

Утверждаю
Директор МБОУ «СШ № 10»
М.С. Ткачев

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор

АО «КШП-Глобус»

С. В. Косых

" 04 " 12 2025 г.

ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ
ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ
(С ОДНОСМЕННЫМ РЕЖИМОМ РАБОТЫ)
АО «КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ-ГЛОБУС»
1 НЕДЕЛЯ

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

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Сыр сливочный	15	1,5	4,05	0,75	45	
Каша молочная рисовая	200	7,92	3,96	60,02	308	Таб 4
Блины с начинкой	70	2,8	3,85	18,9	122	акт
Чай с сахаром и лимоном	200	0,26	0,03	15,25	64	686
Хлеб пшеничный	20	1,5	0,4	9,6	48	
Итого		13,98	12,29	104,52	587	

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

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Биточки из птицы с сыром с соусом	90	16,65	5,57	11,75	165	акт
Макаронные изделия отварные	180	6,98	5,39	44,5	255	516
Напиток чайный	200	0,2	0,02	22,8	92	акт
Хлеб пшеничный	30	2,25	0,6	14,4	72	
Итого		26,08	11,58	93,45	584	

ДЕНЬ: СРЕДА
НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	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 сухофруктов	200	0,6	0,06	29,79	124	акт
Хлеб пшеничный	30	2,25	0,6	14,4	72	
Итого		18,52	17,5	71,8	521	

ДЕНЬ: ЧЕТВЕРГ
 НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
 СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Запеканка творожная с соусом	200	21,93	9,73	18,43	257	31
Чай с сахаром	200	0,2	0,02	15	61	685
Булочка школьная	100	6,83	2,67	49	247	428
Итого		28,96	12,42	82,43	565	

ДЕНЬ: ПЯТНИЦА
 НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
 СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Фрикадельки рыбные с овощами, в соусе	90	8,06	8,9	6,92	140	акт
Сложный овощной гарнир	180	4,14	7,85	27,65	197	акт
Чай с сахаром	200	0,2	0,02	15	61	685
Хлеб пшеничный	30	2,25	0,6	14,4	72	
Итого		14,65	17,37	63,97	470	

Среднее значение за период
 20,44
14,23
83,23
545,40

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

