55	685
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	10,38	47	акт
Итого		**9,22**	**8,16**	**52,93**	**323**	
Обед						
Суп картофельный с горохом	200	4,76	3,35	15,65	112	139
Биточки из говядины	50	5,9	5,48	6,74	101	451
Каша гречневая вязкая	150	4,63	1,67	20,84	147	510
Напиток из ягод	180	0,06	0,02	22	90	акт
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Хлеб ржаной	20	1,5	0,5	9,8	50	
Итого		**19,13**	**11,29**	**90,6**	**571**	
Полдник						
Напиток из плодов шиповника	180	0,36		21,24	85	705
Расстегай с молоком сгущенным вареным	60	5,75	4,22	36,05	205	421
Итого		**6,11**	**4,22**	**57,29**	**290**	
Всего		**34,46**	**23,67**	**200,82**	**1184**	

ДЕНЬ:ВТОРНИК
НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
СЕЗОН: ОСЕННЕ - ЗИМНИЙ
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Завтрак						
Каша молочная пшенная с маслом	180	9,6	4,55	49,33	277	Таб 4
Чай с сахаром и лимоном	180	0,23	0,02	13,72	57	686
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	10,38	47	акт
Итого		**11,35**	**4,75**	**73,43**	**381**	
Обед						
Рассольник ленинградский со сметаной	200	1,91	3,71	14,11	104	132
Тефтели (1в) с соусом	50	5,16	6,18	5,73	100	461
Макаронные изделия отварные	150	5,82	4,49	37,08	213	516
Чай с сахаром	180	0,18	0,02	13,54	55	685
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Хлеб ржано- пшеничный	20	1,5	0,5	9,8	50	акт
Итого		**16,85**	**15,17**	**95,83**	**593**	
Полдник						
Компот из ягод	180	0,14	0,04	23,28	95	акт
Коржики молочные	60	3,84	6,9	40,2	290	8,6
Итого		**3,98**	**6,94**	**63,48**	**385**	
Всего		**32,18**	**26,86**	**232,74**	**1359**	

ДЕНЬ:СРЕДА
НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
СЕЗОН: ОСЕННЕ - ЗИМНИЙ
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Завтрак						
Каша молочная рисовая с маслом	180	5,41	6,24	39,28	235	Таб 4
Чай с сахаром	180	0,18	0,02	13,54	55	685
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	10,38	47	акт
Итого		**7,11**	**6,44**	**63,2**	**337**	
Обед						
Суп – лапша домашняя	200	2,35	3,91	14,2	103	148
Голубцы ленивые с соусом	70	4,56	3,93	4,82	78	485
Пюре картофельное	150	3,26	4,88	22,05	146	520
Компот из смеси сухофруктов	180	0,54	0,05	26,81	111	акт
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Хлеб ржано- пшеничный	20	1,5	0,5	9,8	50	акт
Итого		**14,49**	**28,03**	**93,25**	**559**	
Полдник						
Какао с молоком	180	3,48	2,79	22,65	131	693
Сдоба обыкновенная с маком	60	5,22	4,38	33,23	193	421
Итого		**8,7**	**7,17**	**55,88**	**324**	
Всего		**30,3**	**41,64**	**212**	**1220**	

ДЕНЬ:ЧЕТВЕРГ
НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
СЕЗОН: ОСЕННЕ - ЗИМНИЙ
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: : С 7 ДО 11 ЛЕТ

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Завтрак						
Макароны, запеченные с сыром	140	8,12	12,04	32,62	277	334
Чай с сахаром и лимоном	180	0,23	0,02	13,72	57	686
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	10,38	47	акт
Итого		**9,87**	**12,24**	**56,72**	**381**	
Обед						
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	1,66	4,91	10,56	92	110
Котлеты рыбные с соусом	50	5,48	7,74	5,17	79	234
Рис припущенный	150	3,72	4,33	38,92	209	512
Напиток из ягод	180	0,06	0,02	22	90	акт
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Хлеб ржано- пшеничный	20	1,5	0,5	9,8	50	акт
Итого		**14,70**	**17,77**	**102,02**	**591**	
Полдник						
Чай с сахаром и лимоном	180	0,23	0,02	13,72	57	686
Булочка дорожная с мармеладом	60	1,95	4,25	30,26	167	акт
Итого		**2,18**	**4,27**	**43,98**	**224**	
Всего		**26,75**	**34,28**	**202,9**	**1196**	

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
СЕЗОН: ОСЕННЕ - ЗИМНИЙ
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Завтрак						
Суп молочный с лапшой домашней	180	4,05	3,59	14,42	135	160
Чай с сахаром и лимоном	180	0,23	0,02	13,72	57	686
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	10,38	47	акт
Итого		**5,80**	**3,79**	**38,52**	**239**	
Обед						
Суп из овощей со сметаной	200	1,66	3,63	9,16	88	135
Запеканка Мозаика с соусом	50	7,73	5,64	4,96	83	акт
Каша перловая рассыпчатая	150	4,54	4,33	32,48	188	Таб 4
Компот из ягод	180	0,14	0,04	23,28	95	342
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Хлеб ржано- пшеничный	20	1,5	0,5	9,8	50	акт
Итого		**17,85**	**14,41**	**95,25**	**575**	
Полдник						
Кофейный напиток	180	1,33	1,15	20,21	97	акт
Ватрушка с клубникой	60	3,47	1,67	27,47	139	741
Итого		**4,80**	**2,82**	**47,68**	**236**	
Всего		**28,45**	**21,02**	**181,45**	**1050**	

ДЕНЬ:СУББОТА
НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
СЕЗОН: ОСЕННЕ - ЗИМНИЙ
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Завтрак						
Каша молочная пшеничная с маслом	200	7,5	6,33	40,43	249	Таб 4
Чай с сахаром	180	0,18	0,02	13,54	55	685
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,18	10,38	47	акт
Итого		**9,20**	**6,53**	**64,35**	**351**	
Обед						
Суп картофельный с фасолью	200	4,76	3,35	15,65	112	139
Фрикадельки с соусом	50	4,05	4,75	5,58	104	469
Каша гречневая вязкая	150	4,63	1,67	20,84	147	510
Компот из смеси сухофруктов	180	0,54	0,05	26,81	111	акт
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Хлеб ржано- пшеничный	20	1,5	0,5	9,8	50	акт
Итого		**17,76**	**10,59**	**94,25**	**595**	
Полдник						
Чай с сахаром и лимоном	180	0,23	0,02	13,72	57	686
Бутерброды с сыром	40	4,73	3,12	15,57	106	3
Итого		**4,96**	**3,14**	**29,29**	**163**	
Всего		**31,92**	**20,26**	**187,89**	**1109**	

Среднее значение за период **30,68** **27,96** **202,97** **1186**

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