

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор \_\_\_\_\_

Директор МБУ "Центр питания "Здоровое детство"

/ Павлова Н.М. /

\_\_\_\_\_ 2025г.

\_\_\_\_\_ 2025г.

Двухнедельное цикличное (вариативное) сбалансированное меню бюджетного питания горячих завтраков и обедов для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 161,00 руб.

7 день

День: Понедельник

Неделя: 2

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
<b>Завтрак</b>							
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	432	Кофейный напиток	200	1,5	1,3	22,3	107
	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
<b>Итого за Завтрак</b>				<b>15,82</b>	<b>16,83</b>	<b>98,81</b>	<b>618,19</b>
<b>Обед</b>							
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	18,8	149,8
АКП*	336/03	Бульон куриный с гречками	200/15/10	9,5	7,6	18,1	171,6
2015	260	Гуляш из свинины	90	10,9	13,39	16,5	211,5
2008	325	Рис отварной	150	3,7	6,3	32	203,0
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	30	1,95	0,3	13,5	66
<b>Итого за Обед</b>				<b>24,70</b>	<b>26,52</b>	<b>102,22</b>	<b>757,24</b>
<b>Итого за день</b>				<b>40,52</b>	<b>43,35</b>	<b>201,03</b>	<b>1375,43</b>

Заведующий производством \_\_\_\_\_



СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор \_\_\_\_\_

Директор МАУ "Центр питания "Здоровое детство"

Павлова Н.М. /

2025г.

2025г.

Двухнедельное цикличное (вариативное) сбалансированное меню бюджетного питания порционных завтраков и обедов для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 161,00 руб.

8 день

День: Вторник

Неделя: 2

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
<b>Завтрак</b>							
1983	418	Крупеник (пшеничка) с творогом и сгущенным молоком	200/10	5,8	6,4	9,4	120,0
2008	430	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60
	к/к	Вафли в ассортименте	40	1,3	2	15	104
	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	25	2	0,87	13,25	70
<b>Итого за Завтрак</b>				<b>9,3</b>	<b>9,4</b>	<b>52,7</b>	<b>354,0</b>
<b>Обед</b>							
2011	52	Салат из свёклы отварной с маслом растительным	60	2,7	5,53	3,6	54,4
АКП*	73,01	Суп овощной со сладким перцем	200	4,6	4,8	15,5	147,9
АКП*	336/04	Бульон куриный с зеленью	200/15	4,3	1,1	1,1	92
АКП*	232	Шницель рубленый мясной	90	9,9	8,9	20	184,5
2008	335	Картофельное пюре	150	3,1	5,4	20,3	174
2008	394	Компот из свежих яблок	200	0,2	0,2	27,9	115
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>24,45</b>	<b>26,00</b>	<b>114,05</b>	<b>811,80</b>
<b>Итого за день</b>				<b>33,75</b>	<b>35,37</b>	<b>166,7</b>	<b>1165,8</b>

Заведующий производством \_\_\_\_\_





СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор \_\_\_\_\_

Директор МАУ "Центр питания "Здоровое детство"

Павлова Н.М. /

2025г.

2025г.

Двухнедельное цикличное (вариативное) сбалансированное меню бюджетного питания горячих завтраков и обедов для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 161,00 руб.

9 день

День: Среда

Неделя: 2

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
<b>Завтрак</b>							
2008	189	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	200/5	5,8	6,4	9,4	120,0
2008	433	Какао с молоком	200	3,0	2,6	24,8	134,2
2011	338	Яблоко	120	0,54	0,54	13,17	60,84
<b>Итого за Завтрак</b>				<b>9,34</b>	<b>9,54</b>	<b>47,37</b>	<b>314,99</b>
<b>Обед</b>							
2011	71	Овощи порционно (огурец свежий)	60	0,48	0,09	1,5	8,4
2008	95	Борщ со свежей капусты с картофелем и сметаной	200/5	2,56	4,48	17,5	160
АКП*	336/04	Бульон куриный с зеленью	200/15	4,3	1,1	1,1	92
2008	256	Печень по-строгановски	90	12,9	14	12	176
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
<b>Итого за Обед</b>				<b>23,79</b>	<b>23,87</b>	<b>104,80</b>	<b>706,40</b>
<b>Итого за день</b>				<b>33,13</b>	<b>33,41</b>	<b>152,17</b>	<b>1021,39</b>

Заведующий производством \_\_\_\_\_



СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор

\_\_\_\_\_ /  
 \_\_\_\_\_ /  
 \_\_\_\_\_ 2025г.



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 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 161,00 руб.

10 день

День: Четверг

Неделя: 2

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
<b>Завтрак</b>							
АКП*	210/5	Бутерброд с вареной сгущенкой	45	4,45	2,61	26,74	119,25
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
<b>Итого за Завтрак</b>				<b>14,55</b>	<b>24,91</b>	<b>79,64</b>	<b>572,65</b>
<b>Обед</b>							
2008	23	Салат из помидоров и огурцов с растительным маслом	60	0,54	6,06	1,74	63,6
2008	116(01)/73	Суп-пюре из тыквы с гренками	200/10	3,03	2,5	22	127,3
АКП*	336/03	Бульон куриный с гренками	200/15/10	9,5	7,6	18,1	171,6
2008	258	Жаркое по-домашнему со свиной	240	18,05	18,4	38,2	398,6
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 микроэлементами	30	1,95	0,3	13,5	66
<b>Итого за Обед</b>				<b>24,17</b>	<b>27,46</b>	<b>102,84</b>	<b>762,50</b>
<b>Итого за день</b>				<b>38,72</b>	<b>52,37</b>	<b>182,48</b>	<b>1335,15</b>

Заведующий производством

\_\_\_\_\_ /  
 \_\_\_\_\_ /



СОГЛАСОВАНО

Директор



2025г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ "Центр питания "Здоровое детство"

 / Павлова Н.М. /

2025г.

Двухнедельное цикличное (вариативное) сбалансированное меню бюджетного питания горячих завтраков и обедов для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 161,00 руб.

11 день

День: Пятница

Неделя: 2

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
<b>Завтрак</b>							
2008/АКП*	184/01	Каша вязкая пшенинная молочная с маслом сливочным с соусом ягодным (клубника)	200/5/30	8,7	8,2	34,5	290,7
2008	432	Кофейный напиток	200	1,5	1,3	22,3	107
	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
<b>Итого за Завтрак</b>				<b>16,2</b>	<b>14,52</b>	<b>80,71</b>	<b>568,34</b>
<b>Обед</b>							
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	91	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	200/5	2,4	4,64	13,2	106,4
АКП*	336/04	Бульон куриный с зеленью	200/15	4,3	1,1	1,1	92
АКП*	611.01	Котлеты мясные (свинина)	90	12,8	11,2	7,2	156,5
2008	323	Каша гречневая рассыпчатая	150	3,6	4,6	37,7	212
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
	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	25	2	0,87	13,25	70
<b>Итого за Обед</b>				<b>24,31</b>	<b>24,77</b>	<b>114,69</b>	<b>789,90</b>
<b>Итого за день</b>				<b>40,51</b>	<b>39,29</b>	<b>195,40</b>	<b>1358,24</b>

Заведующий производством

