

СОГЛАСОВАНО  
 Директор МБОУ «СОШ №64»  
*Шатаева* С.Н. Шатулова  
 «07» 02 2025

Утверждаю:  
 Генеральный директор  
 АО «КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ-ГЛОБУС»  
 "07" 02 2025

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		
Чахохбили	100	20,79	8,03	5,73	179	акт
Каша гречневая вязкая	180	5,55	6,01	25,01	176	510
Кондитерское изделие	30	1,65	0,06	21,6	93	
Сок	200			22,67	92	
Хлеб пшеничный	30	2,55	0,75	16,8	84	
Итого		30,54	14,85	91,81	624	

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
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	30	2,55	0,75	16,8	84	
Итого		24,33	21,43	93,32	664	

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		
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	30	2,55	0,75	16,8	84	
Итого		21,63	23,75	81,7	674	

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		
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	30	2,55	0,75	16,8	84	
Итого		43,53	18,16	83,3	651	

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		
Тефтели (2в) в соусе	120	13,28	18,2	19,5	280	462
Пюре картофельное	180	3,78	8,1	26,28	196	520
Овощи по сезону	100	0,8		3,4	16	71
Напиток из ягод	200	0,07	0,02	24,44	100	акт
Хлеб пшеничный	30	2,55	0,75	16,8	84	
Итого		20,48	27,07	90,42	676	

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

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Вареники с творогом с соусом	250	18,87	6,13	65,8	397	акт
Чай с сахаром	200	0,2	0,02	15	61	685
Пюре фруктовое	125	0	0	13,75	55	
Хлеб пшеничный	30	2,55	0,75	16,8	84	
Итого		21,62	6,9	111,35	597	

Среднее значение за период:

27,02    18,69    91,98    648

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