



СОГЛАСОВАНО

Директор *Игорь, Сем. Аманжолович 180*

*Гусевых О.И.*

11 ноября 2024 г.



УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО "СТК"

Степанова Е.Г.

2024 г.

**Двухнедельное циклическое сбалансированное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов для организации питания обучающихся 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района.**

День: Понедельник

Неделя: 1

Год изд. сборника	№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
<b>2-й Завтрак</b>							
2008	430	Чай с сахаром	200	0	0	15	60
	к/к	Вафли в ассортименте	40	1,3	2	15	104
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>			<b>240</b>	<b>1,3</b>	<b>2</b>	<b>30</b>	<b>164</b>
<b>Обед</b>							
2012/АКП*	369(06)	Доп. Гарнир: Горошек зеленый (консервированный)	60	0,51	0,06	4,72	49,5
2008	99/73	Суп картофельный с горохом и гречками	250/15	7,67	4,58	28,22	185,4
2015	260	Гуляш из свинины	100	10,9	17,1	4,9	235
2008	331	Макаронные изделия отварные	180	6,6	5,76	37,5	229,2
2008	442	Сок фруктовый в ассортименте	200	1	0,2	19,8	86
	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	30	1,95	0,3	13,5	66
	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	25	2	0,87	13,25	70
<b>Итого за Обед</b>			<b>860</b>	<b>30,63</b>	<b>28,87</b>	<b>121,89</b>	<b>921,10</b>
<b>Итого за день</b>				<b>31,93</b>	<b>30,87</b>	<b>151,89</b>	<b>1085,1</b>

Заведующий производством *Булганова Е.В.*



СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ №1 «Алаповский 180»

12 ноября 2024 г.



УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО "СТК"

Степанова Е.Г.

2024 г.

**Двухнедельное циклическое сбалансированное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов для организации питания обучающихся 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района**

День: 2 Вторник

Неделя: 1

Год изд. сборника	№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
<b>2-й завтрак</b>							
2008	432	Кофейный напиток	200	1,5	1,3	22,3	107
	к/к	Зефир в ассортименте	50	0,4	0,1	39,9	163
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>			<b>250</b>	<b>1,9</b>	<b>1,4</b>	<b>62,2</b>	<b>270</b>
<b>Обед</b>							
АКП*	372/1	Салат из свеклы с изюмом и маслом растительным	60	2	3,6	8,7	100
2008	84	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	250/5	3,08	5,6	7,96	95,53
2008	311	Плов из птицы	280	20,2	24,4	51,69	459,2
2008	402	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,1	31,7	131
	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	40	2,6	0,4	18	90
	к/к	Батон обогащенный микроэлементами	25	2	0,87	13,25	70
<b>Итого за Обед</b>			<b>860</b>	<b>30,48</b>	<b>34,97</b>	<b>131,30</b>	<b>945,73</b>
<b>Итого за день</b>				<b>32,38</b>	<b>36,37</b>	<b>193,5</b>	<b>1215,73</b>

Заведующий производством Булгакова Е.В.



СОГЛАСОВАНО

Директор МОБУ «СОШ № 11» Агапатовский А.В.

13 ноября 2024 г.



УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО «СТК»

Степанова Е.Г.

2024 г.

**Двухнедельное циклическое сбалансированное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов для организации питания обучающихся 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района**

День: 3 Среда

Неделя: 1

Год изд. сборника	№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
<b>2-й завтрак</b>							
2008	431	Чай с сахаром и лимоном	200/5	0,3	0	15,2	62,0
	к/к	Пряник	40	2,16	5,8	21,3	146,4
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>			<b>245</b>	<b>2,46</b>	<b>5,8</b>	<b>36,5</b>	<b>208,4</b>
<b>Обед</b>							
2011	71	Овощи порционно (огурец свежий)	60	0,48	0,09	1,5	8,4
2008	91	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	250/5	4	5,77	17,11	152,75
АКП*	345	Рыбные гнезда запеченные с сыром	100	14,2	15	20,26	223,4
2008	335	Картофельное пюре	180	4,72	6,48	24,36	194
2008	436	Напиток апельсиновый	200	0,2	0	25,7	105
	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	40	2,6	0,4	18	90
	к/к	Батон обогащенный микроэлементами	25	2	0,87	13,25	70
<b>Итого за Обед</b>			<b>860</b>	<b>28,20</b>	<b>28,61</b>	<b>120,18</b>	<b>843,55</b>
<b>Итого за день</b>				<b>30,66</b>	<b>34,41</b>	<b>156,68</b>	<b>1051,95</b>

Заведующий производством

Булгакова Е.В.



СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ «СШ № 18 «Ахматовской со»  
Гуменюк А.И.  
14 ноября 2024 г.



ОТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО «СТК»  
Степанова Е.Г.  
2024 г.

Двухнедельное циклическое сбалансированное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов для организации питания обучающихся 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района

День: 4 Четверг

Неделя: 1

Год изд. сборника	№ рецепта	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
<b>2-й завтрак</b>							
2008	433	Какао с молоком	200	3	2,6	24,8	134,15
2008	2	Бутерброд с джемом	50	1,5	5,37	27,5	165
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>			<b>250</b>	<b>4,5</b>	<b>7,97</b>	<b>52,3</b>	<b>299,15</b>
<b>Обед</b>							
2008	23	Салат из помидоров и огурцов с растительным маслом	60	0,54	6,06	1,74	63,6
2008	80	Борщ сибирский со сметаной	250/5	5,97	7,16	13,23	141,3
2008	257	Мясо тушеное (говядина)	100	12,5	15,5	5,8	220
2008	331	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	180	6,6	5,76	37,5	229,2
2008	394	Компот из свежих яблок	200	0,2	0,2	27,9	115
	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	40	2,6	0,4	18	90
	к/к	Батон обогащенный микроэлементами	25	2	0,87	13,25	70
<b>Итого за Обед</b>			<b>860</b>	<b>30,41</b>	<b>35,95</b>	<b>117,42</b>	<b>929,10</b>
<b>Итого за день</b>				<b>34,91</b>	<b>43,92</b>	<b>169,72</b>	<b>1228,25</b>

Заведующий производством

Булгакова Е.В.



СОГЛАСОВАНО

Директор *Лиса, Е.И., Агапатовский 130*

*Гусевнюк О.М.*

15 ноября 2024 г.



УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО "СТК"

*Степанова Е.Г.*

2024 г.

**Двухнедельное циклическое сбалансированное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов для организации питания обучающихся 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района**

День: 5 Пятница

Неделя: 1

Год изд. сборника	№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
<b>2-й Завтрак</b>							
2008	402	Компот из сухофруктов	200	0,6	0,1	31,7	131
	к/к	Печенье в ассортименте	40	4	4,15	10,66	100,6
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>			<b>240</b>	<b>4,6</b>	<b>4,25</b>	<b>42,36</b>	<b>231,6</b>
<b>Обед</b>							
2008	56	Икра морковная	60	2,3	4,86	4,5	48
АКП*/2008	291/73	Суп-пюре из овощей с гренками	250/10	5,32	5,07	23,5	163,77
АКП*	3	Тефтели (1й вариант), соус сметанный	100/20	13,17	17,68	15,33	206,33
2008	323	Каша гречневая рассыпчатая	180	4,36	5,52	45,24	250,2
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
	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	25	2	0,87	13,25	70
<b>Итого за Обед</b>			<b>875</b>	<b>29,30</b>	<b>34,40</b>	<b>130,32</b>	<b>864,30</b>
<b>Итого за день</b>				<b>33,90</b>	<b>38,65</b>	<b>172,68</b>	<b>1095,90</b>

Заведующий производством *Булганова Е.В.*



СОГЛАСОВАНО

Директор

*Мобу, е.м. Аманжолетович 480*  
*Дулскую О.И.*

16 ноября 2024 г.



УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО "СТК"

Степанова Е.Г.

2024 г.

**Двухнедельное циклическое сбалансированное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов  
для организации питания обучающихся 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района**

День: 6 Суббота

Неделя: 1

Год изд. сборника	№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
<b>2-й завтрак</b>							
2008	432	Кофейный напиток	200	1,5	1,3	22,3	107
	к/к	Зефир в ассортименте	50	0,4	0,1	39,9	163
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>			<b>250</b>	<b>1,9</b>	<b>1,4</b>	<b>62,2</b>	<b>270</b>
<b>Обед</b>							
2008	51	Винегрет овощной	60	0,8	4,1	4	73,8
2008	88	Щи из квашенной капусты с картофелем и сметаной	250/5	4,23	8,32	13,19	110,2
2008	299	Запеканка картофельная с субпродуктами (печень говяжья)	280	21,46	22,1	49,93	490,56
2008	408	Кисель из сока плодового или ягодного натурального	200	0,6	0,5	38,9	153
	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	40	2,6	0,4	18	90
	к/к	Батон обогащенный микроэлементами	25	2	0,87	13,25	70
<b>Итого за Обед</b>			<b>860</b>	<b>31,69</b>	<b>36,29</b>	<b>137,27</b>	<b>987,56</b>
<b>Итого за день</b>				<b>33,59</b>	<b>37,69</b>	<b>199,47</b>	<b>1257,56</b>

Заведующий производством

*Булгакова Е.В.*