

Согласовано
Директор МАОУ «СОШ №134»
А.А. Зубов
28.12.2024г.



Утверждаю:

Генеральный директор

АО "КШП-Глобус"



ПРИМЕРНОЕ ДВЕНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ШКОЛЬНЫХ ОБЪЕДИНЕНИЙ
ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 - 4 КЛАССОВ
(С ДВУХСМЕННЫМ РЕЖИМОМ РАБОТЫ)
2 НЕДЕЛЯ

ДЕНЬ: ПОНЕДЕЛЬНИК
НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | Масса порций | Пищевые вещества (г) | | | ЭЦ (ккал) | № рецептуры |
|-----------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|-----------|-------------|
| | | Б | Ж | У | | |
| Суп картофельный с горохом | 200 | 4,76 | 3,35 | 15,65 | 112 | 139 |
| Птица, тушенная в соусе | 90 | 11,43 | 10,23 | 2,74 | 149 | акт |
| Макаронные изделия отварные | 150 | 5,82 | 4,49 | 37,08 | 212 | 516 |
| Напиток из ягод | 200 | 0,07 | 0,02 | 24,44 | 100 | акт |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,2 | 0,4 | 20 | 96 | |
| Хлеб ржаной | 20 | 1,6 | 0,2 | 9 | 44 | |
| Итого | | 26,88 | 18,69 | 108,91 | 713 | |

ДЕНЬ: ВТОРНИК
НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | Масса порций | Пищевые вещества (г) | | | ЭЦ (ккал) | № рецептуры |
|---|--------------|----------------------|-------|-------|-----------|-------------|
| | | Б | Ж | У | | |
| Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной | 200 | 1,74 | 3,94 | 16,2 | 76 | 124 |
| Плов из мяса | 250 | 17,75 | 14,43 | 39,81 | 367 | 265 |
| Напиток из сухофруктов | 200 | 0,6 | 0,06 | 29,79 | 124 | акт |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,2 | 0,4 | 20 | 96 | |
| Хлеб ржаной | 20 | 1,6 | 0,2 | 9 | 44 | |
| Итого | | 24,89 | 19,03 | 114,8 | 707 | |

ДЕНЬ: СРЕДА
НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | Масса порций | Пищевые вещества (г) | | | ЭЦ (ккал) | № рецептуры |
|--|--------------|----------------------|-------|--------|-----------|-------------|
| | | Б | Ж | У | | |
| Суп - лапша домашняя с гречками | 200 | 4,64 | 5,04 | 26,52 | 176 | 148 |
| Запеканка картофельная с мясом и овощами | 220 | 16,78 | 15,36 | 35,02 | 395 | акт |
| Чай с сахаром и лимоном | 200 | 0,26 | 0,03 | 15,25 | 64 | 686 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,2 | 0,4 | 20 | 96 | |
| Хлеб ржаной | 20 | 1,6 | 0,2 | 9 | 44 | |
| Итого | | 26,48 | 21,03 | 105,79 | 775 | |

ЧЕТВЕРГ:
 НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
 СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | Масса порций | Пищевые вещества (г) | | | ЭЦ (ккал) | № рецептуры |
|---------------------------|--------------|----------------------|-------|-------|-----------|-------------|
| | | Б | Ж | У | | |
| Уха школьная | 200 | 7,46 | 3,5 | 8,94 | 100 | акт |
| Биточки из птицы с соусом | 90 | 14,58 | 9,68 | 8,94 | 190 | акт |
| 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 | 40 | 3,2 | 0,4 | 20 | 96 | |
| Хлеб ржаной | 20 | 1,6 | 0,2 | 9 | 44 | |
| Итого | | 32,46 | 19,81 | 96,33 | 706 | |

ДЕНЬ: ПЯТНИЦА
 НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
 СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | Масса порций | Пищевые вещества (г) | | | ЭЦ (ккал) | № рецептуры |
|----------------------------|--------------|----------------------|-------|-------|-----------|-------------|
| | | Б | Ж | У | | |
| Борщ сибирский со сметаной | 200 | 3,17 | 2,94 | 13,4 | 102 | 111 |
| Мясные ежики в соусе | 120 | 10,72 | 20,79 | 16,26 | 246 | 562 |
| Пюре картофельное | 150 | 3,15 | 6,75 | 21,9 | 163 | 520 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,02 | 15 | 61 | 685 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,2 | 0,4 | 20 | 96 | |
| Хлеб ржаной | 20 | 1,6 | 0,2 | 9 | 44 | |
| Итого | | 22,04 | 31,1 | 95,56 | 712 | |

ДЕНЬ: СУББОТА
 НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
 СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | Масса порций | Пищевые вещества (г) | | | ЭЦ (ккал) | № рецептуры |
|-----------------------------|--------------|----------------------|-------|-------|-----------|-------------|
| | | Б | Ж | У | | |
| Суп картофельный | 200 | 4,8 | 2,24 | 19,54 | 106 | 97 |
| Птица, тушенная в соусе | 90 | 9,32 | 6,6 | 3,04 | 148 | 301 |
| Макаронные изделия отварные | 150 | 5,82 | 4,49 | 37,08 | 212 | 516 |
| Напиток из ягод | 200 | 0,07 | 0,02 | 24,44 | 100 | акт |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,2 | 0,4 | 20 | 96 | |
| Хлеб ржаной | 20 | 1,6 | 0,2 | 9 | 44 | |
| Итого | | 24,81 | 13,95 | 113,1 | 706 | |

Среднее значение за период: 26,26 20,60 105,75 720

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