

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор

МОУ «Щеволожская средняя общеобразовательная школа № 2»
 Павлова Н.М.
 19 марта 2025г.

Директор МАУ «Центр питания "Здоровое детство"»

Павлова Н.М.

2025г.

Десятидневное циклическое (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.

3 день

День: Среда

Неделя: 1

| Год изд. сборника | № рец. | Прием пищи, наименование блюд | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|-------------------------|--------|------------------------------------------------------------|--------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| | | | | Б | Ж | У | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| Завтрак | | | | | | | |
| 2008/АКП* | 184/05 | Каша овсяная "Геркулес" с соусом ягодным (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 | | | | 19,25 | 19,43 | 77,2 | 555 |
| Обед | | | | | | | |
| 2008 | 23 | Салат из помидоров и огурцов с растительным маслом | 60 | 0,54 | 5,9 | 1,74 | 63,6 |
| 2008 | 95 | Борщ со свежей капусты с картофелем и сметаной | 200/5 | 3,56 | 4,48 | 17,5 | 160 |
| АКП* | 336/04 | Бульон куриный с зеленью | 200/10/2 | 4,3 | 1,1 | 1,1 | 92 |
| 2008 | 265 | Плов (свинина) | 240 | 19 | 16,4 | 45 | 401 |
| 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 |
| Итого за Обед | | | | 25,65 | 27,18 | 103,44 | 821,60 |
| Итого за день | | | | 44,90 | 46,61 | 180,64 | 1376,60 |

Заведующий производством

Волов

СОГЛАСОВАНО

Директор МОУ "Школьная столовая"
Иванов
 19 марта 2025г.



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ "Центр питания "Здоровое детство"

/ Павлова Н.М. /

2025г.



Двухнедельное циклическое (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.

3 день

День: Среда

Неделя: 1

| Год инд.сборника | № рец. | Прием пищи, наименование блюд | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|-------------------------|--------|-------------------------------------------------------------|--------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| | | | | Б | Ж | У | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| Завтрак: | | | | | | | |
| 2008/АКП* | 184/05 | Капша 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 | | | | 14,15 | 14,53 | 82,6 | 507 |
| Обед | | | | | | | |
| 2008 | 23 | Салат из помидоров и огурцов с растительным маслом | 60 | 0,54 | 5,9 | 1,74 | 63,6 |
| 2008 | 95 | Борщ со свежей капусты с картофелем и сметаной | 250/5 | 4,4 | 5,57 | 21 | 199 |
| АКП* | 336/04 | Бульон куриный с зеленью | 250/10/2 | 5,3 | 1,4 | 1,4 | 113,4 |
| 2008 | 265 | Плов (свинина) | 250 | 20,1 | 17,1 | 46,9 | 417 |
| 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 | 40 | 2,6 | 0,4 | 18 | 90 |
| Итого за Обед | | | | 28,24 | 29,07 | 119,34 | 900,60 |
| Итого за день | | | | 42,39 | 43,60 | 201,94 | 1407,60 |

Заведующий производством

Волов

СОГЛАСОВАНО

Директор

М.О.У. Центр питания "Здоровое детство"
 Павлова Н.М.
 2025г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ "Центр питания "Здоровое детство"

Павлова Н.М.

2025г.



Двухнедельное индивидуальное (вариативное) сбалансированное меню бюджетного питания горячих завтраков, горячих обедов и полдников для организации питания обучающихся 12 лет и старше кадетских и спортивных классов в учреждениях дополнительного образования образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 180,00 руб.

3 день

День: Среда

Неделя: 1

| Год Ид. сборник а | № рец. | Прием пищи, наименование блюд | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|-------------------------|--------|------------------------------------------------------------|--------------|----------------------|--------------|---------------|-----------------------------------|
| | | | | Б | Ж | У | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| Завтрак | | | | | | | |
| 2008/ 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 | | | | 14,15 | 14,53 | 82,6 | 507 |
| Обед | | | | | | | |
| 2008 | 23 | Салат из помидоров и огурцов с растительным маслом | 60 | 0,54 | 5,9 | 1,74 | 63,6 |
| 2008 | 95 | Борщ со свежей капусты с картофелем и сметаной | 250/5 | 4,4 | 5,57 | 21 | 199 |
| АКП* | 336/04 | Бульон куриный с зеленью | 250/10/2 | 5,3 | 1,4 | 1,4 | 113,4 |
| 2008 | 265 | Шлов (свинина) | 250 | 20,1 | 17,1 | 46,9 | 417 |
| 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 | 40 | 2,6 | 0,4 | 18 | 90 |
| Итого за Обед | | | | 28,24 | 29,07 | 119,34 | 900,60 |
| Полдник | | | | | | | |
| 2008 | 394 | Компот из свежих яблок | 200 | 0,2 | 0,2 | 27,9 | 115 |
| 2011 | 442 | Пельменки Московские | 80 | 6,9 | 4,36 | 49,32 | 263,8 |
| Итого за Полдник | | | | 7,1 | 4,6 | 77,2 | 378,8 |
| Итого за день | | | | 49,49 | 48,16 | 279,16 | 1786,40 |

Заведующий производством

В.В.В.В.