

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор

31.03.2025г.

МОУ «СОШ «РЦО»

ДИРЕКТОР

А.А. СТРУЛИС

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.

1 день

День: Понедельник

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* | 189/05 | Каша пшеничная молочная с соусом ягодным (клубника) | 200/30 | 8,4 | 12,1 | 32,8 | 283,5 |
| | к/к | Молоко питьевое | 200 | 5,3 | 5 | 9,6 | 108 |
| | к/к | Батон обогащенный микроэлементами | 70 | 5,6 | 2,43 | 37,1 | 196 |
| Итого за Завтрак | | | | 19,25 | 19,5 | 79,5 | 587,5 |
| Обед | | | | | | | |
| АКП* | 68 | Салат из моркови с маслом растительным | 60 | 0,73 | 3,25 | 4 | 57,5 |
| 2008 | 99/73 | Суп картофельный с горохом и гречками | 200/10 | 7,22 | 3,2 | 20,86 | 149,8 |
| АКП* | 336/03 | Бульон куриный с гречками | 200/10/10 | 9,5 | 7,6 | 18,1 | 171,6 |
| АКП* | 78 | Мясо тушеное (свинина) | 90 | 9,81 | 14,4 | 18,04 | 211 |
| 2008 | 323 | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 3,6 | 4,6 | 37,7 | 212 |
| 2008 | 436 | Напиток лимонный | 200 | 0,2 | 0 | 6,4 | 68 |
| 2008 | 430 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,1 | 15 | 60 |
| | к/к | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами | 30 | 1,95 | 0,3 | 13,5 | 66 |
| Итого за Обед | | | | 23,51 | 25,75 | 100,50 | 764,30 |
| Итого за день | | | | 42,76 | 45,28 | 180 | 1351,8 |

Заведующий производством _____

СОГЛАСОВАНО

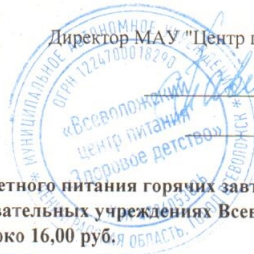
МОУ «СОШ «РЦО»

УТВЕРЖДАЮ

Директор



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.

2 день

День: Вторник

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 | 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 микроэлементами | 70 | 5,6 | 2,43 | 37,1 | 196 |
| Итого за Завтрак | | | | 18,35 | 19,58 | 78,25 | 573,5 |
| Обед | | | | | | | |
| 2011 | 52 | Салат из свёклы отварной с маслом растительным | 60 | 2,7 | 5,53 | 3,6 | 54,4 |
| 2008 | 91 | Рассольник "Ленинградский" со сметаной | 200/5 | 2,4 | 4,64 | 13,2 | 106,4 |
| АКП* | 336/04 | Бульон куриный с зеленью | 200/10/2 | 4,3 | 1,1 | 1,1 | 92 |
| 2008 | 314 | Шницель рубленый из птицы | 90 | 10,72 | 12,1 | 17,8 | 213,58 |
| 2008 | 331 | Макаронные изделия отварные с маслом сливочным | 150 | 5,5 | 4,8 | 36,5 | 196 |
| 2007 | 123 | Компот из свежемороженых 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 микроэлементами | 30 | 1,95 | 0,3 | 13,5 | 66 |
| Итого за Обед | | | | 23,47 | 27,45 | 102,02 | 705,82 |
| Итого за день | | | | 41,82 | 47,03 | 180,27 | 1279,32 |

Заведующий производством _____

Директор

ДИРЕКТОР

Ю. А. СТРУЛИС

Директор МАУ "Центр питания "Здоровое детство"

/ Павлова Н.М. /

2025г.

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.

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 _____

СОГЛАСОВАНО

МОУ -СОШ «РЦО»

ДИРЕКТОР

Директор

Ю. А. СИРУЛИС

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ "Центр питания "Здоровое детство"

/ Павлова Н.М. /

2025г.

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.

4 день

День: Четверг

Неделя: 1

| Год изд. сборника | № рец. | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|-------------------------|--------|--|--------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| | | | | Б | Ж | У | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| Завтрак | | | | | | | |
| 2008 | 187 | Каша "Янтарная" (пшено, яблоко) | 230 | 8,1 | 12,2 | 26,5 | 271,3 |
| | к/к | Молоко питьевое | 200 | 5,3 | 5 | 9,6 | 108 |
| | к/к | Батон обогащенный микроэлементами | 70 | 5,6 | 2,43 | 37,1 | 196 |
| Итого за Завтрак | | | | 19 | 19,67 | 73,15 | 575,3 |
| Обед | | | | | | | |
| 2011 | 70/2 | Огурец соленый (порционно) | 60 | 0,48 | 0,06 | 1,02 | 7,8 |
| АКП* | 73,01 | Суп овощной со сладким перцем | 200 | 4,6 | 4,8 | 16,18 | 147,9 |
| АКП* | 336/03 | Бульон куриный с гречками | 200/10/10 | 9,5 | 7,6 | 18,1 | 171,6 |
| АКП* | 21 | Рыба, запеченная по-онежски | 90 | 15,9 | 16,8 | 23,8 | 280 |
| 2008 | 335 | Картофельное пюре | 150 | 3,1 | 5,4 | 20,3 | 174 |
| АКП* | 29/04 | Компот из свежемороженых ягод (ягодное ассорти) | 200 | 0,2 | 0 | 25,7 | 105 |
| 2008 | 430 | Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,1 | 15 | 60 |
| | к/к | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами | 30 | 1,95 | 0,3 | 13,5 | 66 |
| Итого за Обед | | | | 26,23 | 27,36 | 100,50 | 780,70 |
| Итого за день | | | | 45,23 | 47,03 | 173,65 | 1356 |

Заведующий производством _____

Директор


 Директор
 А. А. СТРУЛИС
 2025г.

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.

5 день

День: Пятница

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* | 184/06 | Каша гречневая молочная с ягодным соусом (клубника) | 200/30 | 8,4 | 11,8 | 24,6 | 263,2 |
| | 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 | 19,23 | 71,3 | 567,2 |
| Обед | | | | | | | |
| 2008/2011 | 74/71 | Салат из белокочанной капусты и маслом растительным (до 28.02)/ Овощи порционно (огурец свежий) (с 01.03) | 60 (60) | 0,96 | 3,06 | 4,14 | 48 |
| 2008 | 116(01)/73 | Суп-пюре из тыквы с гренками | 200/10 | 3,03 | 2,5 | 22 | 127,3 |
| АКП* | 336/04 | Бульон куриный с зеленью | 200/10/2 | 4,3 | 1,1 | 1,1 | 92 |
| АКП*/2008 | 336,04/364 | Биточки (свинина) в соусе томатном | 90/40 | 12 | 13,5 | 16,4 | 212 |
| 2008 | 331 | Макаронные изделия отварные с маслом сливочным | 150 | 5,5 | 4,8 | 36,5 | 196 |
| 2016 | 1210 | Напиток из плодов шиповника | 200 | 0,4 | 0,2 | 23,8 | 100 |
| 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 | | | | 23,84 | 24,36 | 116,34 | 749,30 |
| Итого за день | | | | 43,09 | 43,59 | 187,64 | 1316,50 |

Заведующий производством

