



**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: 9 Среда

Неделя: 2

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
	к/к	Зефир в ассортименте	50	0,4	0,1	39,9	163
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>			<b>250</b>	<b>6,2</b>	<b>6,5</b>	<b>49,3</b>	<b>283</b>
<b>Обед</b>							
2011	71	Овощи порционно (огурец свежий)	60	0,48	0,09	1,5	8,4
2008	95	Борщ со свежей капусты с картофелем и сметаной	200/5	2,56	4,48	17,5	100,6
2008	258	Жаркое по-домашнему со свиной	240	17,04	21,4	30,8	398,6
2008	436	Напиток апельсиновый	200	0,2	0	25,7	105
	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	30	1,95	0,3	13,5	66
	к/к	Батон обогащенный микроэлементами	25	2	0,87	13,25	70
<b>Итого за Обед</b>			<b>760</b>	<b>24,23</b>	<b>27,14</b>	<b>102,25</b>	<b>748,60</b>
<b>Итого за день</b>				<b>30,43</b>	<b>33,64</b>	<b>151,55</b>	<b>1031,60</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, стоимостью 137,00 руб.**

День: 9 Среда

Неделя: 2

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	430	Чай с сахаром	200	0	0	15	60
	к/к	Зефир в ассортименте	50	0,4	0,1	39,9	163
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>			<b>250</b>	<b>0,4</b>	<b>0,1</b>	<b>54,9</b>	<b>223</b>
<b>Обед</b>							
2011	71	Овощи прорционно (огурец свежий)	60	0,48	0,09	1,5	8,4
2008	95	Борщ со свежей капусты с картофелем и сметаной	250/5	4,18	5,57	12,04	111,45
2008	258	Жаркое по-домашнему со свининой	280	19,88	24,9	46	465
2008	436	Напиток апельсиновый	200	0,2	0	25,7	105
	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	40	2,6	0,4	18	90
	к/к	Батон обогащенный микроэлементами	25	2	0,87	13,25	70
<b>Итого за Обед</b>			<b>860</b>	<b>29,34</b>	<b>31,83</b>	<b>116,49</b>	<b>849,85</b>
<b>Итого за день</b>				<b>29,74</b>	<b>31,93</b>	<b>171,39</b>	<b>1072,85</b>

Заведующий производством \_\_\_\_\_

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА «ДИРЕКТОРИЯ ЦЕНТРА ОБРАЗОВАНИЯ»

СОГЛАСОВАНО

Директор \_\_\_\_\_ Смирнов Н.Н.

04.12.2024 г.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО "СТК" Степанова Е.Г.

04.12.2024 г.

**Примерное 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: 9 Среда

Неделя: 2

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	430	Чай с сахаром	200	0	0	15	60
	к/к	Зефир в ассортименте	50	0,4	0,1	39,9	163
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>			<b>250</b>	<b>0,4</b>	<b>0,1</b>	<b>54,9</b>	<b>223</b>
<b>Обед</b>							
2011	71	Овощи пропорционно (огурец свежий)	60	0,48	0,09	1,5	8,4
2008	95	Борщ со свежей капусты с картофелем и сметаной	250/5	4,18	5,57	12,04	111,45
2008	258	Жаркое по-домашнему со свининой	280	19,88	24,9	46	465
2008	436	Напиток апельсиновый	200	0,2	0	25,7	105
	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>29,34</b>	<b>31,83</b>	<b>116,49</b>	<b>849,85</b>
<b>Полдник</b>							
2008	435	Кефир	200	5,8	5,0	8,0	100,2
2004	773	Булочка "Веснушка"	80	6,29	6,14	53,67	288,56
<b>Итого за Полдник</b>			<b>280</b>	<b>12,1</b>	<b>11,1</b>	<b>61,7</b>	<b>388,8</b>
<b>Итого за день</b>				<b>41,83</b>	<b>43,07</b>	<b>233,06</b>	<b>1461,61</b>

Заведующий производством \_\_\_\_\_