

СОГЛАСОВАНО

Директор



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.

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*	184/02	Каша овсяная "Геркулес" с маслом сливочным и соусом ягодным (вишня)	200/5/30	8,3	10,5	52,6	340,6
2008	433	Какао с молоком	200	3,0	2,6	24,8	134,2
	к/к	Вафли в ассортименте	40	1,3	2	15	104
	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	25	2	0,87	13,25	70
Итого за Завтрак				14,62	15,98	105,65	648,74
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	250/15	9,11	4	25	189
АКП*	336/03	Бульон куриный с гречками	250/15/15	11,82	9,46	22,52	213,55
АКП*	78	Мясо тушеное (свинина)	100	10,9	16	17,7	234,4
2008	323	Каша гречневая рассыпчатая	180	4,36	5,52	45,24	250,2
2007	123	Компот из свежемороженых ягод (черная смородина)	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 микронутриентами	30	1,95	0,3	13,5	66
Итого за Обед				27,25	29,15	122,86	866,54
Итого за день				41,87	45,13	228,51	1515,28

Заведующий производством _____

СОГЛАСОВАНО

МОУ «СОШ «РЦО»

УТВЕРЖДАЮ

Директор



ДИРЕКТОР

Ю. А. СТРУЛИС

2025г.



Директор МАУ "Центр питания "Здоровое детство"

Павлова Н.М. /

2025г.

Двухнедельное цикличное (вариативное) сбалансированное меню бюджетного питания горячих завтраков и обедов для организаций питания обучающихся 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 161,00 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	200/10	6,3	13,8	45,2	312,4
2008	430	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60
	к/к	Печенье в ассортименте	40	4	4,15	10,66	100,6
	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	25	2	0,87	13,25	70
Итого за Завтрак				12,5	18,92	84,11	543
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	250/5	3	5,77	18	133
АКП*	336/04	Бульон куриный с зеленью	250/15	5,3	1,4	1,4	113,4
2008	314	Шницель рубленый из птицы	100	12,5	13,4	20,5	240
2008	331	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	180	6,6	5,76	37,5	229,2
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 микронутриентами	40	2,6	0,4	18	90
Итого за Обед				27,60	30,94	115,02	816,04
Итого за день				40,1	49,86	199,13	1359,04

Заведующий производством _____

СОГЛАСОВАНО

МОУ «СОШ «РЦО»

Директор

ДИРЕКТОР

Ю. А. СТРУЛИС

22.01

2025г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ "Центр питания "Здоровое детство"

«Всеволожский

центр питания

«Здоровое детство»

/ Павлова 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.

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	189	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200/5	7,4	8,5	32,8	236,7
2008	432	Кофейный напиток	200	1,5	1,3	22,3	107
2011	338	Яблоко	120	0,54	0,54	13,17	60,84
Итого за Завтрак				9,44	10,34	68,27	404,54
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	250/15	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 микроэлементами	40	2,6	0,4	18	90
Итого за Обед				28,24	29,07	119,34	900,60
Итого за день				37,68	39,41	187,61	1305,14

Заведующий производством _____



СОГЛАСОВАНО

МОУ «СОШ - РЦО»

УТВЕРЖДАЮ

Директор



Директор МАУ "Центр питания "Здоровое детство"



/ Павлова Н.М. /

2025г.

Двухдневное 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.

4 день

День: Четверг

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	2	Бутерброд с джемом	50	1,5	5,37	27,5	165
2008	210	Макароны с сыром	200/10	9,9	22,2	37,9	393,4
2008	430	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60
Итого за Завтрак				11,6	27,67	80,4	618,4
Обед							
2011	70/2	Огурец соленый (порционно)	60	0,48	0,06	1,02	7,8
АКП*	73,01	Суп овощной со сладким перцем	250	5,7	5,9	20	182,3
АКП*	336/03	Бульон куриный с гречками	250/15/15	11,82	9,46	22,52	213,55
АКП*	21	Рыба, запеченная по-онежски	100	17	18,7	26,4	311
2008	335	Картофельное пюре	180	4,72	6,48	24,36	194
2007	123	Компот из свежемороженых ягод (вишня)	200	0,6	0,2	27,4	107
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				31,10	31,74	117,18	892,10
Итого за день				42,7	59,41	197,58	1510,5

Заведующий производством

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор

Директор МАУ "Центр питания "Здоровое детство"

Павлова Н.М. /

24.02.2025г.

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.

5 день

День: Пятница

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/АКП*	184/01	Каша вязкая пшеничная молочная с маслом сливочным и соусом ягодным (клубника)	200/5/30	8,7	8,2	34,5	290,7
2008	433	Какао с молоком	200	3,0	2,6	24,8	134,2
	к/к	Вафли в ассортименте	40	1,3	2	15	104
	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	25	2	0,87	13,25	70
Итого за Завтрак				15	13,67	87,55	598,89
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 гречками	250/15	4	3	28	160,6
АКП*	336/04	Бульон куриный с зеленью	250/15	5,3	1,4	1,4	113,4
АКП*/2008	336,04/364	Биточки (свинина) в соусе томатном	100/50	13,84	15,5	26,53	244,6
2008	331	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	180	6,6	5,76	37,5	229,2
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 микронутриентами	30	1,95	0,3	13,5	66
Итого за Обед				27,55	27,62	116,07	816,40
Итого за день				42,55	41,29	203,62	1415,29

Заведующий производством _____