

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ШКОЛА
«ЛИНИЙСКИЙ ЦЕНТР ОБРАЗОВАНИЯ»

СОГЛАСОВАНО

директор

ПОДПИСАНО

А.Б. Эюзин

2024 г.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО "СТК"

Степанова Е.Г.

2024 г.

Двухнедельное цикличное сбалансированное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, в том числе: молоко.

День: 4 Четверг

Неделя: 1

| Год изд. сборника | № рец. | Прием пищи, наименование блюд | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|-----------------------------|--------|--|--------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| | | | | Б | Ж | У | |
| 2-й Завтрак | | | | | | | |
| | к/к | Молоко | 200 | 5,8 | 6,4 | 9,4 | 120,0 |
| 2008 | 2 | Бутерброд с джемом | 50 | 1,5 | 5,37 | 27,5 | 165 |
| Итого за 2-й Завтрак | | | 250 | 7,3 | 11,77 | 36,9 | 285 |
| Обед | | | | | | | |
| 2008 | 23 | Салат из помидоров и огурцов с растительным маслом | 60 | 0,54 | 6,06 | 1,74 | 63,6 |
| 2008 | 80 | Борщ сибирский со сметаной | 200/5 | 4,8 | 5,76 | 10,64 | 113,6 |
| 2008 | 257 | Мясо тушеное (говядина) | 100 | 12,5 | 15,5 | 5,8 | 220 |
| 2008 | 331 | Макаронные изделия отварные с маслом сливочным | 150 | 5,5 | 4,8 | 31,3 | 191 |
| 2008 | 394 | Компот из свежих яблок | 200 | 0,2 | 0,2 | 27,9 | 115 |
| | к/к | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами | 30 | 1,95 | 0,3 | 13,5 | 66 |
| | к/к | Батон обогащенный микронутриентами | 25 | 2 | 0,87 | 13,25 | 70 |
| Итого за Обед | | | 770 | 27,49 | 33,49 | 104,13 | 839,20 |
| Итого за день | | | | 34,79 | 45,26 | 141,03 | 1124,2 |

Заведующий производством _____

2

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ШКОЛА
ЦЕНТРА ОБРАЗОВАНИЯ»



Согласовано

Директор

А.Б. Зюзин

18.04 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО "СТК"



Степанова Е.Г.

2024 г.

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: 4 Четверг

Неделя: 1

| Год изд. сборника | № рец. | Прием пищи, наименование блюд | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|-----------------------------|--------|--|--------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| | | | | Б | Ж | У | |
| 2-й завтрак | | | | | | | |
| 2008 | 433 | Какао с молоком | 200 | 3 | 2,6 | 24,8 | 134,15 |
| 2008 | 2 | Бутерброд с джемом | 50 | 1,5 | 5,37 | 27,5 | 165 |
| Итого за 2-й Завтрак | | | 250 | 4,5 | 7,97 | 52,3 | 299,15 |
| Обед | | | | | | | |
| 2008 | 23 | Салат из помидоров и огурцов с растительным маслом | 60 | 0,54 | 6,06 | 1,74 | 63,6 |
| 2008 | 80 | Борщ сибирский со сметаной | 250/5 | 5,97 | 7,16 | 13,23 | 141,3 |
| 2008 | 257 | Мясо тушеное (говядина) | 100 | 12,5 | 15,5 | 5,8 | 220 |
| 2008 | 331 | Макаронные изделия отварные с маслом сливочным | 180 | 6,6 | 5,76 | 37,5 | 229,2 |
| 2008 | 394 | Компот из свежих яблок | 200 | 0,2 | 0,2 | 27,9 | 115 |
| | к/к | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами | 40 | 2,6 | 0,4 | 18 | 90 |
| | к/к | Батон обогащенный микронутриентами | 25 | 2 | 0,87 | 13,25 | 70 |
| Итого за Обед | | | 860 | 30,41 | 35,95 | 117,42 | 929,10 |
| Итого за день | | | | 34,91 | 43,92 | 169,72 | 1228,25 |

Заведующий производством

2

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

СРЕДНЕГО ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ШКОЛА
«НИКОЛА»

«НИКОЛА» ЦЕНТР ОБРАЗОВАНИЯ»

Директор

С.А. Зюзин

2024 г.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО "СТК"

Степанова Е.Г.

2024 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.

День: 4 Четверг

Неделя: 1

| Год изд. сборни ка | № рец. | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетичес кая ценность (ккал) |
|-----------------------------|--------|--|-----------------|----------------------|--------------|---------------|---------------------------------------|
| | | | | Б | Ж | У | |
| 2-й Завтрак | | | | | | | |
| 2008 | 433 | Какао с молоком | 200 | 3 | 2,6 | 24,8 | 134,15 |
| 2008 | 2 | Бутерброд с джемом | 50 | 1,5 | 5,37 | 27,5 | 165 |
| Итого за 2-й Завтрак | | | 250 | 4,5 | 7,97 | 52,3 | 299,15 |
| Обед | | | | | | | |
| 2008 | 23 | Салат из помидоров и огурцов с растительным маслом | 60 | 0,54 | 6,06 | 1,74 | 63,6 |
| 2008 | 80 | Борщ сибирский со сметаной | 250/5 | 5,97 | 7,16 | 13,23 | 141,3 |
| 2008 | 257 | Мясо тушеное (говядина) | 100 | 12,5 | 15,5 | 5,8 | 220 |
| 2008 | 331 | Макаронные изделия отварные с маслом сливочным | 180 | 6,6 | 5,76 | 37,5 | 229,2 |
| 2008 | 394 | Компот из свежих яблок | 200 | 0,2 | 0,2 | 27,9 | 115 |
| | к/к | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами | 40 | 2,6 | 0,4 | 18 | 90 |
| | к/к | Батон обогащенный микронутриентами | 25 | 2 | 0,87 | 13,25 | 70 |
| Итого за Обед | | | 860 | 30,41 | 35,95 | 117,42 | 929,10 |
| Полдник | | | | | | | |
| 2016 | 1210 | Напиток из плодов шиповника | 200 | 0,4 | 0,2 | 23,8 | 100 |
| 2008 | 467 | Булочка домашняя | 70 | 4,62 | 8,68 | 39,06 | 252 |
| Итого за Полдник | | | 270 | 5,0 | 8,9 | 62,9 | 352,0 |
| Итого за день | | | | 36,93 | 50,20 | 207,78 | 1446,10 |

Заведующий производством _____