

СОГЛАСОВАНО

Директор С.С. М. Цо. Кудрово

МОБУ
"ЦО. Кудрово"

2022г.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО "СТК" Степанова Л.

202

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 139,80 руб., в том числе: молоко 14,80 руб.

1 день

День: Понедельник

Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (к)
			Б	Ж	У	
1	2	3	5	6	7	8
2-й Завтрак						
433*	Молоко	200	3	2,6	24,8	134,15
к/к	Кондитерские изделия	40	1,5	2	14,9	83,3
Итого за 2-й Завтрак			4,5	4,6	39,7	217,45
Обед						
95*	Суп из овощей со сметаной	200/5	2,08	4,2	17,6	116,8
283/364*	Тефтели мясные с рисом в соусе молочным	80/50	11,63	9,67	48,4	328
331*	Макаронные изделия отварные	150/5	5,6	4,8	36	209,61
к/к	Напиток "Каркаде"	200	0,04	0	15,22	61
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,6	0,5	15,8	78,24
Итого за Обед			21,95	19,17	133,02	793,65
Итого за день			26,45	23,77	172,72	1011,1

Заведующий производством

Сергей - Сергеевич А.П.

СОГЛАСОВАНО
 Директор И.И. Кудров
 МОБУ СОШ ЦО "Кудрово"
 2022г.

УТВЕРЖДАЮ
 Генеральный директор ООО "СТК" И.И. Степанова
 2022г.

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 139,80 руб., в том числе: молоко 14,80 руб.

2 день

День: Вторник

Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	5	6	7	8
2-й Завтрак						
434*	Молоко	200	6,0	8,0	7,0	124,0
к/к	Кондитерские изделия	40	1,5	2	14,9	83,3
2-й Завтрак			7,5	10	21,9	207,3
Обед						
91*	Рассольник Ленинградский со сметаной	200/5	5,3	4,4	13,6	114,8
312*	Птица отварная	90	6,04	24,6	0	159,3
351*	Рагу овощное (3 вариант)	150	2,6	7,9	15,4	143,4
431*	Чай с сахаром и лимоном	200/5	0,3	0	15,2	61,0
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,6	0,5	15,8	78,24
Итого за Обед			16,84	37,40	60,00	556,74
Итого за день			24,34	47,4	81,9	764,04

Заведующий производством

Сергей Сергеевич А.П.

Директор И.И. Курово

МОБУ СОШ "ЦО Кудрово"

2022г.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО "СТК" Степанова Е

2022г.

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 139,80 руб., в том числе: молоко 14,80 руб.

3 день

День: Среда

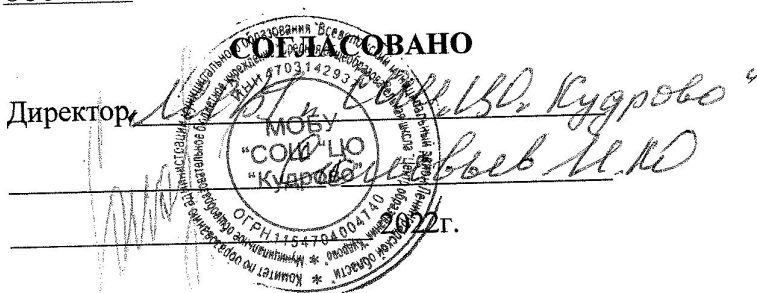
Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	5	6	7	8
2-й Завтрак						
434*	Молоко	200	6,0	8,0	7,0	124,0
к/к	Кондитерские изделия	40	1,5	2	14,9	83,3
2-й Завтрак			7,5	10	21,9	207,3
Обед						
95*	Борщ со свежей капустой, картофелем и со сметаной	200/5	2,56	4,48	9,68	89,6
231*	Рыба, тушеная в томате с овощами	100	8,2	5,5	3,9	98,4
323*	Рис отварной	150	4,6	7,3	48,2	256,3
408*	Кисель из сока плодово-ягодного	200	0,6	0,5	38,9	163
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,6	0,5	15,8	78,24
Итого за Обед			18,56	18,28	116,48	685,54
Итого за день			26,06	28,28	138,38	892,84

Заведующий производством

Евгений Сергеевич

Директор



УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО "СТК"

Степанова Е.Г.

2022г.



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

4 день

День: Четверг

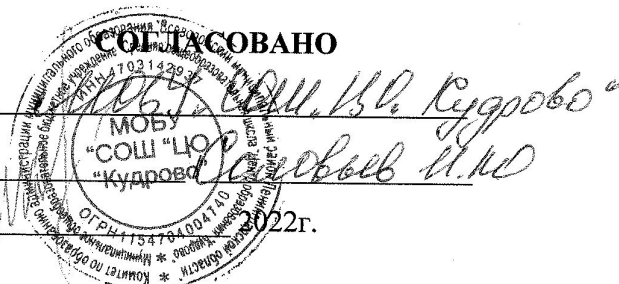
Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	5	6	7	8
2-й Завтрак						
434*	Молоко	200	6,0	8,0	7,0	124,0
к/к	Кондитерские изделия	40	1,5	2	14,9	83,3
Итого за 2-й Завтрак			7,5	10	21,9	207,3
Обед						
99*	Суп картофельный с горохом и гречками	200/20	9,3	8,1	24,9	203,04
258*	Жаркое по-домашнему со свиной	200	16,4	36,9	22,8	488,5
436*	Напиток апельсиновый	200	0,1	0	25,7	104,0
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,6	0,5	15,8	78,24
Итого за Обед			28,40	45,50	89,20	873,78
Итого за день			35,9	55,5	111,1	1081,08

Заведующий производством

Евгений - Степанова Н.П.

Директор



УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО "СТ

Степанова Е

2022

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

5 день

День: Пятница

Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	5	6	7	8
2-й Завтрак						
434*	Молоко	200	6,0	8,0	7,0	124,0
к/к	Кондитерские изделия	40	1,5	2	14,9	83,3
Итого за 2-й Завтрак			7,5	10	21,9	207,3
Обед						
84*	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	200/5	1,8	4,2	8,1	77,9
314/366*	Котлеты рубленые из птицы с соусом молочным	80/50	14,8	14,6	20,2	393,6
323*	Каша гречневая рассыпчатая	150	3,6	4,8	37,1	183,8
402*	Компот из сухофруктов	200	0,6	0,1	45,7	176
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,6	0,5	15,8	78,24
Итого за Обед			23,40	24,20	126,90	909,54
Итого за день			30,90	34,20	148,80	1116,84

Заведующий производством

Егорьев А.П.

СОГЛАСОВАНО

Директор

С.М. Кудрово
Васильев И.И.
 2022г.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО "СТК"

Степанова Е

2022

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

6 день

День: Суббота

Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (кк)
			Б	Ж	У	
1	2	3	5	6	7	8
2-й завтрак						
434*	Молоко	200	6,0	8,0	7,0	124,0
к/к	Кондитерские изделия	40	1,5	2	14,9	83,3
Итого за 2-й Завтрак			7,5	10	21,9	207,3
Обед						
92*	Суп картофельный с рыбой	200/20	8,5	2,3	16,1	119
257*	Печень по-строгановски	50/50	16,74	11,2	8,19	200,56
335*	Картофельное пюре	150/5	3,4	8,3	22,4	150,55
431*	Чай с сахаром и лимоном	200/5	0,3	0	15,2	61,0
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,6	0,5	15,8	78,24
Итого за Обед			31,54	22,30	77,69	609,35
Итого за день			39,04	32,3	99,59	816,65

Заведующий производством

Сергей - Сергеева А.И.

СОГЛАСОВАНО
 Директор С.И. Кудрово
С.И. Кудрово
 2022г.

УТВЕРЖДАЮ
 Генеральный директор ООО "СТК"
Степанова Е.
 2022

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 139,80 руб., в том числе: молоко 14,80 руб.

7 день

День: Понедельник

Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (кка)
			Б	Ж	У	
1	2	3	5	6	7	8
2-й Завтрак						
434*	Молоко	200	6,0	8,0	7,0	124,0
к/к	Кондитерские изделия	40	1,5	2	14,9	83,3
Итого за 2-й Завтрак			7,5	10	21,9	207,3
Обед						
100*	Суп картофельный с вермишелью	200	2,9	2,1	18	107,27
211*	Плов из птицы	200	20,4	23	37,5	428
к/к	Напиток "Каркаде"	200	0,04	0	15,22	61
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,6	0,5	15,8	78,24
Итого за Обед			25,94	25,60	86,52	674,51
Итого за день			33,44	35,6	108,42	881,81

Заведующий производством

Сергей - Сергеевич А.П.

Директор



2022г.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО "СТК"



Стопанова Е.И.

2022г.

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 139,80 руб., в том числе: молоко 14,80 руб.

8 день

День: Вторник

Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	5	6	7	8
2-й Завтрак						
434*	Молоко	200	6,0	8,0	7,0	124,0
к/к	Кондитерские изделия	40	1,5	2	14,9	83,3
Итого за 2-й Завтрак			7,5	10	21,9	207,3
Обед						
95*	Борщ со свежей капустой, картофелем и со сметаной	200/5	2,56	4,48	9,68	89,6
259*	Гуляш из свинины	50/50	14,8	35,3	3,7	389
331*	Макаронные изделия отварные	150/5	5,6	4,8	36	209,61
438*	Напиток яблочный	200	0,3	0,7	24	104
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,6	0,5	15,8	78,24
Итого за Обед			25,86	45,78	89,18	870,45
Итого за день			33,36	55,78	111,08	1077,75

Заведующий производством

Сергей - Сергеевич А.П.

Директор

СОГЛАСОВАНО

МОБУ

"СОШ "ЦО"

"Кудрово"

ОГРН 1154704804760

Комитет по образованию

Кудрово

2022г.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО "СТК"

Степанова Е.И.

2022г.

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 139,80 руб., в том числе: молоко 14,80 руб.

9 день

День: Среда

Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (кка)
			Б	Ж	У	
1	2	3	5	6	7	8
2-й Завтрак						
434*	Молоко	200	6,0	8,0	7,0	124,0
к/к	Кондитерские изделия	40	1,5	2	14,9	83,3
Итого за 2-й Завтрак			7,5	10	21,9	207,3
Обед						
99*	Суп картофельный с фасолью со сметаной	200/5	4,4	5,2	15	124,9
241/364*	Котлеты рыбные любительские с соусом томатным	80/50	17,5	12,4	27	194
325*	Рис отварной	150/5	4,6	7,3	48,2	256,3
408*	Кисель из сока плодово-ягодного	200	0,6	0,5	38,9	163
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,6	0,5	15,8	78,24
Итого за Обед			29,70	25,90	144,90	816,44
Итого за день			37,20	35,90	166,80	1023,74

Заведующий производством

Егор - Еремеева А.П.

Директор

СОГЛАСОВАНО



УТВЕРЖДАЮ



Генеральный директор ООО "С

Степанова

202

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 139,80 руб., в том числе: молоко 14,80 руб.

10 день

День: Четверг

Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	5	6	7	8
2-й Завтрак						
434*	Молоко	200	6,0	8,0	7,0	124,0
к/к	Кондитерские изделия	40	1,5	2	14,9	83,3
Итого за 2-й Завтрак			7,5	10	21,9	207,3
Обед						
91*	Рассольник Ленинградский со сметаной	200/5	5,3	4,4	13,6	114,8
275/364*	Рагу из птицы	200	17,3	9,1	17,5	283
402*	Компот из сухофруктов	200	0,6	0,1	45,7	176
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,6	0,5	15,8	78,24
Итого за Обед			25,80	14,10	92,60	652,04
Итого за день			33,30	24,10	114,50	859,34

Заведующий производством

Сергеев - Сергеева А.П.

Директор

СОГЛАСОВАНО

МОБУ

"СОШ "ЦО

"Кудрово"

2022г.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО "СТК"

Степанова Е.

2022

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

11 день

День: Пятница

Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	5	6	7	8
2-й Завтрак						
434*	Молоко	200	6,0	8,0	7,0	124,0
к/к	Кондитерские изделия	40	1,5	2	14,9	83,3
Итого за 2-й Завтрак			7,5	10	21,9	207,3
Обед						
99*	Суп картофельный с горохом и гречками	200/20	9,3	8,1	24,9	203,04
273/366*	Котлеты особые мясные с соусом молочным	80/50	21,8	29	9,3	356
323*	Каша гречневая рассыпчатая	150	3,6	4,8	37,1	183,8
436*	Напиток лимонный	200	0,1	0	24,3	97,5
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,6	0,5	15,8	78,24
Итого за Обед			37,40	42,40	111,40	918,58
Итого за день			44,90	52,40	133,30	1125,88

Заведующий производством

Сергей - Сергеева А.И.

СОГЛАСОВАНО
 Директор И.И. Кудров
 МОБУ СОШ "ЦО Кудрово"
 2022г.

УТВЕРЖДАЮ
 Генеральный директор ООО "С" Степанова
 202

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 139,80 руб., в том числе: молоко 14,80 руб.

12 день

День: Суббота

Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	5	6	7	8
2-й Завтрак						
434*	Молоко	200	6,0	8,0	7,0	124,0
к/к	Кондитерские изделия	40	1,5	2	14,9	83,3
Итого за 2-й Завтрак			7,5	10	21,9	207,3
Обед						
84*	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	200/5	1,8	4,2	8,1	77,9
266*	Плов по-узбекски	200	11,5	30,7	38,8	477,8
438*	Напиток из свежих фруктов	200	0,3	0,7	24	104
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,6	0,5	15,8	78,24
Итого за Обед			16,20	36,10	86,70	737,94
Итого за день			23,70	46,10	108,60	945,24
Итого за 12 дней			388,59	471,33	1495,19	11596,31
Итого среднее за день			32,4	39,3	124,6	966,4

Заведующий производством

Евгений Григорьевич

Приложение к цикличному двухнедельному меню

* - Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга, СПб, 2008, под редакцией Куткиной М.Н.
 ** - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников. Могильный М.П., Тутьяня В.А., М.: ДеЛи Принт 2005 г.
 Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания. Справочник. - Москва, ДеЛи принт, 2007. - 276с. Редакция Скурихина И.М., Тутьяня В.А.
 Допускаются отклонения в случае сбоев поставки в наименованиях по фруктам, джемам, напиткам, сезонные замены овощей и фруктов.