

СОГЛАСОВАНО

Директор

13.10

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 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 161,00 руб.

7 день

День: Понедельник

Неделя: 2

Год изд. сборни ка	№ 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	Капша пшеничная молочная с соусом ягодным (клубника)	200/30	8,4	12,1	32,8	283,5
2008	430	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60
	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	70	5,6	2,43	37,1	196
Итого за Завтрак				14,15	14,63	84,9	539,5
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	250/10	9,11	4	28,06	189
АКП*	336/03	Бульон куриный с гречками	250/10/10	11,82	9,46	22,52	213,55
2015	260	Гуляш из свинины	100	12,1	14,9	26,4	235
2008	325	Рис отварной	180	4,44	8,56	37	243,6
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				28,53	31,01	115,36	859,10
Итого за день				42,68	45,64	200,26	1398,6

Заведующий производством



СОГЛАСОВАНО

Директор

УТВЕРЖДАЮ

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 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 161,00 руб.

8 день

День: Вторник

Неделя: 2

Год изд. сборни ка	№ 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
2008	432	Кофейный напиток	200	1,5	1,3	22,3	107
	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	70	5,6	2,43	37,1	196
Итого за Завтрак				14,55	15,88	90,95	572,5
Обед							
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	250	5,7	5,9	20	182,3
АКП*	336/04	Бульон куриный с зеленью	250/10/2	5,3	1,4	1,4	113,4
АКП*	232	Пшеница рубленый мясной	100	12	12,3	22,3	205
2008	335	Картофельное пюре	180	4,72	6,48	24,36	194
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 микронутриентами	30	1,95	0,3	13,5	66
Итого за Обед				27,67	30,61	115,46	832,70
Итого за день				42,22	46,49	206,41	1405,2

Заведующий производством



СОГЛАСОВАНО

Директор

П. В. Первухинский

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 12 лет и старше 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
Завтрак							
2008/АКП*	184/05	Каша овсяная "Геркулес" с соусом ягодным (ягодное ассорти)	200/30	8,4	12,0	30,5	251,0
2008	430	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60
	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	70	5,6	2,43	37,1	196
Итого за Завтрак				14,15	14,53	82,6	507
Обед							
2011	71	Овощи прорационно (огурец свежий)	40	0,48	0,09	1,5	8,4
2008	95	Борщ со свежей капусты с картофелем и сметаной	250/5	3,2	5,57	21	199
АКП*	336/04	Бульон куриный с зеленью	250/10/2	5,3	1,4	1,4	113,4
2008	256	Печень по-строгановски	100	14,3	16	20	195,6
2008	331	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	180	6,6	5,76	43,8	261,3
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				27,38	27,90	121,72	823,74
Итого за день				41,53	42,43	204,32	1330,74

Заведующий производством

Григорьева

СОГЛАСОВАНО

Директор

В.В. Первутицкий

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 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 161,00 руб.

10 день

День: Четверг

Неделя: 2

Год изд.сборни ка	№ 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	187	Каша "Янтарная" (пшено, яблоко)	230	8,1	12,2	26,5	271,3
2008	432	Кофейный напиток	200	1,5	1,3	22,3	107
	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	70	5,6	2,43	37,1	196
Итого за Завтрак				15,2	15,97	85,85	574,3
Обед							
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	250/10	4	3	27,5	159,12
АКП*	336/03	Бульон куриный с гренками	250/10/10	11,82	9,46	22,52	213,55
2008	258	Жаркое по-домашнему со свининой	280	21,05	21,5	52,08	465
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				27,94	31,06	118,62	853,72
Итого за день				43,14	47,03	204,47	1428,02

Заведующий производством



СОГЛАСОВАНО

Директор

В.И.И.
 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 12 лет и старше 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
Завтрак							
2008/АКП*	189/04	Каша рисовая молочная с соусом ягодным (клубника)	200/30	8,3	11,8	24,6	263,2
2008	430	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60
	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	70	5,6	2,43	37,1	196
Итого за Завтрак				14,1	14,33	76,7	519,2
Обед							
2008/2011	74/71	Салат из белокочанной капусты и маслом растительным (до 28.02)/ Овощи порционно (огурец свежий) (с 01.03)	60 (40)	0,96	3,06	4,14	48
2008	91	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	250/5	4	5,77	18	133
АКП*	336/04	Бульон куриный с зеленью	250/10/2	5,3	1,4	1,4	113,4
АКП*	611,01	Котлеты мясные (свинина)	100	15,6	13	15	213,8
2008	323	Каша гречневая рассыпчатая	180	4,36	5,52	45,24	250,2
АКП*	29/04	Компот из свежемороженных 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 микронутриентами	30	1,95	0,3	13,5	66
Итого за Обед				27,07	27,65	121,58	816,00
Итого за день				41,17	41,98	198,28	1335,20

Заведующий производством

Н.М.Павлова

СОГЛАСОВАНО

Директор

В.П. Первухинский
 СОШ № 4
 Всеволожск
 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 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 161,00 руб.

12 день

День: Суббота

Неделя: 2

Год изд.сборни ка	№ 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
2008	431	Чай с сахаром и лимоном	200/5	0,3	0	15,2	62
	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	65	5,2	2,26	34,45	182
Итого за Завтрак				13,85	14,06	74,25	507,2
Обед							
2008	51	Винегрет овощной	60	0,8	4,1	4	73,8
2008	71/92	Суп картофельный с клецками	250/15	4,11	3,4	16,9	130,8
АКП*	336/03	Бульон куриный с гренками	250/10/10	11,82	9,46	22,52	213,55
АКП*	345	Рыбные гнезда запеченные с сыром	100	15,5	13,6	20,2	223,4
2008	325	Рис отварной	180	4,44	8,56	37	243,6
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
Итого за Обед				27,00	30,16	119,50	852,60
Итого за день				40,85	44,22	193,75	1359,80

Заведующий производством

Григорьев