



**ПРИМЕРНОЕ ДВЕНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ
ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ, С ОДНОСМЕННЫМ РЕЖИМОМ РАБОТЫ
АО «КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ – ГЛОБУС»
1 НЕДЕЛЯ**

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

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Завтрак						
Бутерброды с сыром	40	4,73	3,12	15,57	106	3
Каша молочная «Геркулес» с маслом	200	10,19	10,71	55,01	261	173
Чай с сахаром и молоком	180	1,44	1,44	15,57	79	378
Кисломолочный продукт	1шт	3	2,5	15,5	97	
Итого		19,36	17,77	101,65	543	

ДЕНЬ: ВТОРНИК
НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
СЕЗОН: ЗИМНИЙ - ВЕСЕННИЙ
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Завтрак						
Биточки из филе птицы с соусом	110	8,36	7,44	13,23	188	акт
Макаронные изделия отварные	150	5,25	6,15	35,25	220	516
Закуска из овощей	60	1,1	2,7	4,5	47	акт
Чай с сахаром и лимоном	180	0,27		13,5	54	686
Хлеб школьный / Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Итого		17,26	16,56	82,05	580	

ДЕНЬ: СРЕДА

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ

СЕЗОН: ЗИМНИЙ - ВЕСЕННИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Завтрак						
Тефтели (2вариант) с соусом	110	8,6	12,33	12,17	193	462
Пюре картофельное	170	3,57	7,65	24,82	186	520
Капуста свежая тушеная	30	0,75	1,38	3,21	28	534
Компот из смеси сухофруктов	180	0,54		28,26	112	акт
Хлеб школьный / Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Итого		15,74	21,63	84,03	580	

ДЕНЬ: ЧЕТВЕРГ

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ

СЕЗОН:ЗИМНИЙ - ВЕСЕННИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Завтрак						
Запеканка творожная с соусом	200	20,4	14,25	77,83	379	31
Чай с сахаром	180	0,18		13,5	52	685
Булочка школьная	50	3,41	1,33	24,5	123	428
Итого		23,99	15,58	115,83	554	

ДЕНЬ: ПЯТНИЦА

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ

СЕЗОН: ЗИМНИЙ - ВЕСЕННИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Завтрак						
Птица отварная с рагу из овощей	230	10,33	10,68	23	313	акт
Закуска из овощей	60	1,1	2,7	4,5	47	акт
Напиток из ягодной смеси	180	0,396		25,74	101	342
Хлеб школьный / Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Итого		13,846	14,01	69,65	532	

ДЕНЬ: СУББОТА

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ

СЕЗОН: ЗИМНИЙ - ВЕСЕННИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

Наименование продукта	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Завтрак						
Мясо тушеное	90	11,76	12,68	2,76	234	256
Каша пшенная вязкая	150	4,22	6,47	24,75	180	510
Овощи по сезону	60	0,48		2,04	10	71
Напиток фруктовый	180	0,09		22,68	86	699
Хлеб школьный / Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,57	71	акт
Итого		18,83	19,42	67,8	581	

Среднее значение за период:

18,17 17,5 98,14 563