

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
 БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
 СРЕДНЕГО ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
 ШКОЛА  
 ЦЕНТР ОБРАЗОВАНИЯ

УТВЕРЖДАЮ

СОГЛАСОВАНО



Директор  
 А. Д. Зюзин  
 2023г.

Генеральный директор ООО "СТК"  
 Степанова Е.Г.  
 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: 9 Среда

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	Пряник	40	1,1	2,2	18,4	137,6
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>		<b>240</b>	<b>7,1</b>	<b>10,16</b>	<b>25,4</b>	<b>261,6</b>
<b>Обед</b>						
88	Щи из квашеной капусты с картофелем и сметаной	200/5	2,8	8,4	7,4	94
241/364	Котлеты рыбные любительские с соусом томатным	80/50	18,2	10,4	7	194
325	Рис отварной	150	4,6	7,6	34,8	256,3
408	Кисель из сока плодово-ягодного	200	0	0,5	38,9	163
к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	40	2,6	0,5	15,8	78,24
<b>Итого за Обед</b>		<b>730</b>	<b>28,2</b>	<b>27,4</b>	<b>103,9</b>	<b>785,5</b>
<b>Итого за день</b>			<b>35,3</b>	<b>37,6</b>	<b>129,3</b>	<b>1047,1</b>

Заведующий производством \_\_\_\_\_



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,

День: 9 Среда

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>						
11,2*	Чай с молоком и сахаром	200	1,5	2	15,1	91,2
к/к	Пряник	40	1,1	2,2	18,4	137,6
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>		<b>240</b>	<b>2,6</b>	<b>4,16</b>	<b>33,5</b>	<b>228,8</b>
<b>Обед</b>						
88	Щи из квашеной капусты с картофелем и сметаной	250/5	5,2	8,3	4,3	136,9
241/364	Котлеты рыбные любительские с соусом томатным	100/50	20,2	14,8	11,6	223
325	Рис отварной	180	5,5	8,6	48,2	267,6
408	Кисель из сока плодово-ягодного	200	0,6	0,5	38,9	163
к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	40	2,6	0,5	15,8	78,24
<b>Итого за Обед</b>		<b>825</b>	<b>34,1</b>	<b>32,7</b>	<b>118,8</b>	<b>868,7</b>
<b>Итого за день</b>			<b>36,7</b>	<b>36,9</b>	<b>152,3</b>	<b>1097,5</b>

Заведующий производством \_\_\_\_\_

Муниципальное общеобразовательное бюджетное учреждение  
Средняя общеобразовательная школа  
Центр образования

Муниципальное общеобразовательное бюджетное учреждение  
Средняя общеобразовательная школа  
Центр образования  
Согласовано  
ДЛЯ СПРАВОК  
Документов  
Директор  
Знозин  
2022 г.

УТВЕРЖДАЮ  
Генеральный директор ООО "СТК"  
Степанова Е.Г.  
2022 г.

**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: Среда  
Неделя: 2

№ рец.	Пример пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>2-й завтрак</b>						
11,2*	Чай с молоком и сахаром	200	1,5	2	15,1	91,2
к/к	Пряник	50	2,6	2,8	37,8	225,5
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>		<b>250</b>	<b>4,1</b>	<b>4,8</b>	<b>52,9</b>	<b>316,7</b>
<b>Обед</b>						
88	Щи из квашеной капусты с картофелем и сметаной	250/5	7,6	8,3	18,3	136,9
241/364	Котлеты рыбные любительские с соусом томатным	100/50	32,9	24,8	27,6	283,4
325	Рис отварной	180	5,5	8,6	48,2	267,6
408	Кисель из сока плодово-ягодного	200	0,6	0,5	38,9	163
к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	40	3,2	1,4	16,9	88,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>825</b>	<b>49,8</b>	<b>43,6</b>	<b>149,9</b>	<b>939,7</b>
<b>Полдник</b>						
434	Молоко	200	6,0	8,0	7,0	124,0
467	Булочка домашняя	100	4,1	8,6	68,9	346,4
<b>Итого за Полдник</b>		<b>300</b>	<b>10,1</b>	<b>16,6</b>	<b>75,9</b>	<b>470,4</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1375</b>	<b>64,0</b>	<b>65,0</b>	<b>278,7</b>	<b>1726,8</b>

Заведующий производством \_\_\_\_\_