

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
«ЯНИНСКИЙ ЦЕНТР ОБРАЗОВАНИЯ»



**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 151,80 руб., в том числе: молоко 14,80 руб.**

День: 10 Четверг

Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>2-й завтрак</b>						
434	Молоко	200	6,0	8,0	7,0	124,0
к/к	Печенье в ассортименте	40	5	4,15	16,66	110,6
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>		<b>240</b>	<b>11</b>	<b>12,15</b>	<b>23,66</b>	<b>234,6</b>
<b>Обед</b>						
к/к	Овощи порционно (помидор свежий)	40	0,44	0,08	1,52	9,6
91	Рассольник Ленинградский со сметаной	200/5	4,1	8,4	12,6	120,8
309	Рагу из птицы	250	15,6	16,4	16,9	353,8
402	Компот из смеси сухофруктов	200	0	0,1	45,7	176
к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	50	3,25	0,62	19,75	97,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>765</b>	<b>23,4</b>	<b>25,6</b>	<b>96,5</b>	<b>758,0</b>
<b>Итого за день</b>			<b>34,4</b>	<b>37,8</b>	<b>120,1</b>	<b>992,6</b>

Заведующий производством \_\_\_\_\_



**Двухнедельное циклическое сбалансированное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов для организации питания обучающихся 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 137,00 руб.**

День: 10 Четверг

Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>2-й завтрак</b>						
433	Какао с молоком	200	3,0	2,6	24,8	134,0
к/к	Печенье в ассортименте	40	5	4,15	16,66	110,6
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>		<b>240</b>	<b>8</b>	<b>6,75</b>	<b>41,46</b>	<b>244,6</b>
<b>Обед</b>						
к/к	Овощи прорционно (помидор свежий)	40	0,44	0,08	1,52	9,6
91	Рассольник Ленинградский со сметаной	250/5	4,1	5,5	12	143,5
309	Рагу из птицы	250	17,6	23,4	11,9	323,8
402	Компот из сухофруктов	200	0,6	0,1	45,7	176
к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60	3,9	0,7	23,7	117,4
к/к	Батон нарезной обогащённый микронутриентами	40	3,16	0,4	19,3	94,4
<b>Итого за Обед</b>		<b>865</b>	<b>29,8</b>	<b>30,2</b>	<b>114,1</b>	<b>864,7</b>
<b>Итого за день</b>			<b>37,8</b>	<b>36,9</b>	<b>155,6</b>	<b>1109,3</b>

Заведующий производством \_\_\_\_\_

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ШКОЛА  
«ЛЕНИНСКИЙ ЦЕНТР ОБРАЗОВАНИЯ»



2024 г.



УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО "СТК"

Степанова Е.Г.

2024 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 156 руб.

День: 10 Четверг

Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>2-й завтрак</b>						
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
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>		<b>250</b>	<b>9</b>	<b>7,8</b>	<b>62,3</b>	<b>342,5</b>
<b>Обед</b>						
к/к	Овощи порционно (помидор свежий)	40	0,44	0,08	1,52	9,6
91	Рассольник Ленинградский со сметаной	250/5	4,8	9,5	14,7	143,5
309	Рагу из птицы	250	27,6	29,4	31,9	423,8
402	Компот из сухофруктов	200	0,6	0,1	45,7	176
к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60	4,9	2,1	25,3	133,2
к/к	Батон нарезной обогащённый микронутриентами	40	3,16	0,4	19,3	94,4
<b>Итого за Обед</b>		<b>865</b>	<b>41,5</b>	<b>41,6</b>	<b>138,4</b>	<b>980,5</b>
<b>Полдник</b>						
435	Кефир	200	5,8	5,0	8,0	100,2
465	Булочка ванильная	100	8,2	10,1	60,4	365,8
<b>Итого за Полдник</b>		<b>300</b>	<b>14,0</b>	<b>15,1</b>	<b>68,4</b>	<b>466,0</b>
<b>Итого за день</b>		<b>1415</b>	<b>64,5</b>	<b>64,5</b>	<b>269,1</b>	<b>1789,0</b>

Заведующий производством \_\_\_\_\_