



**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 |
| 2-й завтрак | | | | | | |
| 434 | Молоко | 200 | 6,0 | 8,0 | 7,0 | 124,0 |
| к/к | Вафли в ассортименте | 40 | 0,3 | 2 | 29,3 | 114 |
| Итого за 2-й Завтрак | | 240 | 6,3 | 10 | 36,3 | 238 |
| Обед | | | | | | |
| 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 |
| Итого за Обед | | 700 | 29,1 | 29,0 | 88,2 | 826,5 |
| Итого за день | | | 35,4 | 39,0 | 124,5 | 1064,5 |

Заведующий производством _____

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ШКОЛА
ЦЕНТРА ОБРАЗОВАНИЯ»

СОГЛАСОВАНО

Директор

А.В. Зюзин
2023г.

УТВЕРЖДАЮ
Генеральный директор ООО "СТК"
Степанова Е.Г.
2023г.

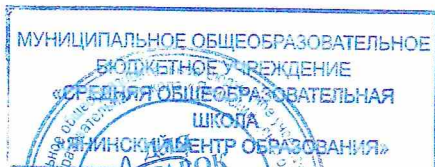
Двухнедельное цикличное сбалансированное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов для организации питания обучающихся 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района,
стоимостью 125 руб.

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 |
| 2-й завтрак | | | | | | |
| 432 | Кофейный напиток | 200 | 1,5 | 1,3 | 22,3 | 107 |
| к/к | Вафли в ассортименте | 40 | 0,3 | 2 | 36,3 | 114 |
| Итого за 2-й Завтрак | | 240 | 1,8 | 3,3 | 58,6 | 221 |
| Обед | | | | | | |
| 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 обогащённый микронутриентами | 50 | 3,25 | 0,62 | 19,75 | 97,8 |
| Итого за Обед | | 810 | 34,3 | 33,6 | 96,3 | 932,6 |
| Итого за день | | | 36,1 | 36,9 | 154,9 | 1153,6 |

Заведующий производством *2*



СОГЛАСОВАНО

Директор

А.Б. Зюзин
2023 г.

УТВЕРЖДАЮ



Генеральный директор ООО "СТК"

Степанова Е.Г.

11 2023 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: Вторник

Неделя: 2

| № рец. | Прием пищи, наименование блюд | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|-----------------------------|---|--------------|----------------------|-------------|--------------|--------------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| 2-й завтрак | | | | | | |
| 432 | Кофейный напиток | 200 | 1,5 | 1,3 | 22,3 | 107 |
| к/к | Вафли в ассортименте | 50 | 1,6 | 12,5 | 44,1 | 273 |
| Итого за 2-й Завтрак | | 250 | 3,1 | 13,8 | 66,4 | 380 |
| Обед | | | | | | |
| 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 обогащенный микронутриентами | 50 | 4,05 | 1,7 | 21,1 | 111 |
| Итого за Обед | | 810 | 48,1 | 53,7 | 116,6 | 1009,2 |
| Полдник | | | | | | |
| 435 | Ряженка | 200 | 6,0 | 8,0 | 7,0 | 124,0 |
| 464 | Сдоба обыкновенная | 100 | 7,2 | 4,2 | 67,2 | 342 |
| Итого за Полдник | | 300 | 13,2 | 12,2 | 74,2 | 466,0 |
| Итого за день | | | 64,4 | 79,7 | 257,2 | 1855,2 |

Заведующий производством _____

2