

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ
«Всеголовский районный центр образования»
«Янинский ЦО»
СОГЛАСОВАНО
Директор
И. Свириц
2025 г.

УТВЕРЖДАЮ
Генеральный директор ООО "СТК"
Степанова Е.Г.
20.03
2025 г.

Десятидневное цикличное (вариативное) сбалансированное меню бюджетного питания горячих завтраков и обедов для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 164,00 руб., в том числе: молоко 16,00 руб.

День: 4 Четверг

Неделя: 1

Год изд. сборник а	№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
Завтрак							
2008	187	Каша "Янтарная" (пшено, яблоко)	230	8,1	12,2	26,5	271,3
	к/к	Молоко питьевое	200	5,3	5	9,6	108
	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	70	5,6	2,43	37,1	196
Итого за Завтрак			500	19	19,67	73,15	575,3
Обед (ПЕРВОЕ БЛЮДО И НАПИТОК НА ВЫБОР)							
2011	52	Салат из свёклы отварной с маслом растительным	60	2,7	5,53	3,6	54,4
АКП*	73,01	Суп овощной со сладким перцем	200	4,6	4,8	16,18	147,9
АКП*	336/03	Бульон куриный с гренками	200/10/10	9,5	7,6	18,1	171,6
АКП*	21	Рыба, запеченная по-онежски	90	15,9	16,8	23,8	280
2008	335	Картофельное пюре	150	3,1	5,4	20,3	174
АКП*	29/04	Компот из свежемороженых ягод (ягодное ассорти)	200	0,2	0	25,7	105
2008	430	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60
	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	30	1,95	0,3	13,5	66
Итого за Обед			730	28,45	32,83	103,08	827,30
Итого за день				47,45	52,5	176,23	1402,6

Заведующий производством

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор

Генеральный директор ООО "СТК"

Степанова Е.Г.

2025 г.

2025 г.

Двухнедельное цикличное (вариативное) сбалансированное меню бюджетного питания горячих завтраков и обедов для организации питания обучающихся 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 161,00 руб.

День: 4 Четверг							
Неделя: 1							
Год изд. сборник а	№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
Завтрак							
2008	187	Каша "Янтарная" (пшено, яблоко)	230	8,1	12,2	26,5	271,3
2008	432	Кофейный напиток	200	1,5	1,3	22,3	107
	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	70	5,6	2,43	37,1	196
Итого за Завтрак			500	15,2	15,97	85,85	574,3
Обед (ПЕРВОЕ БЛЮДО И НАПИТОК НА ВЫБОР)							
2011	52	Салат из свёклы отварной с маслом растительным	60	2,7	5,53	3,6	54,4
АКП*	73,01	Суп овощной со сладким перцем	250	5,7	5,9	22,62	182,3
АКП*	336/03	Бульон куриный с гречками	250/10/10	11,82	9,46	22,52	213,55
АКП*	21	Рыба, запеченная по-онежски	100	17	18,7	26,4	311
2008	335	Картофельное пюре	180	4,72	6,48	24,36	194
АКП*	29/04	Компот из свежемороженных ягод (ягодное ассорти)	200	0,2	0	25,7	105
2008	430	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60
	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	2,6	0,4	18	90
Итого за Обед			830	32,92	37,01	120,68	936,70
Итого за день				48,12	52,98	206,53	1511

Заведующий производством

СОГЛАСОВАНО

Директор



УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО "СТК"

Степанова Е.Г.



2025 г.

Двухнедельное цикличное (вариативное) сбалансированное меню

бюджетного питания горячих завтраков, горячих обедов и полдников для организации питания обучающихся 12 лет и старше кадетских и спортивных классов в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 180,00 руб.

День: 4 Четверг

Неделя: 1

Год изд.сборника	№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическа я ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
Завтрак							
2008	187	Каша "Янтарная" (пшено, яблоко)	230	8,1	12,2	26,5	271,3
2008	432	Кофейный напиток	200	1,5	1,3	22,3	107
	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	70	5,6	2,43	37,1	196
Итого за Завтрак			500	15,2	15,97	85,85	574,3
Обед (ПЕРВОЕ БЛЮДО И НАПИТОК НА ВЫБОР)							
2011	52	Салат из свёклы отварной с маслом растительным	60	2,7	5,53	3,6	54,4
АКП*	73,01	Суп овощной со сладким перцем	250	5,7	5,9	22,62	182,3
АКП*	336/03	Бульон куриный с гренками	250/10/10	11,82	9,46	22,52	213,55
АКП*	21	Рыба, запеченная по-онежски	100	17	18,7	26,4	311
2008	335	Картофельное пюре	180	4,72	6,48	24,36	194
АКП*	29/04	Компот из свежемороженных ягод (ягодное ассорти)	200	0,2	0	25,7	105
2008	430	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60
	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	2,6	0,4	18	90
Итого за Обед			830	32,92	37,01	120,68	936,70
Полдник							
2008	435	Ряженка	200	6,0	8,0	7,0	124,0
2008	467	Булочка домашняя	70	4,62	8,68	39,06	252
Итого за Полдник			270	10,6	16,7	46,1	376,0
Итого за день				58,74	69,66	252,59	1887,00

Заведующий производством