

Составлено  
 Директор МБОУ «Лицей № 121»  
 Н.В. Грачева



С. В. Косых  
 2021 г.

ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ  
 ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ ПРИ САХАРНОМ ДИАБЕТЕ  
 (С ДВУХСМЕННЫМ 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		
Бутерброды с сыром (хлеб ржаной)	40	4,85	3,15	13,5	101	3
Каша молочная пшеничная с маслом без сахара	200	7,95	6,45	28,8	202	Таб 4
Пюре фруктовое	125	0	0	13,75	55	685
Чай без сахара	200			0,6	2	685
Итого		12,8	9,6	56,65	360	

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		
Пудинг из птицы с соусом	90	17,91	3,8	10,55	150	акт
Каша гречневая вязкая	180	5,55	6,01	25,01	176	510
Напиток из ягод без сахара	200	0,2		1,8	7	акт
Хлеб ржаной	30	2,4	0,3	13,5	66	
Итого		26,06	10,11	50,86	399	

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		
Фишболы в овощном соусе	120	14,16	9,48	10,08	193	акт
Пюре гороховое с маслом	150	13,18	4,98	43,05	270	199
Чай без сахара	200			0,6	2	685
Хлеб ржаной	30	2,4	0,3	13,5	66	
Итого		29,74	14,76	67,23	531	

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 без сахара	250	33,5	18,75	9,5	345	31
Чай без сахара	200			0,6	2	685
Хлеб ржаной	50	4	0,5	22,5	110	
Итого		37,5	19,25	32,6	457	

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		
Биточки с соусом	90	10,2	9,51	11,88	177	451
Капуста тушеная	180	4,5	8,28	19,26	169	акт
Чай без сахара	200			0,6	2	685
Хлеб ржаной	30	2,4	0,3	13,5	66	
Итого		17,1	18,09	45,24	414	

Среднее значение за период: 24,64 14,36 50,52 432

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

Согласовано

Директор МБОУ "Школа №21"  
И.В. Грачева



Утверждаю:



Генеральный директор  
АО "КШП-Глобус"

С. В. Косых  
2024 г.

ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ  
ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ ТРИ С АВАРИИ ДИАБЕТЕ  
(С ДВУХСМЕННЫМ РЕЖИМОМ РАБОТЫ)  
АО "КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ-ГЛОБУС"  
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		
Птица, тушенная в соусе	90	11,43	10,23	2,74	149	акт
Каша гречневая вязкая	200	6,17	6,68	27,78	196	510
Чай без сахара	200			0,6	2	685
Хлеб ржаной	30	2,4	0,3	13,5	66	
Итого		20	17,21	44,62	413	

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		
Плов из мяса (крупа перловая)	270	16,34	18,14	41,4	410	акт
Напиток из сухофруктов без сахара	200	0,6		29	105	акт
Хлеб ржаной	30	2,4	0,3	13,5	66	
Итого		19,34	18,44	83,9	581	

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		
Каша молочная пшеничная с маслом без сахара	180	7,74	7,36	14,92	188	Таб 4
Чай без сахара	200			0,6	2	685
Пюре фруктовое	125	0	0	13,75	55	
Хлеб ржаной	50	4	0,5	22,5	110	
Итого		11,74	7,86	51,77	355	

ДЕНЬ: 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		
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 без сахара	200	0,2		1,8	7	акт
Хлеб ржаной	30	2,4	0,3	13,5	66	
Итого		22,73	15,99	49,25	439	

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		
Сырники	100	17,6	11,3	12,2	224	358
Чай без сахара	200			0,6	2	685
Пюре фруктовое	125	0	0	13,75	55	
Хлеб ржаной	30	2,4	0,3	13,5	66	
Итого		20	11,6	40,05	347	

Среднее значение за период:

14,70

11,08

46,77

352

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