

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ «Гимназия № 40»
Т.В.Сергеева
«8» сентября 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ
Генеральный директор

АО «КМП-Глобус»

"05" сентября 2025 г.



ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ
ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 - 4 КЛАССОВ
(С ОДНОСМЕННЫМ РЕЖИМЕ РАБОТЫ ШКОЛ)

2 НЕДЕЛЯ

ДЕНЬ: ПОНЕДЕЛЬНИК

НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ

СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Птица, тушенная с овощами	120	12,96	12,1	3,5	175	акт
Макаронны, запеченные с сыром	150	7,1	4,11	29,63	184	207
Напиток кураги	200	0,6	0,06	27,79	124	акт
Хлеб пшеничный	30	2,25	0,6	14,4	72	
Итого		22,91	16,87	75,32	555	

ДЕНЬ: ВТОРНИК

НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ

СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Пельмени с рыбным фаршем	170	10	11,84	40,02	329	акт
Закуска из овощей	100	1,84	4,5	7,5	78	акт
Чай с сахаром	200	0,2	0,02	15	61	685
Хлеб пшеничный	30	2,25	0,6	14,4	72	
Итого		14,29	16,96	76,92	540	

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

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Каша молочная пшеничная	170	7,26	3,52	39,06	218	Таб 4
Сырники с соусом	100	13,54	6,8	20,25	196	акт
Чай с молоком	200	1,66	1,27	17,44	89	378
Хлеб пшеничный	30	2,25	0,6	14,4	72	
Итого		24,71	12,19	91,15	575	

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

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Гуляш	90	10,12	10,83	2,6	149	260
Каша гречневая вязкая	180	5,55	6,01	25,01	176	510
Напиток из ягод	200	0,07	0,02	24,44	100	акт
Хлеб пшеничный	30	2,25	0,6	14,4	72	
Итого		17,99	17,46	66,45	497	

ДЕНЬ: ПЯТНИЦА
 НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
 СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Ежики куриные	120	14,96	15,95	10,8	246	акт
Сложный овощной гарнир	150	3,45	6,52	23,04	164	акт
Чай с сахаром и лимоном	200	0,26	0,03	15,25	64	686
Хлеб пшеничный	30	2,25	0,6	14,4	72	
		20,92	23,1	63,49	546	

Среднее значение за период 20,16 17,32 74,67 543

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