

СОГЛАСОВАНО

Директор \_\_\_\_\_

*И.Т. Миканерова*

*3 октября* 2023г.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО "СТК"

*Степанова Е.Г.*

2023г.



**Двухнедельное цикличное сбалансированное меню  
бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов для организации питания обучающихся 12 лет и  
старше в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района,  
стоимостью 125 руб.**

День: 2 Вторник  
Неделя: 1

| № рец.                      | Присл пищи, наименование блюд                        | Масса порции | Пищевые вещества (г) |             |              | Энергетическая<br>ценность (ккал) |
|-----------------------------|--|--------------|----------------------|-------------|--------------|-----------------------------------|
|                             |  |              | Б                    | Ж           | У            |                                   |
| 1                           | 2  | 3            | 5                    | 6           | 7            | 8                                 |
| <b>2-й завтрак</b>          |  |              |                      |             |              |                                   |
| 432                         | Кофейный напиток                                     | 200          | 1,5                  | 1,3         | 22,3         | 107                               |
| к/к                         | Вафли в ассортименте                                 | 40           | 1,3                  | 2           | 27,3         | 114                               |
| <b>Итого за 2-й Завтрак</b> |  | <b>240</b>   | <b>2,8</b>           | <b>3,3</b>  | <b>49,6</b>  | <b>221</b>                        |
| <b>Обед</b>                 |  |              |                      |             |              |                                   |
| 91                          | Рассольник Ленинградский со сметаной                 | 250/5        | 6,6                  | 8,5         | 20,8         | 224,8                             |
| 308                         | Птица, тушеная в соусе с овощами                     | 280          | 22,7                 | 24,7        | 44,2         | 470,9                             |
| 431                         | Чай с сахаром и лимоном                              | 200/5        | 0,3                  | 0           | 15,2         | 62,0                              |
| к/к                         | Хлеб ржано-пшеничный обогащённый<br>микронутриентами | 60           | 3,9                  | 0,7         | 23,7         | 117,4                             |
| <b>Итого за Обед</b>        |  | <b>800</b>   | <b>33,5</b>          | <b>33,9</b> | <b>103,9</b> | <b>875,1</b>                      |
| <b>Итого за день</b>        |  |              | <b>36,3</b>          | <b>37,2</b> | <b>153,5</b> | <b>1096,1</b>                     |

Заведующий производством \_\_\_\_\_

СОГЛАСОВАНО

Директор

  
 Е.Г. Степанова

3 октября 2023г.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО "СТК"

Степанова Е.Г.

2023г.

## Двухнедельное цикличное сбалансированное меню

бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 139,8 руб., в том числе: молоко 14,80 руб.

 День: 2 Вторник  
 Неделя: 1

| № рецеп.                    | Прим пищи, наименование блюд                      | Масса порции | Пищевые вещества (г) |             |              | Энергетическая ценность (ккал) |
|-----------------------------|---|--------------|----------------------|-------------|--------------|--------------------------------|
|                             |   |              | Б                    | Ж           | У            |                                |
| 1                           | 2   | 3            | 5                    | 6           | 7            | 8                              |
| <b>2-й Завтрак</b>          |   |              |                      |             |              |                                |
| 434                         | Молоко  | 200          | 6,0                  | 8,0         | 7,0          | 124,0                          |
| к/к                         | Вафли в ассортименте                              | 40           | 1,3                  | 2           | 27,3         | 114                            |
| <b>Итого за 2-й Завтрак</b> |   | <b>240</b>   | <b>7,3</b>           | <b>10</b>   | <b>34,3</b>  | <b>238</b>                     |
| <b>Обед</b>                 |   |              |                      |             |              |                                |
| 91                          | Рассольник Ленинградский со сметаной              | 200/5        | 5,3                  | 4,4         | 12,6         | 120,8                          |
| 308                         | Птица, тушеная в соусе с овощами                  | 250          | 16,8                 | 22,6        | 16,5         | 353,6                          |
| 431                         | Чай с сахаром и лимоном                           | 200/5        | 0,3                  | 0           | 15,2         | 62,0                           |
| к/к                         | Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 40           | 2,6                  | 0,5         | 15,8         | 78,24                          |
| к/к                         | Батон нарезной обогащённый микронутриентами       | 40           | 3                    | 1,2         | 25,1         | 104,8                          |
| <b>Итого за Обед</b>        |   | <b>740</b>   | <b>28,0</b>          | <b>28,7</b> | <b>85,2</b>  | <b>719,4</b>                   |
| <b>Итого за день</b>        |   |              | <b>35,3</b>          | <b>38,7</b> | <b>119,5</b> | <b>957,4</b>                   |

Заведующий производством \_\_\_\_\_