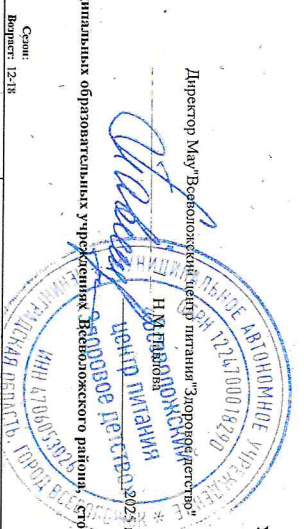


Директор МБОУ "Вельювская СОШ"
 [Подпись]
 2025



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

Директор Муниципального центра питания "Здоровое питание" Н.М.Рыжова
 [Подпись]
 2025 г.



Дата: 11.09.2025

Сумма: 12,18

Год	№ п/п	Прочие виды, наименования блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)	Витаминизация (мг)											
				Б	Ж	У	Вит	С	А		Е	Са	Р	Мg	Fe							
2008/	189/05	Каша пшеничная молотая с соусом ягодным (клубника)	200/20	8,4	12,1	32,8	283,5	0,14	1,3	0,05	0,8	150,00	193,1	38,3	2,6							
2008	430	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60	0	0	0	0	5	8	4	1							
	к/к	Безотоблаженный микрогруппамин	70	5,6	2,43	37,1	196	0,84	0	0	0	13,3	9,1	45,5	0,7							
Итого за Завтрак			500	14,15	14,63	84,9	539,5	0,98	1,3	0,05	0,8	169,1	210,2	87,8	4,3							

Обед (ПЕРВОЕ БЛЮДО И НАПИТОК НА ВЫБОР)

АКТ*	68	Салат из моркови с маслом растительным	60	0,73	3,25	4	57,5	0,058	4,81	1,95	0,83	26,04	53	36,59	0,6
2008	99/73	Суп картофельный с горошком и гречихой	250/10	9,11	4	28,06	189	0,18	6,00	0,2	0,56	53,23	150,00	40,00	2,19
АКТ*	336/03	Бульон куриный с гречихой	250/10/10	11,82	9,46	22,52	213,35	0,00	0,50	0,0	0,00	3,70	0,00	5,00	0,25
АКТ*	78	Мясо тушеное (свинина)	100	10,9	16	20,04	234,4	0,22	0,83	0,19	0,91	21,2	76,2	14,37	0,78
2008	323	Каша греческая рассыпчатая	180	4,36	5,22	45,24	250,2	0,011	0	0,011	0,24	13,2	93,6	31,2	0,72
2008	436	Напиток лимонный	200	0,2	0	6,4	68	0,01	6,4	0	0	6,88	3,52	1,92	0,17
2008	430	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60	0	0	0	0	5	8	4	1
	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микрогруппами	30	1,95	0,3	13,5	66	0,07	0	0	0,67	5,4	5,7	2,61	1,2
Итого за Обед			830	27,25	29,07	117,24	865,1	0,55	18,04	2,4	3,31	125,95	382,02	150,18	5,66

Полдник

2008	433	Кефир	200	5,8	5,0	8,0	100,2	0,3	7	0,3	0	120,00	140	950	0
2005	428	Булочка школьная	60	5,4	4,6	30,5	187,7	0,5	3	0,6	0,2	6,5	2,3	10,8	0,2
Итого за Полдник			260	11,6	9,6	38,5	287,9	0,8	10,0	0,9	0,2	126,5	142,3	960,8	0,2
Итого за день				53,00	53,30	240,64	1692,50	2,33	29,34	3,34	4,31	421,55	734,52	1198,78	10,16

**Дружественное инспекционное (фармацевтическое) обследование меню
бюджетного питания горячих завтраков, горячих обедов и полдников для организации питания обучающихся 12 лет и старше калекетских и спортивных классов в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью
180,00 руб.**

Дом: 2-й этаж

Семь: 12-18

Год исследования	№ п/п	Пример пищи, используемые блюда	Масса порции	Вегетарианские белки (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)								Минеральные вещества (мг)					
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe						
1	2		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16						
Завтрак																					
2008	192	Завтрак рисовый со сухим молоком	220/10	745	122	31,6	209,5	0,05	0	0,09	1,3	14,50	92	25,84	1,6						
2008	432	Кофейный напиток	200	1,5	1,3	22,3	107	1	0,01	0	0	61	45	7	1						
	к/к	Биток обогащенный микроэлементами	70	5,6	2,43	37,1	196	0,84	0	0	0	13,3	9,1	45,5	0,7						
Итого за завтрак			500	14,55	15,88	90,95	572,5	1,89	0,01	0,09	1,3	88,8	146,1	78,34	3,3						

Обед (ПЕРВОЕ БЛЮДО И НАПИТОК НА ВЫБОР)

2011	52	Салат из овощей отварной с маслом растительным	60	2,7	5,53	3,6	54,4	0,01	2,19	0,01	2,2	21,24	33,6	12,41	1
2008	91	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	250/5	3	5,77	18	133	0,08	7,96	0,21	0,2	33,83	78,6	26,8	0,99
	АКГ*	Булочка круглая с маслом	250/10/2	5,3	1,4	1,4	113,4	0,80	0,22	0,0	0,00	2,50	0,00	3,70	0,12
2008	314	Шпинель рубленый из пшны	100	12,5	13,4	20,5	240	0,1	16	0,13	3,6	82	164	38	2
2008	331	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	180	6,6	5,76	43,8	261,3	0,07	0	0,03	0,9	13,2	43,2	8,4	0,9
2007	123	Компот из свежемороженых ягод (клубника)	200	0,2	0,08	17,42	69,44	0,006	40	0	0,1	7,32	6,6	6,2	0,3
2008	430	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60	0	0	0	0	5	8	4	1
	к/к	Хлеб ржаной-пшеничный обогащенный микроэлементами	40	2,6	0,4	18	90	0,09	0	0	0,9	7,2	7,6	34,8	1,6
Итого за Обед			835	27,60	30,94	121,32	848,14	0,36	66,15	0,38	7,90	164,99	333,60	126,61	6,79

Полдник

2008	430	Чай с сахаром	200	0	0	13	60	0	0	0	0	5	8	4	1
2004	736	Крепитель сахарный	75	6,01	7,46	45,99	274,85	0,08	2,64	0,04	0,9	14,6	44	8	0
Итого за Полдник			275	6,0	7,5	61,0	334,9	0,1	2,6	0,0	0,9	19,6	52,0	12,0	1,0
Итого за день			481,6	54,28	273,26	1755,49	2,33	68,80	0,51	10,10	223,39	531,70	216,95	11,09	

Дневное меню инклюзивное (вариативное) «Интеграция» обучающихся 12 лет и старше кадетских и спортивных классов в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимость 180,00 руб.

Дата: 3 Сентября
 Место: 12.18
 Класс: 12.18

Год	Месяц	Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)					
				Б	Ж	У	В1	С	А		Е	Ca	P	Mg	Fe							
2008/	18/05	Каша овсяная "Гранулес" с соусом ягодно-лимонным (ягодное ассорти)	200/50	8,4	12,0	30,5	251,0	0,17	13,22	0,05	0,26	144,00	230,12	70	2,6							
АКТ+	430	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	1,5	60	0	0	0	0	5	8	4	1							
2008	к/к	Битон обогащенный микроэлементами	70	5,6	2,43	37,1	196	0,284	0	0	0	13,3	9,1	45,5	0,7							
Итого за Завтрак				500	14,15	14,53	82,6	507	1,01	13,22	0,05	0,26	162,3	247,22	119,5	4,3						
Обед (ПЕРВОЕ БЛЮДО И НАПИТОК НА ВЫБОР)																						
2008	23	Салат из помидоров и огурцов с растительным маслом	60	0,54	5,9	1,74	63,6	0,02	10,8	0,06	2,94	14,4	17,4	9,6	0,54							
2008	95	Борщ со свежей капустой с вареной фасолью и сметаной	250/5	4,4	5,57	21	199	0,25	11,81	24,25	2,11	12,81	179,12	33,58	0,99							
АКТ+	336/04	Булочка пружинная с заливкой	250/102	5,3	1,4	1,4	113,4	0,00	0,22	0,0	0,00	2,50	0,00	3,70	0,12							
2008	265	Плов (свинина)	250	20,1	17,1	46,9	417	0,37	0	0,06	2,25	10,4	160	20,9	2,1							
2008	402	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,1	31,7	131	0,02	0	0,01	0,5	21	23	16	0,7							
2008	430	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	1,5	60	0	0	0	0	5	8	4	1							
к/к	к/к	Хлеб ржаной-пшеничный обогащенный микроэлементами	40	2,6	0,4	18	90	0,09	0	0	0,9	7,2	7,6	34,8	1,6							
Итого за Обед				805	28,24	28,07	119,34	906,60	0,75	22,61	24,38	8,70	65,81	387,12	114,88	5,93						
Подзаголовок																						
2008	394	Компот из свежих яблок	200	0,2	0,2	27,9	115	0,01	2	0	0,1	7	4	4	1							
2011	442	Пловная Московская	80	6,9	4,36	49,32	263,8	0,1	3,3	0,05	1,16	18,3	55	10	0							
Итого за Подзаголовок				280	7,1	4,6	77,2	378,8	0,1	5,3	0,1	1,3	25,3	59,0	14,0	1,0						
Итого за день				49,49	48,16	279,16	1786,40	1,87	41,13	24,48	10,22	253,41	693,34	248,38	11,23							

**Двухмесячное цикличное (вариативное) сбалансированное меню
 для обучающихся 12 лет и старше кадетских и спортивных классов в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью
 180,00 руб.**

Днем: 5 Пятница

Сезон: Зима

Год подготовки	№ рецеп	Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Недели:						Всего:					
				Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)	В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
1	2		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16

Завтрак															
2008/ АКТ*	184/06	Каша гречневая молочная с ягодным соусом (клубника)	200/30	8,4	1,18	24,6	263,2	0,18	1,3	0,05	0,52	128,30	234	112,4	4
2008	430	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60	0	0	0	0	5	8	4	1
	к/к	Батон обогащенный микроэлементами	70	5,6	2,43	37,1	196	0,84	0	0	0	13,3	9,1	45,5	0,7
Итого за завтрак			500	14,15	4,33	76,7	519,2	1,02	1,3	0,05	0,52	146,6	251,1	161,9	5,7

Обед (ПЕРВОЕ БЛЮДО И НАПИТОК НА ВЫБОР)															
2008/ 2011	74/ 28.02/	Салат из белокочанной капусты и морков. растительным сло	60 (60)	0,96	3,06	4,14	48	0,018	23,4	0,02	1,44	31,2	16,2	9	0,4
2008	116(01)/73	Овощи порционно (суперсвежий) (с 01.03)	250/10	4	3	27,5	159,12	0,04	5,30	0,1	0,30	64,30	51,90	15,10	0,90
	АКТ*	Булочка кругляш с изюмом	250/10/2	5,3	1,4	1,4	113,4	0,80	0,22	0,0	0,80	2,50	0,80	3,70	0,12
	АКТ*/ 2008	Виточки (свинина) в соусе томатном	100/50	13,84	15,5	17,37	244,6	0	3,6	0	4,4	10,5	23,4	6,5	0,43
2008	331	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	180	6,6	5,76	43,8	261,3	0,07	0	0,03	0,9	13,2	43,2	8,4	0,9
2016	1210	Напиток из плодов шиповника	200	0,4	0,2	23,8	100	0	110	0	0	14	2	4	0,6
2008	430	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60	0	0	0	0	5	8	4	1
	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	30	1,95	0,3	13,5	66	0,07	0	0	0,67	5,4	5,7	26,1	1,2
Итого за Обед			880	27,75	27,82	130,31	879,02	0,20	142,30	0,17	7,71	138,60	143,40	69,10	4,43

Подливки															
2008	432	Кефирный напиток	200	1,5	1,3	22,3	107	1	0,01	0	0	61	45	7	1
2004	736	Крепитель сахарный	75	6,01	7,46	45,99	274,85	0,08	2,64	0,04	0,9	14,6	44	8	0
Итого за Подливки			275	7,5	8,8	68,3	381,9	1,1	2,7	0,0	0,9	75,6	89,0	15,0	1,0
Итого за день			49,41	50,91	275,30	1780,07	2,30	146,25	0,26	9,13	360,80	482,50	246,00	11,13	

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

Дети: в среднем

Наелся: 1

Секунд:

12,18

Год поставщика	№ п/п	Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)						Mg	Fe
				B	Ж	У	В1	C	A		E	Ca	P	Mg	Fe			
2008/ АКТ*	189/04	Каши рисовая молочная с соусом ягодным (сезонная)	200/30	8,4	1,8	24,6	263,2	0,18	1,3	0,05	0,32	128,30	2,34	112,4	4			
2008	432	Кофейный напиток	200	1,5	1,3	22,3	107	1	0,01	0	0	61	45	7	1			
	к/к	Батои обогащенный микроэлементами	70	5,6	2,43	37,1	196	0,84	0	0	0	13,3	9,1	45,5	0,7			
Итого за Завтрак			500	15,45	15,53	84	566,2	2,02	1,31	0,05	0,32	202,6	288,1	164,9	5,7			

Обед (ПЕРВОЕ БЛЮДО И НАПИТОК НА ВЫБОР)

2008	51	Винегрет овощной	60	0,8	4,1	4	73,8	0,01	9,6	0,15	2,76	22,8	21,6	11,4	0,6	
2008	100	Суп картофельный с вермишелью	250	6,24	7,5	33	200,3	0,10	8,00	0,3	0,30	23,00	64,00	25,00	1,00	
АКТ*	336/04	Вулкан куринный с зеленью	250/10/2	5,3	1,4	1,4	113,4	0,30	0,22	0,0	0,00	2,50	0,00	3,70	0,12	
2008	261/373	Пюре картофельное, тушеная в соусе сметанная с томатом и луком	100	13,4	11,9	12,2	168	0,25	16,00	7	3,30	25,30	304,00	21,30	7,00	
2008	335	Картофельное пюре	180	4,72	6,48	24,36	194	0,16	6	0,047	0,24	56,4	102	34,8	1,3	
2008	394	Компот из свежих яблок	200	0,2	0,2	27,9	115	0,01	2	0	0,1	7	4	4	1	
2008.	430	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60	0	0	0	0	5	8	4	1	
	к/к	Хлеб ржаной-пшеничный обогащенный микроэлементами	30	1,95	0,3	13,5	66	0,07	0	0	0,67	5,4	5,7	26,1	1,2	
Итого за Обед			820	27,31	30,48	114,96	817,10	0,60	41,60	7,05	7,37	139,90	301,30	122,60	12,10	

Полдник

2008	430	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60	0	0	0	0	5	8	4	1	
2005	428	Булочка школьная	60	5,8	4,6	30,5	187,7	0,5	3	0,6	0,2	6,5	2,3	10,8	0,2	
Итого за Полдник			260	6,0	4,7	45,5	247,7	0,5	3,0	0,6	0,2	11,5	10,3	14,8	1,2	
Итого за день				48,76	50,71	244,46	1621,00	3,12	45,91	7,70	8,09	354,00	799,70	302,20	19,00	

Духищальное население (зариантное) сбалансированное меню
бюджетного питания горячих завтраков, горячих обедов и полдников для организации питания обучающихся 12 лет и старше калесских и спортивных классов в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 180,00 руб.

Дата: 11.10.2018
 №: 2

Сезон:
 Время: 12:18

Год	№ рецепта	Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)						Макроэлементы (мг)					
				Б	Ж	У	В1	С	А		Е	Са	Р	Мg	Fe							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16							
Завтрак																						
2008/	189/05	Каша пшеничная молочная с соусом ягодным (сир.б/ина)	200/30	8,4	12,1	32,8	283,5	0,14	1,3	0,05	0,8	150,80	193,1	38,3	2,6							
АКП*																						
2008	430	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60	0	0	0	0	5	8	4	1							
		Блюдо обогащенный микроэлементами	70	5,6	2,43	37,1	196	0,84	0	0	0	13,3	9,1	45,5	0,7							
		Итого за завтрак	500	14,15	14,63	84,9	539,5	0,98	1,3	0,05	0,8	169,1	210,2	87,8	4,3							
Обед (ПЕРВОЕ БЛЮДО И НАПИТОК НА ВЫБОР)																						
АКП*	68	Салат из моркови с майонез растительным	60	0,73	3,25	4	57,5	0,058	4,81	1,95	0,83	26,04	53	36,59	0,6							
2008	99/73	Суп картофельный с горохом и грибами	250/10	9,11	4	28,06	189	0,18	6,00	0,2	0,66	53,23	150,00	40,80	2,19							
АКП*	336/03	Бульон куриный с грибами	250/10/10	11,82	9,46	22,52	213,55	0,00	0,50	0,0	0,90	3,70	0,00	5,00	0,25							
2015	260	Гуаш из свинины	100	12,1	14,9	26,4	235	0,22	0,83	0,19	0,91	21,2	76,2	14,37	0,78							
2008	325	Рис отварной	180	4,44	8,56	37	213,6	-0,024	0	0,06	0,36	3,6	73,2	22,8	0,72							
2008	436	Напиток лимонный	200	0,2	0	6,4	68	0,01	6,4	0	0	6,88	3,52	1,92	0,17							
2008	430	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60	0	0	0	0	5	8	4	1							
		Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	30	1,95	0,3	13,5	66	0,07	0	0	0,67	5,4	5,7	26,1	1,2							
		Итого за обед	830	28,53	31,01	115,36	859,10	0,56	18,04	2,44	3,43	116,35	361,62	141,78	5,66							
Полдник																						
2008	435	Раженка	200	6,0	8,0	7,0	124,0	0,3	7	0,3	0	120,00	140	930	0							
2011	442	Пицца Московская	80	6,9	4,36	49,32	263,8	0,1	3,3	0,05	1,16	18,3	55	10	0							
		Итого за полдник	280	12,9	12,4	56,3	387,8	0,4	10,3	0,4	1,2	138,3	195,0	960,0	0,0							
		Итого за день		55,58	58,00	256,58	1786,40	1,94	29,64	2,84	5,39	423,75	766,82	1889,58	9,96							

Душевное питание (вариативное) сбалансированное меню
бюджетного питания горячих завтраков, горячих обедов и полдников для организации питания обучающихся 12 лет и старше калеских и спортивных классов в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 180,00 руб.

Дата: в Втором 2

Сезон: Времен: 12-18

Год	№ рецеп.	[Прочие продукты, исключение белка]	Масса порции	Пищевые вещества (г)							Энергетическое значение (ккал)	Витамины (мг)											
				Б	Ж	У	В1	С	А	Е		Ca	Р	Mg	Fe								
2008	192	Запеканка рисовая со ступеным молоком	220/10	745	122	316	269,5	0,05	0	0,09	1,3	14,50	92	25,84	1,6								
2008	432	Кофейный напиток	200	1,5	1,3	22,3	107	1	0,01	0	0	61	45	7	1								
2008	к/к	Биток обогащенный микроэлементами	70	5,6	2,43	37,1	195	0,84	0	0	0	13,3	9,1	45,5	0,7								
Итого за Завтрак			500	14,55	15,88	90,95	572,5	1,89	0,01	0,09	1,3	88,8	146,1	78,34	3,3								

Обед (ПЕРВОЕ БЛЮДО И НАПИТОК НА ВЫБОР)

2011	52	Салат из свежих овощей с маслом растительным	60	2,7	5,53	3,6	54,4	0,01	2,19	0,01	2,2	21,24	33,6	12,41	1
АКТ*	73,01	Суп овощной со сливками персик	250	5,7	5,9	20	182,3	0,12	11	0,2	0,22	29,2	126,9	36,2	1,8
АКТ*	336/04	Бульон куриный с зеленью	250/102	5,3	1,4	1,4	113,4	0,00	0,22	0,0	0,00	2,50	0,00	3,70	0,12
АКТ*	232	Шницель рыбный с маслом	100	12	12,3	22,3	205	0,17	0	0,05	3,6	12	153	23,3	2
2008	335	Картофельное пюре	180	4,72	6,48	24,36	194	0,16	6	0,047	0,24	56,4	102	34,8	1,3
2008	402	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,1	31,7	131	0,02	0	0,01	0,5	21	23	16	0,7
2008	430	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60	0	0	0	0	5	8	4	1
	к/к	Хлеб ржаной-пшеничный обогащенный микроэлементами	30	1,95	0,3	13,5	66	0,07	0	0	0,67	5,4	5,7	26,1	1,2
Итого за Обед			820	27,67	30,61	115,46	832,70	0,55	19,19	0,32	7,53	145,24	444,20	148,81	8,00

Полдник

2008	430	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60	0	0	0	0	5	8	4	1
2008	467	Булочка дрожжевая	70	4,62	8,68	39,06	252	0,08	0	0,06	0,63	10,5	39,2	6,3	0,5
Итого за Полдник			270	4,8	8,8	54,1	312,0	0,1	0,0	0,1	0,6	15,5	47,2	10,3	1,5
Итого за день				47,04	55,27	260,47	1717,20	2,52	19,20	0,47	9,46	249,54	637,50	237,45	12,80

Духовенственное психическое (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.

Дата: 9.08.2018

Сезон: Зимний

Время: 12:18

Год	Месяц	Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)							
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
Завтрак															
2008/	АКП*	Каши овсяная "Горюхи" с соусом ягодным (ягодное ассорти)	200/30	4,4	12,0	30,5	251,0	0,17	13,22	0,05	0,26	144,00	230,12	70	2,6
2008	430	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60	0	0	0	0	5	8	4	1
	к/к	Битон обогащенный микроэлементами	70	5,6	2,43	37,1	196	0,34	0	0	0	13,3	9,1	45,5	0,7
Итого за завтрак			500	14,15	14,53	82,6	507	1,01	13,22	0,05	0,26	162,3	247,22	119,5	4,3

Обед (ПЕРВОЕ БЛЮДО И НАПИТОК НА ВЫБОР)

2011	71	Овощи паровые (отвар с овощами)	60	0,5	0,1	1,5	8,4	0,018	6	0,006	0,06	13,8	25,2	8,4	0,36
2008	95	Борщ со свежей капустой с картофелем и сметаной	250/5	3,2	5,57	21	199	0,25	11,81	24,25	2,11	12,81	179,12	33,58	0,99
АКП*	336/04	Бульон куриный с зеленью	250/10/2	5,3	1,4	1,4	113,4	0,00	0,22	0,0	0,00	2,50	0,00	3,70	0,12
2008	256	Печень по-строгановски	100	14,3	16	20	195,6	0,4	2,8	0,07	0,55	52,7	209,8	36,1	3,1
2008	331	Макaronные изделия отварные с маслом сливочным	180	6,6	5,76	43,8	261,3	0,07	0	0,03	0,9	13,2	43,2	8,4	0,9
2007	123	Компот из свежих замороженных ягод (клубника)	200	0,2	0,08	17,42	69,44	0,006	40	0	0,1	7,52	6,6	6,2	0,3
2008	430	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60	0	0	0	0	5	8	4	1
	к/к	Хлеб ржаной-пшеничный обогащенный микроэлементами	40	2,6	0,4	18	90	0,09	0	0	0,9	7,2	7,6	34,8	1,6
Итого за Обед			835	27,40	27,91	121,72	823,74	0,83	60,61	24,36	4,62	107,23	471,52	127,48	7,25

Полдник

2008	402	Компот из свежих фруктов	200	0,6	0,1	31,7	131	0,02	0	0,01	0,5	21	23	16	0,7
2004	773	Булочка "Васюшки"	80	6,29	6,14	33,67	208,56	0,1	6,3	0,05	1,16	18,3	55	10	0
Итого за Полдник			280	6,9	6,2	85,4	419,6	0,1	6,3	0,1	1,7	39,3	78,0	26,0	0,7
Итого за день			48,44	48,68	289,69	1790,30	1,96	80,13	24,47	6,54	308,53	796,74	277,98	12,25	

Дневное меню (вариативное) сбалансированное меню
бюджетного питания горячих завтраков, горячих обедов и полдников для организации питания обучающихся 12 лет и старше калеских и спортивных классов в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 180,00 руб.

Дата: 10 Января

Сезон: Зимой

Топ категория	Меню	Продукты, наименования блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)							
				B	Ж	У		В1	С	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16

Завтрак															
2008	187	Каша "Янтарная" (пшено, яблоко)	230	8,1	12,2	26,5	271,3	0,17	13,22	0,05	0,26	144,00	220,12	70	2,6
2008	432	Кофейный напиток	200	1,5	1,3	22,3	107	1	0,01	0	0	61	45	7	1
		Витон обогащенный микроэлементами	70	5,6	2,43	37,1	196	0,84	0	0	0	13,3	9,1	45,5	0,7
Итого за Завтрак			500	15,2	15,97	85,85	574,3	2,01	13,23	0,05	0,26	218,3	284,22	122,5	4,3

Обед (ПЕРВОЕ БЛЮДО И НАПИТОК НА ВЫБОР)															
2008	23	Салат из помидоров и огурцов с растительным маслом	60	0,54	6,06	1,74	63,6	0,02	10,8	0,06	2,94	14,4	17,4	9,6	0,54
2008	116(01)/73	Суп-пюре из тыквы с гречани	250/10	4	3	27,5	159,12	0,04	5,30	0,1	0,30	64,30	31,90	15,10	0,90
		АКП*	250/10/10	11,82	9,46	22,52	213,55	0,00	0,50	0,0	0,00	3,70	0,00	5,00	0,25
2008	258	Жаркое по-домашнему со свиной	280	21,05	21,5	52,08	465	0,1	4,6	0,1	0,2	24,5	18,3	13,3	0,9
2016	1210	Напиток из плодов шиповника	200	0,4	0,2	23,8	100	0	-110	0	0	14	2	4	0,6
2008	430	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60	0	0	0	0	5	8	4	1
		К/К	30	1,95	0,3	13,5	66	0,07	0	0	0,67	5,4	5,7	26,1	1,2
Итого за Обед			830	27,94	31,06	118,62	853,72	0,23	130,70	0,28	4,11	122,60	95,30	68,10	4,14

Полдник															
2008	435	Кефир	200	5,8	5,0	8,0	100,2	0,3	7	0,3	0	120,00	140	950	0
2005	428	Булочка ванильная	60	5,8	4,6	30,5	187,7	0,5	3	0,6	0,2	6,5	2,3	10,8	0,2
Итого за Полдник			260	11,6	9,6	38,5	287,9	0,8	10,0	0,9	0,2	126,5	142,3	960,8	0,2
Итого за день				54,74	56,63	242,97	1715,92	3,04	153,93	1,23	4,57	467,40	521,82	1151,40	8,64

Дневное меню (вариативное) сбалансированное меню
бюджетного питания горячих завтраков, горячих обедов и полдников для организации питания обучающихся 12 лет и старше калесских и спортивных классов в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 180,00 руб.

Дети: 12 Смена
 Наимен: 2

Семь
 Возраст:

12:10

Год инв.оборудован	Же.реч	Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)							
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
Завтрак															
2008/АКГ*	184/06	Каша Печеная молочная с ягодами соусом (сдобника)	200/30	8,4	11,8	24,6	263,2	0,18	1,3	0,05	0,52	128,30	234	112,4	4
2008	431	Чай с сахаром и лимонком	200/5	0,3	0	15,2	62	0	3	0	0	7,4	9	5	0,1
	к/к	Рагон обогащенный микроэлементами	65	5,2	2,26	34,45	182	0,78	0	0	0	12,35	8,45	42,25	0,65
Итого за Завтрак			500	13,85	14,06	74,25	507,2	0,96	4,3	0,05	0,52	148,05	251,45	159,65	4,75

Обед (ПЕРВОЕ ЕДЛОДО И НАПИТОК НА ВЫБОР)

2008	51	Винегрет овощной	60	0,8	4,1	4	73,8	0,01	9,6	0,15	2,76	22,8	21,6	11,4	0,6
2008	71/92	Суп картофельный с клецками	250/15	4,11	3,4	16,9	130,8	0,08	8,4	0,21	0,2	34,32	79,7	27,25	1
АКГ*	336/03	Бульон куриный с гречками	250/10/10	11,82	9,46	22,52	213,55	0,00	0,50	0,0	0,80	3,70	0,00	5,00	0,25
АКГ*	345	Рыбные пельди заправленные с супом	100	15,5	13,6	20,2	223,4	0,05	5	0,02	4,1	43	137,5	19,4	0,9
2008	325	Рис отварной	180	4,44	8,56	37	243,6	0,024	0	0,06	0,36	3,6	73,2	22,8	0,72
2008	394	Компот из свежих яблок	200	0,2	0,2	27,9	115	0,01	2	0	0,1	7	4	4	1
2008	430	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60	0	0	0	0	5	8	4	1
	к/к	Хлеб ржаное-пшеничный обогащенный микроэлементами	30	1,95	0,3	13,5	66	0,07	0	0	0,67	5,4	5,7	26,1	1,2
Итого за Обед			835	27,00	30,16	119,80	852,60	0,24	25,00	0,44	8,19	116,12	321,70	110,95	5,42

Полдник

2008	430	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60	0	0	0	0	5	8	4	1
2004	773	Булочка "Воздушная"	80	6,29	6,14	53,67	288,56	0,1	6,3	0,05	1,16	18,3	55	10	0
Итого за Полдник			280	6,5	6,2	68,7	348,6	0,1	6,3	0,1	1,2	23,3	63,0	14,0	1,0
Итого за день				47,3	50,5	262,4	1708,4	1,3	35,6	0,5	9,9	287,5	636,2	284,6	11,2
Итого за 12 дней				606,1	640,2	3143,0	20874,1	26,8	870,2	67,0	91,3	4176,1	7921,7	6889,3	138,0
Итого среднее за день				50,5	53,4	261,9	1739,5	2,2	72,5	5,6	7,6	348,0	660,1	569,9	11,5

Приложение к инвентарному дучисельному меню

***АКП- акт контрольной проработки**

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, 1983 г

Методические указания города Москвы: Организация питания в дошкольных образовательных учреждениях. 2007.

Сборник исторических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга, СПб, 2008, под редакцией Кутковой М.Н.

Сборник рецептов на продукцию общественного питания. М. П. Могильный Изд. 2-е, ДелДел папес. 2016

Таблица химического состава и калорийности российских продуктов питания. Справочник. -Москва, ДелДел принт, 2007. -276с. Редакция Сурехина И.М., Гудельяна В.А.

Допускается отклонения в случае подачи в наименьших по фруктам, десертам, напиткам, сезонные замены овощей и фруктов.