



УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО "СТК"

Степанова Е.Г.

12 2023г.

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

День: 8 Вторник

Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	5	6	7	8
<b>2-й завтрак</b>						
434	Молоко	200	6,0	8,0	7,0	124,0
к/к	Вафли в ассортименте	40	0,3	2	29,3	114
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>		<b>240</b>	<b>6,3</b>	<b>10</b>	<b>36,3</b>	<b>238</b>
<b>Обед</b>						
95	Борщ со свежей капустой, картофелем со сметаной	200/5	6,1	6,1	2,7	89,6
259	Гуляш из мяса (свинина)	50/50	14,8	17,6	5,8	389
331	Макаронные изделия отварные	150/5	5,6	4,8	48,9	209,61
430	Чай с сахаром	200	0	0	15	60
к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	40	2,6	0,5	15,8	78,24
<b>Итого за Обед</b>		<b>700</b>	<b>29,1</b>	<b>29,0</b>	<b>88,2</b>	<b>826,5</b>
<b>Итого за день</b>			<b>35,4</b>	<b>39,0</b>	<b>124,5</b>	<b>1064,5</b>

Заведующий производством \_\_\_\_\_

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ЦЕНТРАЛЬНАЯ ШКОЛА»  
МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА  
ВСЕВОЛОЖСКОГО РАЙОНА  
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

СОГЛАСОВАНО

Директор \_\_\_\_\_

12/12 2023г.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО "СТК"  
Степанова Е.Г.

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: 8 Вторник  
Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	5	6	7	8
<b>2-й завтрак</b>						
432	Кофейный напиток	200	1,5	1,3	22,3	107
к/к	Вафли в ассортименте	40	0,3	2	36,3	114
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>		<b>240</b>	<b>1,8</b>	<b>3,3</b>	<b>58,6</b>	<b>221</b>
<b>Обед</b>						
95	Борщ со свежей капустой, картофелем и со сметаной	250/5	6,2	7,6	12,7	115
259	Гуляш из мяса (свинина)	75/50	18,1	19,6	5,6	408,3
331	Макаронные изделия отварные	180	6,7	5,8	43,2	251,5
430	Чай с сахаром	200	0	0	15	60
к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	50	3,25	0,62	19,75	97,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>810</b>	<b>34,3</b>	<b>33,6</b>	<b>96,3</b>	<b>932,6</b>
<b>Итого за день</b>			<b>36,1</b>	<b>36,9</b>	<b>154,9</b>	<b>1153,6</b>

Заведующий производством \_\_\_\_\_

Муниципальное общеобразовательное бюджетное учреждение  
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА  
ЦЕНТР ОБРАЗОВАНИЯ

СОГЛАСОВАНО

Директор



СПРАВКА  
И  
ДОКУМЕНТОВ

Зюзиц

2023 г.

УТВЕРЖАЮ



Генеральный директор ООО "СТК"

Степанова Е.Г.

2023 г.

**Двухнедельное циклическое 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: Вторник

Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>2-й завтрак</b>						
432	Кофейный напиток	200	1,5	1,3	22,3	107
к/к	Вафли в ассортименте	50	1,6	12,5	44,1	273
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>		<b>250</b>	<b>3,1</b>	<b>13,8</b>	<b>66,4</b>	<b>380</b>
<b>Обед</b>						
76	Борщ со свежей капустой, картофелем и со сметаной	250/5	8,6	15,6	13,7	178,4
259	Гуляш из мяса (свинина)	75/50	28,7	27,6	10,6	408,3
331	Макаронные изделия отварные	180	6,7	8,8	56,2	251,5
430	Чай с сахаром	200	0	0	15	60
к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	50	4,05	1,7	21,1	111
<b>Итого за Обед</b>		<b>810</b>	<b>48,1</b>	<b>53,7</b>	<b>116,6</b>	<b>1009,2</b>
<b>Полдник</b>						
435	Ряженка	200	6,0	8,0	7,0	124,0
464	Сдоба обыкновенная	100	7,2	4,2	67,2	342
<b>Итого за Полдник</b>		<b>300</b>	<b>13,2</b>	<b>12,2</b>	<b>74,2</b>	<b>466,0</b>
<b>Итого за день</b>			<b>64,4</b>	<b>79,7</b>	<b>257,2</b>	<b>1855,2</b>

Заведующий производством \_\_\_\_\_