

Утверждаю:

Генеральный директор  
АО "КШП-Глобус"

" 27 " 108

С. В. Косых  
2022 г.



ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ  
ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ ПРИ САХАРНОМ ДИАБЕТЕ

АО "КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ-ГЛОБУС"

2 НЕДЕЛЯ

ДЕНЬ: ПОНЕДЕЛЬНИК

НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ

СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Птица отварная	90	18,99	12,24		186	300
Капуста тушенная	180	4,5	5,52	12,84	169	
Напиток из кураги (без сахара)	200			15,4	60	11.6.а
Хлеб ржаной	30	2,4	0,3	13,5	66	
Итого	500	25,89	18,06	41,74	481	

ДЕНЬ: ВТОРНИК

НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ

СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Котлеты	90	12,35	21,6	0,85	256	акт
Булгур отварной	150	5,95	5,09	30,8	200	акт
Овощи свежие порционно(огурцы)	60	0,48		2,04	10	71
Напиток из ягод(облепиха) без сахара	200		0,1	2,2	10	акт
Хлеб ржаной	30	2,4	0,3	13,5	66	
Итого	530	21,18	27,09	49,39	542	

ДЕНЬ: СРЕДА

НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ

СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Сырники	135	20,25	15,3	17,43	324	акт
Фрукты свежие (яблоко)	150	0,6		18,9	78	385
Чай без сахара	200			0,6	2	685
Хлеб ржаной	30	2,4	0,3	13,5	66	
Итого	515	23,25	15,6	50,43	470	

ДЕНЬ: ЧЕТВЕРГ

НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ

СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Мясо по-купечески	270	15,71	20,11	37,18	392	акт
Закуска из свежих огурцов	60	0,36	4,26	1,8	47	
Напиток из ягод(красная смородина)	200	0,2	0,1	2,4	12	акт
Хлеб ржаной	30	2,4	0,3	13,5	66	
Итого	560	18,67	24,77	54,88	517	

ДЕНЬ: ПЯТНИЦА

НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ

СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Ежики куриные	120	14,96	13,92	10,8	228	акт
Картофель отварной	180	3,6	6,44	30,94	198	164
Чай без сахара	200			0,6	2	685
Хлеб ржаной	40	3,2	0,4	18	88	
Итого	540	21,76	20,76	60,34	516	

Среднее значение за период: 22,15 21,26 51,36 485

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