

СОГЛАСОВАНО

Директор МОУ «Щегловская СОШ»

Троицкая М.Л.

20 мая

2025г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ "Центр питания "Здоровое детство"

Павлова Н.М.

2025г.

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.

7 день

День: Вторник

Неделя: 2

| Год<br>изд.сборн<br>ика | № рец. | Присм пищи, наименование блюд                     | Масса порции | Пищевые вещества (г) |              |               | Энергетическая<br>ценность (ккал) |
|-------------------------|--------|---------------------------------------------------|--------------|----------------------|--------------|---------------|-----------------------------------|
|                         |        |                                                   |              | Б                    | Ж            | У             |                                   |
| 1                       | 2      | 3                                                 | 4            | 5                    | 6            | 7             | 8                                 |
| <b>Завтрак</b>          |        |                                                   |              |                      |              |               |                                   |
| 2008                    | 192    | Запеканка рисовая со сгущенным молоком            | 220/10       | 7,45                 | 12,2         | 31,6          | 269,5                             |
|                         | к/к    | Молоко питьевое                                   | 200          | 5,3                  | 5            | 9,6           | 108                               |
|                         | к/к    | Батон обогащенный микронутриентами                | 70           | 5,6                  | 2,43         | 37,1          | 196                               |
| <b>Итого за Завтрак</b> |        |                                                   |              | <b>18,35</b>         | <b>19,6</b>  | <b>78,3</b>   | <b>573,5</b>                      |
| <b>Обед</b>             |        |                                                   |              |                      |              |               |                                   |
| 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          | 18,1          | 147,9                             |
| АКП*                    | 336/04 | Бульон куриный с зеленью                          | 200/10/2     | 4,3                  | 1,1          | 1,1           | 92                                |
| АКП*                    | 232    | Шницель рубленый мясной                           | 90           | 10,15                | 11           | 21,9          | 184,5                             |
| 2008                    | 335    | Картофельное пюре                                 | 150          | 3,1                  | 5,4          | 20,3          | 174                               |
| 2008                    | 402    | Компот из смеси сухофруктов                       | 200          | 0,6                  | 0,1          | 25,7          | 131                               |
| 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                                |
| <b>Итого за Обед</b>    |        |                                                   |              | <b>23,10</b>         | <b>27,13</b> | <b>103,10</b> | <b>757,80</b>                     |
| <b>Итого за день</b>    |        |                                                   |              | <b>41,45</b>         | <b>46,71</b> | <b>181,35</b> | <b>1331,3</b>                     |

Заведующий производством

*В.М.Ф.*



СОГЛАСОВАНО

МОУ «Щегловская СОШ»

Директор \_\_\_\_\_ Троицкая М.Л.

20 мая \_\_\_\_\_  
2025г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ "Центр питания "Здоровое детство"

/ Навлова Н.М. /

2025г.

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.

8 день

День: Вторник

Неделя: 2

| Год<br>изд.сборни<br>ка | № рец. | Прием пищи, наименование блюд                     | Масса порции | Пищевые вещества (г) |              |               | Энергетическая<br>ценность (ккал) |
|-------------------------|--------|---------------------------------------------------|--------------|----------------------|--------------|---------------|-----------------------------------|
|                         |        |                                                   |              | Б                    | Ж            | У             |                                   |
| 1                       | 2      | 3                                                 | 4            | 5                    | 6            | 7             | 8                                 |
| <b>Завтрак</b>          |        |                                                   |              |                      |              |               |                                   |
| 2008                    | 192    | Запеканка рисовая со сгущенным молоком            | 220/10       | 7,45                 | 12,2         | 31,6          | 269,5                             |
| 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                               |
| <b>Итого за Завтрак</b> |        |                                                   |              | <b>14,55</b>         | <b>15,88</b> | <b>90,95</b>  | <b>572,5</b>                      |
| <b>Обед</b>             |        |                                                   |              |                      |              |               |                                   |
| 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          | 20            | 182,3                             |
| АКП*                    | 336/04 | Бульон куриный с зеленью                          | 250/10/2     | 5,3                  | 1,4          | 1,4           | 113,4                             |
| АКП*                    | 232    | Пшеница рубленый мясной                           | 100          | 12                   | 12,3         | 22,3          | 205                               |
| 2008                    | 335    | Картофельное пюре                                 | 180          | 4,72                 | 6,48         | 24,36         | 194                               |
| 2008                    | 402    | Компот из смеси сухофруктов                       | 200          | 0,6                  | 0,1          | 31,7          | 131                               |
| 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                                |
| <b>Итого за Обед</b>    |        |                                                   |              | <b>27,67</b>         | <b>30,61</b> | <b>115,46</b> | <b>832,70</b>                     |
| <b>Итого за день</b>    |        |                                                   |              | <b>42,22</b>         | <b>46,49</b> | <b>206,41</b> | <b>1405,2</b>                     |

Заведующий производством \_\_\_\_\_

*Валерия*



СОГЛАСОВАНО

Директор \_\_\_\_\_

МОУ «Щегловская СОШ»

Троицкая М.Л.

20 мая

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ "Центр питания "Здоровое детство"

Павлова Н.М. /

2025г.

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.

8 день

День: Вторник

Неделя: 2

| Год<br>изд. сборник<br>а | № рец. | Прием пищи, наименование блюд                     | Масса порции | Пищевые вещества (г) |              |               | Энергетическая<br>ценность (ккал) |
|--------------------------|--------|---------------------------------------------------|--------------|----------------------|--------------|---------------|-----------------------------------|
|                          |        |                                                   |              | Б                    | Ж            | У             |                                   |
| 1                        | 2      | 3                                                 | 4            | 5                    | 6            | 7             | 8                                 |
| <b>Завтрак</b>           |        |                                                   |              |                      |              |               |                                   |
| 2008                     | 192    | Запеканка рисовая со сгущенным молоком            | 220/10       | 7,45                 | 12,2         | 31,6          | 269,5                             |
| 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                               |
| <b>Итого за Завтрак</b>  |        |                                                   |              | <b>14,55</b>         | <b>15,88</b> | <b>90,95</b>  | <b>572,5</b>                      |
| <b>Обед</b>              |        |                                                   |              |                      |              |               |                                   |
| 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          | 20            | 182,3                             |
| АКП*                     | 336/04 | Бульон куриный с зеленью                          | 250/10/2     | 5,3                  | 1,4          | 1,4           | 113,4                             |
| АКП*                     | 232    | Шницель рубленый мясной                           | 100          | 12                   | 12,3         | 22,3          | 205                               |
| 2008                     | 335    | Картофельное пюре                                 | 180          | 4,72                 | 6,48         | 24,36         | 194                               |
| 2008                     | 402    | Компот из смеси сухофруктов                       | 200          | 0,6                  | 0,1          | 31,7          | 131                               |
| 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                                |
| <b>Итого за Обед</b>     |        |                                                   |              | <b>27,67</b>         | <b>30,61</b> | <b>115,46</b> | <b>832,70</b>                     |
| <b>Полдник</b>           |        |                                                   |              |                      |              |               |                                   |
| 2008                     | 430    | Чай с сахаром                                     | 200          | 0,2                  | 0,1          | 15            | 60                                |
| 2008                     | 467    | Булочка домашняя                                  | 70           | 4,62                 | 8,68         | 39,06         | 252                               |
| <b>Итого за Полдник</b>  |        |                                                   |              | <b>4,8</b>           | <b>8,8</b>   | <b>54,1</b>   | <b>312,0</b>                      |
| <b>Итого за день</b>     |        |                                                   |              | <b>47,04</b>         | <b>55,27</b> | <b>260,47</b> | <b>1717,20</b>                    |

Заведующий производством \_\_\_\_\_

13.06.25