

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
 БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
 «СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
 СОЛАСОВАНО  
 ШКОЛА  
 «ЯНГИНСКИЙ ЦЕНТР ОБРАЗОВАНИЯ»

Директор  
  
 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ  
 Генеральный директор ООО "СТК"  
 Степанова Е.Г.  
  
 19.09.2024 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	
<b>2-й Завтрак</b>							
	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
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>			<b>250</b>	<b>7,3</b>	<b>11,77</b>	<b>36,9</b>	<b>285</b>
<b>Обед</b>							
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
<b>Итого за Обед</b>			<b>770</b>	<b>27,49</b>	<b>33,49</b>	<b>104,13</b>	<b>839,20</b>
<b>Итого за день</b>				<b>34,79</b>	<b>45,26</b>	<b>141,03</b>	<b>1124,2</b>

Заведующий производством \_\_\_\_\_ 



А.Б. Зюзин

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	
<b>2-й завтрак</b>							
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
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>			<b>250</b>	<b>4,5</b>	<b>7,97</b>	<b>52,3</b>	<b>299,15</b>
<b>Обед</b>							
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
<b>Итого за Обед</b>			<b>860</b>	<b>30,41</b>	<b>35,95</b>	<b>117,42</b>	<b>929,10</b>
<b>Итого за день</b>				<b>34,91</b>	<b>43,92</b>	<b>169,72</b>	<b>1228,25</b>

Заведующий производством \_\_\_\_\_

2

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
 БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
 «СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
 СОГЛАСОВАНО ШКОЛА  
 ЯРИНСКИЙ ЦЕНТР ОБРАЗОВАНИЯ»



Директор  
 А.Б. Зюзин

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.**

День: 4 Четверг

Неделя: 1

Год изд. сборника	№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
<b>2-й Завтрак</b>							
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
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>			<b>250</b>	<b>4,5</b>	<b>7,97</b>	<b>52,3</b>	<b>299,15</b>
<b>Обед</b>							
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
<b>Итого за Обед</b>			<b>860</b>	<b>30,41</b>	<b>35,95</b>	<b>117,42</b>	<b>929,10</b>
<b>Полдник</b>							
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
<b>Итого за Полдник</b>			<b>270</b>	<b>5,0</b>	<b>8,9</b>	<b>62,9</b>	<b>352,0</b>
<b>Итого за день</b>				<b>36,93</b>	<b>50,20</b>	<b>207,78</b>	<b>1446,10</b>

Заведующий производством \_\_\_\_\_