

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ШКОЛА
СОФИЙСКИЙ СОСЕЛСОВАННО

Директор

Юзин А.Б.

2023г.

Приложение №8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО "СТК"

Степанова Е.Г.

2023г.

Двухнедельное цикличное сбалансированное меню

бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 139,8 руб., в том числе: молоко 14,80 руб.

День: 1 Понедельник

Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	5	6	7	8
2-й Завтрак						
434	Молоко	200	6,0	8,0	7,0	124,0
к/к	Печенье в ассортименте	40	5	4,15	16,7	110,6
Итого за 2-й Завтрак		240	11	12,15	23,66	234,6
Обед						
95	Суп из овощей со сметаной	200/5	2,08	4,2	7,6	126,8
283	Тефтели (1й вариант), соус сметанный	80/50	12,78	17,66	12,8	199,4
331	Макаронные изделия отварные	150/5	5,6	4,8	36	209,6
394	Компот из свежих яблок	200	0,2	0,2	20,9	111,1
к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	40	2,6	0,5	15,8	78,2
Итого за Обед		730	23,3	27,4	93,1	725,2
Итого за день			34,3	39,5	116,8	959,8

Заведующий производством

УТВЕРЖДАЮ

Директор

Генеральный директор ООО "СТК"

Степанов А.Б.

Степанова Е.Г.

2023г.

2023г.

**Двухнедельное цикличное сбалансированное меню
бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов для организации питания обучающихся 12 лет и
старше в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района,
стоимостью 125 руб.**

День: 1 Понедельник
Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	5	6	7	8
2-й Завтрак						
433	Какао с молоком	200	3,0	2,6	24,8	134,0
к/к	Печенье в ассортименте	40	5	4,15	16,7	110,6
Итого за 2-й Завтрак		240	8	6,75	41,46	244,6
Обед						
95	Суп из овощей со сметаной	250/5	3,6	3,3	12,1	146
283	Тефтели (1й вариант), соус сметанный	100/50	15,2	20,4	14	258,1
331	Макаронные изделия отварные	180	6,7	5,8	43,2	251,5
394	Компот из свежих яблок	200	0,2	0,2	27,9	111,1
к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	40	2,6	0,5	15,8	78,2
Итого за Обед		825	28,3	30,2	113,0	844,9
Итого за день			36,3	37,0	154,5	1089,5

Заведующий производством _____

2



**Двухнедельное цикличное сбалансированное меню
бюджетного питания вторых завтраков, горячих обедов, полдников для организации питания обучающихся 12 лет и
старше кадетских и спортивных классов в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района,
стоимостью 130 руб.**

День: Понедельник

Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
2-й Завтрак						
433	Какао с молоком	200	3,0	2,6	24,8	134,0
к/к	Печенье в ассортименте	50	6	5,2	37,5	208,5
Итого за 2-й Завтрак		250	9	7,8	62,3	342,5
Обед						
95	Суп из овощей со сметаной	250/5	7,6	8,3	24,7	146
283	Тефтели (1й вариант), соус сметанный	100/50	25,4	29,7	24	376,9
331	Макаронные изделия отварные	180	6,7	5,8	63,2	251,5
394	Компот из свежих яблок	200	0,2	0,2	37,9	111,1
к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	40	3,2	1,4	16,9	88,8
Итого за Обед		825	43,1	45,4	166,7	974,3
Полдник						
435	Кефир	200	5,8	5,0	8,0	100,2
467	Булочка домашняя	100	4,1	8,6	68,9	346,4
Итого за Полдник		300	9,9	13,6	76,9	446,6
Итого за день		1375	62,0	66,8	305,9	1763,4

Заведующий производством _____