

СОГЛАСОВАНО

Директор _____



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ "Центр питания "Здоровое детство" _____

Павлова Н.М. _____

2025г.

Десятидневное (или другое (указанное)) 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.сборн ика	№ рсц.	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*	189/03	Каша пшеничная «Монрепо» с ягодным соусом (свежемороженый крыжовник)	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 микронутриентами	70	5,6	2,43	37,1	196
Итого за Завтрак				19,25	19,5	79,5	587,5
Обед							
2011/ АКП*	4/1 71/1	Салат из белокочанной капусты, кукурузы и маслом растительным «Деременка» до 28.02 Овонци порционно: помидор свежий с 01.03	60/60	1	3,98	6,2	64
2008	99/73	Суп картофельный с горохом и гречками из батона обогащенного микронутриентами	200/10	7,22	5	20,86	149,8
АКП*	336/03	Бульон куриный с гречками из батона обогащенного микронутриентами	200/10/10	9,5	7,6	18,1	171,6
АКП*	280/04	Гуляш из индейки (филе) «по-вепески»	90	11	9,8	1,7	125,3
2008	331	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150	5,5	4,8	36,5	196
АКП*	29/04	Компот из свежемороженой ягод (ягодный микс)	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				26,87	23,88	104,46	706,10
Итого за день				46,12	43,41	183,96	1293,6

Заведующий производством _____

Директор

Директор МАУ "Центр питания "Здоровое детство"

Павлова Н.М. /

2025г.

Десятидневное пятидневное (парное/непарное) 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.

День: Вторник

Неделя:

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	210	Макароны с сыром	165/10	11,4	13,2	33,0	275,3
	к/к	Молоко питьевое	200	5,3	5	9,6	108
2011	338	Яблоко свежее	100	0,54	0,54	13,17	60,84
	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	25	2	0,87	13,25	70
Итого за Завтрак				19,24	19,61	69,02	514,17
Обед							
2008	20	Салат из соленых огурцов с луком (репчатым) до 28.02 Салат из соленых огурцов с луком (зеленым) с 01.03	60/60	1,62	3,06	1,56	40,2
2008	95	Борщ со свежей капусты с картофелем и сметаной	200/5	4,56	4,48	17,5	164
АКП*	336/04	Бульон куриный со свежей зеленью петрушки	200/10/2	4,3	1,1	1,1	92
2008	241	Котлета рыбная «Ладожская» любительская	90	12,24	7,24	15,7	171
2008	326	Рис припущенный с овощами	150	3,3	12,3	35,25	195
2008	335	Картофельное пюре	150	4,2	4,4	22,6	174
АКП*	402.02	Компот из свежемороженных 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
Итого за Обед				23,87	27,46	100,93	705,64
Итого за день				43,11	47,07	169,95	1219,81

Заведующий производством

СОГЛАСОВАНО

Директор _____



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ "Центр питания "Здоровое детство" _____

Павлова Н.М. /

2025г.

Десятидневное ~~питательное~~ (балансирующее) 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.сборн ика	№ 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*	189/08	Каша рисовая молочная с ягодным соусом (свежемороженый ягодный микс)	200/30	8,3	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				19,2	19,23	71,3	567,2
Обед							
2008	23	Салат из помидоров и огурцов с растительным маслом (без лука)	60	0,54	5,9	1,74	63,6
АКП*	86/01	Картофельный крем-суп с ржаными сухариками «Саблинский»	200/10	3,7	4,2	15,7	119,2
АКП*	336/03	Бульон куриный с гречками из батона обогащенного микронутриентами	200/10/10	9,5	7,6	18,1	171,6
АКП*/ 2008	371/01	Тефтели «Сосновоборские» из филе птицы (куриное) в сметанном соусе	90/30	15,04	11,7	20	203
2008	323	Каша гречневая рассыпчатая	150	3,6	4,6	37,7	212
2008	402	Композ 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				25,43	26,80	114,34	794,80
Итого за день				44,63	46,03	185,64	1362,00

Заведующий производством _____

СОГЛАСОВАНО

Директор



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ "Центр питания "Здоровое детство"

Павлова Н.М.

2025г.

Десятидневное (пятидневное стартовое) 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.сборн ика	№ 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	Капша овсяная (геркулес) «Копорка» с соусом ягодным (свежемороженая клубника)	200/30	8,3	12,0	30,5	251,0
	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				19,2	19,43	77,2	555
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	146,3
АКП*	336/04	Бульон куриный со свежей зеленью петрушки	200/10/2	4,3	1,1	1,1	92
АКП*	180/01	Плов из булгура со свининой «Корела»	240	19,7	13,5	52,8	369,2
2007	123	Компот из свежемороженных ягод (крыжовник)	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				26,95	24,05	100,52	705,34
Итого за день				46,15	43,48	177,72	1260,34

Заведующий производством

СОГЛАСОВАНО

Директор _____



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ "Центр питания "Здоровое детство" _____

/ Павлова Н.М. /

2025г.

Десятидневное ~~индивидуальное (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.сборн ика	№ 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*	184/10	Каша пшениная «Тихвинка» с ягодным сорусом (свежемороженая ежевика)	200/30	8,4	12,2	27,0	279,3
	к/к	Молоко питьевое	200	5,3	5	9,6	108
	к/к	Батон обогащенный микроуитриентами	70	5,6	2,43	37,1	196
Итого за Завтрак				19,25	19,63	73,7	583,3
Обед							
АКП*	68	Салат из моркови с маслом растительным	60	0,73	3,25	4	57,5
АКП*	73/02	Суп овощной «Прикутинская осень» (с тыквой и цветной капустой)	200	4,6	6,8	16,18	147,9
АКП*	336/04	Бульон куриный со свежей зеленью петрушки	200/10/2	4,3	1,1	1,1	92
2008	314	Птица из филе птицы (куриное)	90	12,6	12,1	17,8	213,58
2008	333	Картофель отварной	150	2,9	4,7	23,5	148
АКП*	29,05	Компот яблочно-апельсиновый	200	0,5	0,1	34	131
2008	430	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60
	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроуитриентами	30	1,95	0,3	13,5	66
Итого за Обед				23,28	27,25	108,98	763,98
Итого за день				42,53	46,88	182,68	1347,28

Заведующий производством _____

СОГЛАСОВАНО

Директор



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ "Центр питания "Здоровое детство"

Павлова Н.М.

2025г.

Данное меню (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.

6 день

День: Понедельник

Неделя: 2

Год изд. сборн ика	№ респ.	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*	189/03	Каша пшеничная «Монрепо» с ягодным соусом (свежемороженый крыжовник)	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	19,53	79,5	587,5
Обед							
2008/ 2011	35/ 71	Салат из белокочанной капусты с маслом растительным до 28.02 Овощи пропорционно: огурец свежий с 01.03	60/60	0,96	3,06	4,14	48
2008	99/73	Суп картофельный с горохом и гречками из батона обогащенного микроэлементами	200/10	7,22	5	20,86	149,8
АКП*	336/03	Бульон куриный с гречками из батона обогащенного микроэлементами	200/10/10	9,5	7,6	18,1	171,6
АКП*	281.01	Чахохбили (филе куриное)	90	13	11,7	10	169
2008	323	Каша гречневая рассыпчатая	150	3,6	4,6	37,7	212
2007	123	Компот из свежемороженных ягод (ежевика)	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				26,93	24,74	103,62	714,24
Итого за день				46,18	44,27	183,12	1301,74

Заведующий производством

СОГЛАСОВАНО

Директор _____



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ "Центр питания "Здоровое детство" _____

Павлова Н.М. /

2025г.

Десятидневное 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.

7 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
Завтрак							
2008/АКП*	184/11	Каша гречневая молочная «Усадьба Марьино» (с молоком сгущенным)	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	19,2	71,3	567,2
Обед							
2008	23	Салат из помидоров и огурцов с растительным маслом (без лука)	60	0,54	5,9	1,74	63,6
2008	91	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	200/5	2,4	4,64	13,2	146,3
АКП*	336/04	Бульон куриный со свежей зеленью петрушки	200/10/2	4,3	1,1	1,1	92
АКП*	232	Шницель рубленый мясной (свинина)	90	14,8	11	28	184,5
2008	335	Картофельное пюре	150	4,2	4,4	22,6	174
2008	331	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150	5,5	4,8	36,5	196
2016	1210	Напиток из плодов сушеных (шиповник)	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				24,29	26,44	102,84	734,40
Итого за день				43,54	45,67	174,14	1301,6

Заведующий производством _____

СОГЛАСОВАНО

Директор _____



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ "Центр питания "Здоровое детство"

/ Павлова Н.М. /

2025г.

Десятидневное балансное (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.

8 день

День: Среда

Неделя: 2

Год изд.сборн ика	№ рсц	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) «Конорка» с соусом ягодным (свежемороженный ягодный микс)	200/30	8,3	12,0	30,5	251,0
	к/к	Молоко питьевое	200	5,3	5	9,6	108
	к/к	Батон обогащенный микроулучшенными	70	5,6	2,43	37,1	196
Итого за Завтрак				19,2	19,43	77,2	555
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 «по-сертоловски»	200	4,6	4,8	11,3	125
АКП*	336/04	Бульон куриный со свежей зеленью петрушки	200/10/2	4,3	1,1	1,1	92
2008	256	Печень по-строгановски	90	12,9	9,16	16	205,16
2008	323	Каша гречневая рассыпчатая	150	3,6	4,6	37,7	212
АКП*	394/01	Компот из свежих яблок и свежемороженой сливы	200	0,4	0,2	34,6	133,2
2008	430	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60
	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроулучшенными	30	1,95	0,3	13,5	66
Итого за Обед				26,15	24,59	116,70	795,76
Итого за день				45,35	44,02	193,90	1350,76

Заведующий производством _____

СОГЛАСОВАНО

Директор _____



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ "Центр питания "Здоровое детство" _____

Павлова Н.М. /

2025г.

Десятидневное специальное (вариантное) 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.

9 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
Завтрак							
2008/АКП*	184/10	Каша пшенная «Тихвинка» с ягодным сорусом (свежемороженая ежевика)	200/30	8,4	12,2	27,0	279,3
	к/к	Молоко питьевое	200	5,3	5	9,6	108
	к/к	Батон обогащенный микроугриентами	70	5,6	2,43	37,1	196
Итого за Завтрак				19,25	19,63	73,7	583,3
Обед							
АКП*	68	Салат из моркови с маслом растительным	60	0,73	3,25	4	57,5
2008	95	Борщ со свежей капусты с картофелем и сметаной	200/5	4,56	4,48	17,5	164
АКП*	336/03	Бульон куриный с гречками из батона обогащенного микроугриентами	200/10/10	9,5	7,6	18,1	171,6
АКП*	339/01	Филе птицы (индейка) в сметанном соусе	90	13,5	9,5	16,5	146
2008	325	Рис отварной	150	3,7	6,3	32	203,0
2007	123	Компот из свежемороженных 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 микроугриентами	30	1,95	0,3	13,5	66
Итого за Обед				24,64	23,91	100,92	705,94
Итого за день				43,89	43,54	174,62	1289,24

Заведующий производством _____

СОГЛАСОВАНО

Директор _____



УТВЕРЖДАЮ

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.

10 день

День: Пятница

Неделя: 2

Год изд.сборн ика	№ рсц.	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	210	Макароны с сыром	165/10	11,4	13,2	33,0	275,3
	к/к	Молоко питьевое	200	5,3	5	9,6	108
2011	338	Яблоко свежее	100	0,54	0,54	13,17	60,84
	к/к	Батон обогащенный микроэлементами	25	2	0,87	13,25	70
Итого за Завтрак				19,24	19,61	69,02	514,17
Обед							
2011	70/2	Огурец соленый (порционно)	60	0,48	0,06	1,02	7,8
2008	84	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	200/5	2,48	4,48	10,2	120,8
АКП*	336/04	Бульон куриный со свежей зеленью петрушки	200/10/2	4,3	1,1	1,1	92
АКП*	78.01	Мясо духовое (свинина) «по-кронштадтски» с картофелем и овощами	240	19,2	19	69,8	447,8
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				24,31	23,84	100,92	710,40
Итого за день				43,55	43,45	169,94	1224,57

Заведующий производством _____