

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ «СОШ №126»

3/ А.В.Загайнов
«07» февраля 2025 год

Утверждаю:

Генеральный директор
АО «КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ-ГЛОБУС»
Косых

ПРИМЕРНОЕ ДВЕНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ШКОЛЬНЫХ
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 БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Суп-лапша домашняя с гречками	250	5,8	6,3	33,15	200	148
Чахохбили	100	20,79	8,03	5,73	179	акт
Каша гречневая вязкая	180	5,55	6,01	25	176	510
Кондитерское изделие	30	1,65	0,06	21,6	93	
Сок	200			22,67	92	
Хлеб пшеничный	40	3,4	1	22,4	112	
Хлеб ржаной	20	1,6	0,2	9	44	
Итого		38,79	21,6	139,55	896	

ДЕНЬ: ВТОРНИК

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ

СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Закуска из овощей	100	1,83	4,5	7,5	78	акт
Рассольник со сметаной	250	2,39	4,64	17,64	130	132
Плов из мяса	280	19,88	16,16	44,58	402	265
Напиток из ягод	200	0,07	0,02	24,44	100	акт
Хлеб пшеничный	40	3,4	1	22,4	112	
Хлеб ржаной	20	1,6	0,2	9	44	
Итого		29,17	26,52	125,56	866	

ДЕНЬ: СРЕДА
 НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
 СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Минестроне	250	6,5	5,5	13,5	130	Акт
Снопики пикантные	100	14,5	14,9	17,22	265	акт
Пюре картофельное	180	3,78	8,1	26,28	196	520
Овощи по сезону	100	0,8		3,4	16	71
Лимонад домашний	200			18	113	акт
Хлеб пшеничный	40	3,4	1	22,4	112	
Хлеб ржаной	20	1,6	0,2	9	44	
Итого		30,58	29,7	109,8	876	

ДЕНЬ: ЧЕТВЕРГ
 НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
 СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	2,06	5,7	13,18	113	110
Птица запеченная	120	33	12	3,6	235	494
Макаронные изделия отварные	180	6,98	5,39	44,5	255	516
Овощи по сезону	100	0,8		3,4	16	71
Чай с сахаром	200	0,2	0,02	15	61	685
Хлеб пшеничный	40	3,4	1	22,4	112	
Хлеб ржаной	20	1,6	0,2	9	44	
Итого		48,04	24,31	111,08	836	

ДЕНЬ: ПЯТНИЦА
 НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
 СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Закуска из овощей	100	1,83	4,5	7,5	78	акт
Суп из овощей со сметаной	250	2,08	4,54	11,45	110	135
Тефтели (2в) в соусе	120	13,28	18,2	19,5	280	462
Пюре картофельное	180	3,78	8,1	26,28	196	520
Напиток из ягод	200	0,07	0,02	24,44	100	акт
Хлеб пшеничный	40	3,4	1	22,4	112	
Хлеб ржаной	20	1,6	0,2	9	44	
Итого	910	26,04	36,56	120,57	920	

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
 ДЕНЬ: СУББОТА
 СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Закуска из овощей	100	1,83	4,5	7,5	78	акт
Суп картофельный с фасолью	250	5,95	4,19	19,56	140	139
Мясо по-купечески	250	24,55	18,19	42,61	381	акт
Напиток из ягод	200	0,07	0,02	24,44	100	акт
Хлеб пшеничный	40	3,4	1	22,4	112	
Хлеб ржаной	20	1,6	0,2	9	44	
Итого		37,4	28,1	125,51	855	

Среднее значение за период:

35,00 27,80 122,01 875

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

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ «СОШ №126»
А.В.Загайнов

«07» февраля 2025 год

Утверждаю:

Генеральный директор

АО «КШП-Глобус»

" 07 " 02



ПРИМЕРНОЕ ДВЕНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ШКОЛЬНЫМ
ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 5-11 КЛАССОВ
АО «КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ-ГЛОБУС»
2 НЕДЕЛЯ

ДЕНЬ: ПОНЕДЕЛЬНИК

НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ

СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Закуска из овощей	100	1,83	4,5	7,5	78	акт
Суп картофельный с горохом	250	5,95	4,19	19,56	140	139
Равиоли с соусом	220	21,96	16,17	49,25	425	акт
Чай с сахаром	200	0,2	0,02	15	61	685
Хлеб пшеничный	40	3,4	1	22,4	112	
Хлеб ржаной	20	1,6	0,2	9	44	
Итого		34,94	26,08	122,71	860	

ДЕНЬ: ВТОРНИК

НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ

СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	2,06	5,05	10,08	95	124
Горбуша, запеченная с соусом	100	14,83	12,6	3,65	190	акт
Рис припущенный	180	4,46	5,2	46,7	251	512
Овощи по сезону	100	0,8		3,4	16	71
Напиток из сухофруктов	200	0,6	0,06	29,79	124	акт
Хлеб пшеничный	40	3,4	1	22,4	112	
Хлеб ржаной	20	1,6	0,2	9	44	
Итого		27,75	24,11	125,02	832	

ДЕНЬ: СРЕДА

НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ

СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Суп - лапша домашняя	250	2,94	4,89	17,75	129	148
Мясо в кисло-сладком соусе	100	5,3	13,4	5,2	163	акт
Пюре картофельное	180	3,78	8,1	26,28	196	520
Мучное изделие	50	5	10,18	22,06	173	
Чай с сахаром	200	0,2	0,02	15	61	685
Хлеб пшеничный	40	3,4	1	22,4	112	
Хлеб ржаной	20	1,6	0,2	9	44	
Итого		22,22	37,79	117,69	878	

ДЕНЬ: ЧЕТВЕРГ
 НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
 СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Закуска из овощей	100	1,83	4,5	7,5	78	акт
Уха школьная	250	9,32	4,37	11,17	165	акт
Шашлычки куриные с соусом	100	16,89	9,09	5,46	157	акт
Макаронные изделия отварные	180	6,98	5,39	44,5	255	516
Чай с сахаром	200	0,2	0,02	15	61	685
Хлеб пшеничный	40	3,4	1	22,4	112	
Хлеб ржаной	20	1,6	0,2	9	44	
Итого		40,22	24,57	115,03	872	

ДЕНЬ: ПЯТНИЦА
 НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
 СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Борщ сибирский со сметаной	250	3,88	3,73	16,75	118	111
Биточки школьные	100	12,2	15,4	18,17	250	акт
Картофельные дольки	180	5,15	5,31	42,59	230	акт
Овощи по сезону	100	0,8		3,4	16	71
Напиток из ягод	200	0,07	0,02	24,44	100	акт
Хлеб пшеничный	40	3,4	1	22,4	112	
Хлеб ржаной	20	1,6	0,2	9	44	
Итого		27,1	25,66	136,75	870	

НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
 ДЕНЬ: СУББОТА
 СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 12 лет и старше

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Суп картофельный	250	2,8	3,63	20,5	135	97
Спагетти с соусом "Болоньез"	280	11,14	10,46	59,45	389	акт
Овощи по сезону	100	0,8		3,4	16	71
Напиток из ягод	200	0,07	0,02	24,44	100	акт
Хлеб пшеничный	50	4,25	1,25	28	140	
Хлеб ржаной	20	1,6	0,2	9	44	
Итого		20,66	15,56	144,79	824	

Среднее значение за период: 28,82 25,63 127,00 856

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