

СОГЛАСОВАНО

Директор

*М.И. С.И. Смирнов*  
*22 октября*  
 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО "СТК"

Степанова Е.Г.

*22 октября*  
 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: 8 Среда

Неделя: 2

| Год<br>изд.сборник<br>а                 | № рец. | Прием пищи, наименование блюд                                 | Масса порции | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) |
|-----------------------------------------|--------|---------------------------------------------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------------|
|                                         |        |                                                               |              | Б                    | Ж     | У      |                                      |
| Завтрак                                 |        |                                                               |              |                      |       |        |                                      |
| 2008/<br>АКП*                           | 184/05 | Каша овсяная "Геркулес" с соусом ягодным<br>(ягодное ассорти) | 200/30       | 8,4                  | 12,0  | 30,5   | 251,0                                |
|                                         | 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          | 19,25                | 19,43 | 77,2   | 555                                  |
| Обед ( ПЕРВОЕ БЛЮДО И НАПИТОК НА ВЫБОР) |        |                                                               |              |                      |       |        |                                      |
| 2011                                    | 71     | Овощи порционно (огурец свежий)                               | 60           | 0,7                  | 0,1   | 2,3    | 12,6                                 |
| 2008                                    | 95     | Борщ со свежей капусты с картофелем и<br>сметаной             | 200/5        | 2,56                 | 4,48  | 17,5   | 160                                  |
| АКП*                                    | 336/04 | Бульон куриный с зеленью                                      | 200/10/2     | 4,3                  | 1,1   | 1,1    | 92                                   |
| 2008                                    | 256    | Печень по-строгановски                                        | 90           | 12,9                 | 14    | 18     | 205,16                               |
| 2008                                    | 331    | Макаронные изделия отварные с маслом<br>сливочным             | 150          | 5,5                  | 4,8   | 36,5   | 196                                  |
| 2007                                    | 123    | Компот из свежзамороженных ягод (клубника)                    | 200          | 0,2                  | 0,08  | 17,42  | 69,44                                |
| 2008                                    | 430    | Чай с сахаром                                                 | 200          | 0,2                  | 0,1   | 15     | 60                                   |
|                                         | к/к    | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный<br>микронутриентами          | 30           | 1,95                 | 0,3   | 13,5   | 66                                   |
| Итого за Обед                           |        |                                                               | 715          | 23,81                | 23,76 | 105,22 | 709,20                               |
| Итого за день                           |        |                                                               |              | 43,06                | 43,19 | 182,42 | 1264,20                              |

Заведующий производством

СОГЛАСОВАНО

Директор

*И.И. Свирин*  
22 октября 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО "СТК"

Степанова Е.Г.

*Е.Г. Степанова*  
22 октября 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:                | 9 Среда |        |                                      |  |
|-----------------------------------------|--------|------------------------------------------------------------|-----------------|----------------------|---------|--------|--------------------------------------|--|
|                                         |        |                                                            |                 | Неделя:              | 2       |        |                                      |  |
| 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/<br>АКП*                           | 184/05 | Каша овсяная "Геркулес" с соусом ягодным (ягодное ассорти) | 200/30          | 8,4                  | 12,0    | 30,5   | 251,0                                |  |
| 2008                                    | 430    | Чай с сахаром                                              | 200             | 0,2                  | 0,1     | 15     | 60                                   |  |
|                                         | к/к    | Батон обогащенный микронутриентами                         | 70              | 5,6                  | 2,43    | 37,1   | 196                                  |  |
| Итого за Завтрак                        |        |                                                            | 500             | 14,15                | 14,53   | 82,6   | 507                                  |  |
| Обед ( ПЕРВОЕ БЛЮДО И НАПИТОК НА ВЫБОР) |        |                                                            |                 |                      |         |        |                                      |  |
| 2011                                    | 71     | Овощи порционно (огурец свежий)                            | 60              | 0,7                  | 0,1     | 2,3    | 12,6                                 |  |
| 2008                                    | 95     | Борщ со свежей капусты с картофелем и сметаной             | 250/5           | 3,2                  | 5,57    | 21     | 199                                  |  |
| АКП*                                    | 336/04 | Бульон куриный с зеленью                                   | 250/10/2        | 5,3                  | 1,4     | 1,4    | 113,4                                |  |
| 2008                                    | 256    | Печень по-строгановски                                     | 100             | 14,3                 | 16      | 20     | 195,6                                |  |
| 2008                                    | 331    | Макаронные изделия отварные с маслом сливочным             | 180             | 6,6                  | 5,76    | 43,8   | 261,3                                |  |
| 2007                                    | 123    | Компот из свежемороженных ягод (клубника)                  | 200             | 0,2                  | 0,08    | 17,42  | 69,44                                |  |
| 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                           |        |                                                            | 815             | 27,60                | 27,91   | 122,52 | 827,94                               |  |
| Итого за день                           |        |                                                            |                 | 41,75                | 42,44   | 205,12 | 1334,94                              |  |

Заведующий производством

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: 9 Среда

Неделя: 2

| Год<br>изд. сборника                    | № рец. | Прием пищи, наименование блюд                              | Масса порции | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) |
|-----------------------------------------|--------|------------------------------------------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------------|
|                                         |        |                                                            |              | Б                    | Ж     | У      |                                      |
| Завтрак                                 |        |                                                            |              |                      |       |        |                                      |
| 2008/<br>АКП*                           | 184/05 | Каша овсяная "Геркулес" с соусом ягодным (ягодное ассорти) | 200/30       | 8,4                  | 12,0  | 30,5   | 251,0                                |
| 2008                                    | 430    | Чай с сахаром                                              | 200          | 0,2                  | 0,1   | 15     | 60                                   |
|                                         | к/к    | Батон обогащенный микронутриентами                         | 70           | 5,6                  | 2,43  | 37,1   | 196                                  |
| Итого за Завтрак                        |        |                                                            | 500          | 14,15                | 14,53 | 82,6   | 507                                  |
| Обед ( ПЕРВОЕ БЛЮДО И НАПИТОК НА ВЫБОР) |        |                                                            |              |                      |       |        |                                      |
| 2011                                    | 71     | Овощи порционно (огурец свежий)                            | 60           | 0,7                  | 0,1   | 2,3    | 12,6                                 |
| 2008                                    | 95     | Борщ со свежей капусты с картофелем и сметаной             | 250/5        | 3,2                  | 5,57  | 21     | 199                                  |
| АКП*                                    | 336/04 | Бульон куриный с зеленью                                   | 250/10/2     | 5,3                  | 1,4   | 1,4    | 113,4                                |
| 2008                                    | 256    | Печень по-строгановски                                     | 100          | 14,3                 | 16    | 20     | 195,6                                |
| 2008                                    | 331    | Макаронные изделия отварные с маслом сливочным             | 180          | 6,6                  | 5,76  | 43,8   | 261,3                                |
| 2007                                    | 123    | Компот из свежемороженных ягод (клубника)                  | 200          | 0,2                  | 0,08  | 17,42  | 69,44                                |
| 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                           |        |                                                            | 815          | 27,60                | 27,91 | 122,52 | 827,94                               |
| Полдник                                 |        |                                                            |              |                      |       |        |                                      |
| 2008                                    | 402    | Компот из смеси сухофруктов                                | 200          | 0,6                  | 0,1   | 31,7   | 131                                  |
| 2004                                    | 773    | Булочка "Веснушка"                                         | 80           | 6,29                 | 6,14  | 53,67  | 288,56                               |
| Итого за Полдник                        |        |                                                            | 280          | 6,9                  | 6,2   | 85,4   | 419,6                                |
| Итого за день                           |        |                                                            |              | 48,64                | 48,68 | 290,49 | 1754,50                              |

Заведующий производством