

СОГЛАСОВАНО

Директор

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО "СТК"

Степанова Е.Г.

2025 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<br>изд. сборника                    | № рец. | Прием пищи, наименование блюд                     | Масса порции | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая<br>ценность<br>(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

СОГЛАСОВАНО

Директор

*М.В. Смирнов*  
*И.М. Смирнов*  
 06 ноября 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО "СТК"

Степанова Е.Г.

*Е.Г. Степанова*  
 06 ноября 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<br>изд. сборник<br>а                | № рец. | Прием пищи, наименование блюд                     | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая<br>ценность<br>(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

*Е.Г. Степанова*

СОГЛАСОВАНО

Директор

*А.И. Смирнов*  
 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО "СТК"

Степанова Е.Г.

2025 г.

Десятидневное цикличное (вариативное) сбалансированное меню бюджетного питания горячих завтраков и обедов для организаций 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<br>изд.сборник<br>а                 | № рец. | Прием пищи, наименование блюд                     | Масса порции | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая ценность<br>(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 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 | 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