



Согласовано
 Директор МАОУ «СОШ №135»
 З. В. Зайтцева Е. А.



Утверждаю:
 Генеральный директор
 АО «КШП-Глобус»

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: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Яйца вареные	40	5,1	4,6	0,3	63	337
Каша молочная пшеничная с маслом без сахара	200	7,95	6,45	28,8	202	Таб 4
Чай без сахара	200			0,6	2	685
Хлеб ржаной	30	2,4	0,3	13,5	66	
Пюре фруктовое	125	0	0	13,75	55	
Итого		15,45	11,35	56,95	388	

ДЕНЬ: ВТОРНИК
 НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
 СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Фритата с овощами с соусом	90	12,77	9,8	3,81	141	акт
Каша гречневая вязкая	150	4,63	5,01	20,84	147	510
Напиток из ягод без сахара	200	0,2		1,8	7	акт
Фрукты свежие	100	0,4		12,6	52	
Хлеб ржаной	30	2,4	0,3	13,5	66	
Итого		20,4	15,11	52,55	413	

ДЕНЬ: СРЕДА
 НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
 СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Рыба под сырной шапкой	90	9,19	10,73	7,7	136	акт
Капуста тушеная	200	5	9,2	21,4	188	акт
Чай без сахара	200			0,6	2	685
Хлеб ржаной	30	2,4	0,3	13,5	66	
Итого		16,59	20,23	43,2	392	

ДЕНЬ: ЧЕТВЕРГ
 НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
 СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ
 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: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Котлеты с соусом	90	10,2	9,51	11,88	177	451
Пюре гороховое	200	17,5	10,5	57,3	319	199
Чай без сахара	200			0,6	2	685
Хлеб ржаной	30	2,4	0,3	13,5	66	
Итого		30,1	20,31	83,28	564	

Среднее значение за период: 24,01 17,25 53,72 443

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

Согласовано
 Для Директора ИАУЧ. СОШ №135
 Зн. Змаилова Е.А.

Утверждаю:
 Генеральный директор
 АО "КШП-Глобус"
 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"
 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)	№ рецептур
		Б	Ж	У		
Мясо тушеное	90	12,51	19,8	3,6	130	433
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		21,08	26,78	45,48	394	

ДЕНЬ: ВТОРНИК
 НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
 СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептур
		Б	Ж	У		
Ризотто с птицей (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: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецепту
		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
Кисломолочный продукт	90	2,5	0,3	17	80	
Хлеб ржаной	50	4	0,5	22,5	110	
Итого		14,24	8,16	55,02	380	

ДЕНЬ: ЧЕТВЕРГ
 НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
 СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецепту
		Б	Ж	У		
Котлеты Студенческие с соусом	90	9,06	10,74	9,35	173	103
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		17,21	17,05	49,66	422	

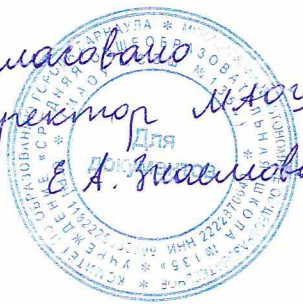
ДЕНЬ: ПЯТНИЦА
 НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
 СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецепт
		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: 15,41 13,06 47,59 354

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

Солмаквалло
 Директор МАОУ СОШ №135
 Для
 Э. А. Заимова



Утверждаю:
 Генеральный директор
 АО "КШП-Глобус"
 С. В. Косых
 2021 г.



ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ШКОЛЬНЫХ ОБЕДОВ
 ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ ПРИ САХАРНОМ ДИАБЕТЕ
 (С ДВУХСМЕННЫМ РЕЖИМОМ РАБОТЫ)
 АО "КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ-ГЛОБУС"
 1 НЕДЕЛЯ

ДЕНЬ: ПОНЕДЕЛЬНИК
 НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
 СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептур
		Б	Ж	У		
Суп -лапша домашняя	200	2,35	3,91	14,2	103	148
Плов с мясом(крупя перловая)	250	18,97	18,73	48,11	437	акт
Чай без сахара с лимоном	200	0,4		0,6	3	686
Хлеб ржаной	50	4	0,5	22,5	110	
Итого		25,72	23,14	85,41	653	

ДЕНЬ: ВТОРНИК
 НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
 СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептур
		Б	Ж	У		
Рассольник со сметаной	200	1,91	3,71	14,11	104	132
Фритата с овощами с соусом	90	12,77	9,8	3,81	141	акт
Каша гречневая вязкая	200	6,17	6,68	27,78	196	510
Напиток из ягод без сахара	200	0,2		1,8	7	акт
Хлеб ржаной	50	4	0,5	22,5	110	
Итого		25,05	20,69	70	558	

ДЕНЬ: СРЕДА
 НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
 СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептур ы
		Б	Ж	У		
Минестроне с гречками	200	6,4	4,6	18,5	144	акт
Рыба под сырной шапкой	90	9,19	10,73	7,7	136	акт
Капуста тушеная	200	5	9,2	21,4	188	акт
Чай без сахара	200			0,6	2	685
Хлеб ржаной	50	4	0,5	22,5	110	
Итого		24,59	25,03	70,7	580	

ДЕНЬ: ЧЕТВЕРГ
 НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
 СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептур ы
		Б	Ж	У		
Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	1,66	4,91	10,56	92	110
Мясо по- купечески	250	24,55	18,19	42,61	381	акт
Напиток из ягод без сахара	200	0,2		1,8	7	акт
Хлеб ржаной	50	4	0,5	22,5	110	
Итого		30,41	23,6	77,47	590	

ДЕНЬ: ПЯТНИЦА
 НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
 СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептур ы
		Б	Ж	У		
Суп из овощей со сметаной	200	1,66	3,63	9,16	88	135
Котлеты с соусом	90	10,2	9,51	11,88	177	451
Пюре гороховое	200	17,5	10,5	57,3	319	199
Чай без сахара	200			0,6	2	685
Хлеб ржаной	30	2,4	0,3	13,5	66	
Итого		31,76	23,94	92,44	652	

Среднее значение за период: 27,51 23,28 79,20 607

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

Сотласовича
 Директор МАОУ «СОШ №135»
 г.п. Е.А. Иванова



Утверждаю:
 Генеральный директор
 АО «КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ-ГЛОБУС»
 С. В. Косых
 2021 г.



ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ШКОЛЬНЫХ ОБЕДОВ
 ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ ПРИ САХАРНОМ ДИАБЕТЕ
 (С ДВУХСМЕННЫМ РЕЖИМОМ РАБОТЫ)
 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)	№ рецепту
		Б	Ж	У		
Суп картофельный с горохом	200	4,76	3,35	15,65	112	139
Мясо тушеное	90	12,51	19,8	3,6	130	433
Каша гречневая вязкая	200	6,17	6,68	27,78	196	510
Напиток из ягод без сахара	200	0,2		1,8	7	акт
Хлеб ржаной	50	4	0,5	22,5	110	
Итого		27,64	30,33	71,33	555	

ДЕНЬ: ВТОРНИК
 НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
 СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецепту
		Б	Ж	У		
Борщ сибирский со сметаной	200	3,17	3,94	13,4	102	111
Ризотто с птицей (крупа перловая)	270	16,34	18,14	41,4	391	акт
Напиток из сухофруктов без сахара	200	0,6		15	62	акт
Хлеб ржаной	50	4	0,5	22,5	110	
Итого		24,11	22,58	92,3	665	

НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ

СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецепту
		Б	Ж	У		
Уха школьная	200	7,46	3,5	8,94	100	акт
Голубцы ленивые с соусом	100	5,22	4,8	7,53	111	485
Пюре гороховое	180	15,75	9,45	51,57	287	199
Чай без сахара	200			0,6	2	685
Хлеб ржаной	50	4	0,5	22,5	110	
Итого		32,43	18,25	91,14	610	

ДЕНЬ: ЧЕТВЕРГ

НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ

СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецепту
		Б	Ж	У		
Щи из свежей капусты со сметаной	200	1,74	3,94	16,2	76	124
Котлеты Студенческие с соусом	90	9,06	10,74	9,35	173	103
Каша гречневая вязкая	200	6,17	6,68	27,78	196	510
Напиток из ягод без сахара	200	0,2		1,8	7	акт
Хлеб ржаной	50	4	0,5	22,5	110	
Итого		21,17	21,86	77,63	562	

ДЕНЬ: ПЯТНИЦА

НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ

СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецепту
		Б	Ж	У		
Суп -лапша домашняя	200	2,35	3,91	14,2	103	148
Мясо, тушеное с капустой	250	14,3	37,32	13,33	445	
Чай без сахара	200			0,6	2	685
Хлеб ржаной	50	4	0,5	22,5	110	
Итого		20,65	41,73	50,63	660	

Среднее значение за период:

20,47

20,98

66,84

521

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