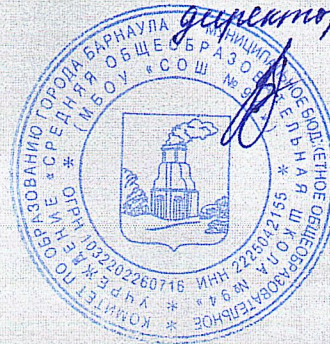


Утверждаю

Генеральный директор АО «ШП-Блобус»

Косых С.В.

«29»



Согласовано  
директор МБОУ «СОШ №94»  
А.В. Воронцов  
29.12.2013г.

ПРИМЕРНОЕ ДВЕНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ШКОЛЬНЫХ ОБЕДОВ  
ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 - 4 КЛАССОВ  
(С ДВУХСМЕННЫМ РЕЖИМОМ РАБОТЫ)  
2 НЕДЕЛЯ

ДЕНЬ: ПОНЕДЕЛЬНИК  
НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ  
СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ  
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД           | Масса порций | Пищевые вещества (г) |       |        | ЭЦ (ккал) | № рецептуры |
|-----------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|-----------|-------------|
|                             |              | Б                    | Ж     | У      |           |             |
| Закуска из овощей           | 100          | 1,83                 | 4,50  | 7,50   | 78        | акт         |
| Гуляш                       | 120          | 16,68                | 16,4  | 4,8    | 159       | 132         |
| Макаронные изделия отварные | 200          | 7,76                 | 5,99  | 49,44  | 283       | 516         |
| Напиток из ягод             | 200          | 0,07                 | 0,02  | 24,44  | 100       | акт         |
| Хлеб пшеничный              | 50           | 3,80                 | 0,45  | 25,95  | 118       | акт         |
| Хлеб ржаной                 | 30           | 2,25                 | 0,75  | 14,7   | 75        |             |
| Итого                       |              | 32,39                | 28,11 | 126,83 | 813       |             |

ДЕНЬ: ВТОРНИК  
НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ  
СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ  
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД | Масса порций | Пищевые вещества (г) |       |        | ЭЦ (ккал) | № рецептуры |
|-------------------|--------------|----------------------|-------|--------|-----------|-------------|
|                   |              | Б                    | Ж     | У      |           |             |
| Котлеты с соусом  | 120          | 10,96                | 10,42 | 14,47  | 162       | 451         |
| Рис припущенный   | 200          | 4,96                 | 5,78  | 51,89  | 279       | 512         |
| Чай с сахаром     | 200          | 0,2                  | 0,02  | 15     | 61        | 685         |
| Мучное изделие    | 100          | 8,8                  | 2,2   | 50,3   | 128       |             |
| Хлеб пшеничный    | 50           | 3,80                 | 0,45  | 25,95  | 118       | акт         |
| Хлеб ржаной       | 30           | 2,25                 | 0,75  | 14,7   | 75        |             |
| Итого             |              | 30,97                | 19,62 | 172,31 | 823       |             |

ДЕНЬ: СРЕДА  
НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ  
СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ  
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД      | Масса порций | Пищевые вещества (г) |       |        | ЭЦ (ккал) | № рецептуры |
|------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|-----------|-------------|
|                        |              | Б                    | Ж     | У      |           |             |
| Рыба под сырной шапкой | 120          | 12,25                | 14,31 | 10,27  | 181       | акт         |
| Сложный овощной гарнир | 200          | 5,80                 | 14,60 | 28,40  | 268       | акт         |
| Фрукты                 | 100          | 0,4                  |       | 12,6   | 52        |             |
| Напиток фруктовый      | 200          | 0,22                 | 0,04  | 28,59  | 117       | 699         |
| Хлеб пшеничный         | 50           | 3,80                 | 0,45  | 25,95  | 118       | акт         |
| Хлеб ржаной            | 30           | 2,25                 | 0,75  | 14,7   | 75        |             |
| Итого                  |              | 24,72                | 30,15 | 105,81 | 811       |             |



ЧЕТВЕРГ:  
 НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ  
 СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ  
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД         | Масса порций | Пищевые вещества (г) |       |        | ЭЦ (ккал) | № рецептуры |
|---------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|-----------|-------------|
|                           |              | Б                    | Ж     | У      |           |             |
| Биточки из птицы с соусом | 120          | 11,71                | 8,36  | 9,69   | 121       | акт         |
| Каша гречневая вязкая     | 200          | 6,17                 | 6,68  | 27,78  | 196       | 510         |
| Напиток из ягод           | 200          | 0,07                 | 0,02  | 24,44  | 100       | акт         |
| Мучное изделие            | 100          | 8,8                  | 2,2   | 50,3   | 128       |             |
| Хлеб пшеничный            | 50           | 3,80                 | 0,45  | 25,95  | 118       | акт         |
| Хлеб ржаной               | 30           | 2,25                 | 0,75  | 14,7   | 75        |             |
| Итого                     |              | 32,8                 | 18,46 | 152,86 | 738       |             |

ДЕНЬ: ПЯТНИЦА  
 НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ  
 СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ  
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД       | Масса порций | Пищевые вещества (г) |       |        | ЭЦ (ккал) | № рецептуры |
|-------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|-----------|-------------|
|                         |              | Б                    | Ж     | У      |           |             |
| Закуска из овощей       | 100          | 1,83                 | 4,50  | 7,50   | 78        | акт         |
| Плов с мясом            | 320          | 19,45                | 13,61 | 72,87  | 488       | 265         |
| Чай с сахаром и лимоном | 200          | 0,26                 | 0,03  | 15,25  | 64        | 686         |
| Хлеб пшеничный          | 50           | 3,80                 | 0,45  | 25,95  | 118       | акт         |
| Хлеб ржаной             | 30           | 2,25                 | 0,75  | 14,7   | 75        |             |
| Итого                   |              | 27,59                | 19,34 | 136,27 | 823       |             |

ДЕНЬ: СУББОТА  
 НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ  
 СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ  
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД           | Масса порций | Пищевые вещества (г) |       |        | ЭЦ (ккал) | № рецептуры |
|-----------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|-----------|-------------|
|                             |              | Б                    | Ж     | У      |           |             |
| Куриные колбаски с соусом   | 120          | 13,58                | 10,75 | 10,94  | 230       | акт         |
| Макаронные изделия отварные | 200          | 7,76                 | 5,99  | 49,44  | 283       | 516         |
| Фрукты                      | 100          | 0,4                  |       | 12,6   | 52        |             |
| Чай с сахаром               | 200          | 0,2                  | 0,02  | 15     | 61        | 685         |
| Хлеб пшеничный              | 50           | 3,80                 | 0,45  | 25,95  | 118       | акт         |
| Хлеб ржаной                 | 30           | 2,25                 | 0,75  | 14,7   | 75        |             |
| Итого                       |              | 27,99                | 17,96 | 128,64 | 819       |             |

Среднее значение за период: 29,41 22,27 137,12 805

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