

1 октября 2024 год (вторник)

УТВЕРЖДАЮ:
Генеральный директор
ООО "ЛенАгроПром"
Захарова Е.А.



СОГЛАСОВАНО

Директор
МОБУ СОШ №1
М.Т. Березина
" " " 2024 г.

Примерное двухнедельное пятидневное сбалансированное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов для организации питания обучающихся 12-18 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 137,00 руб.

День: 2

| Прием пищи, наименование блюд | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептуры, сборник |
|--|--------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------|----------------------|
| | | Б | Ж | У | | |
| Второй завтрак | | | | | | |
| Кофейный напиток | 200 | 1,5 | 1,3 | 22,3 | 107,0 | 432/2008 |
| Зефир в ассортименте | 50 | 0,4 | 0,1 | 39,9 | 163 | к/к |
| Итого за Второй завтрак: | | 1,9 | 1,4 | 62,2 | 270 | |
| Обед | | | | | | |
| | 60 | 2 | 3,6 | 8,7 | 100 | к/к |
| Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной | 250/5 | 2,48 | 4,48 | 6,4 | 76,8 | 84/2008 |
| Плов из птицы | 250 | 19,85 | 21,83 | 46,16 | 410 | 311/2008 |
| Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,6 | 0,1 | 31,7 | 131,0 | 402/2008 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами | 30 | 1,95 | 0,3 | 13,5 | 66 | к/к |
| Батон пшеничный обогащенный микроэлементами | 25 | 2 | 0,87 | 13,25 | 70 | к/к |
| Итого за Обед: | | 28,86 | 31,18 | 119,71 | 853,8 | |
| Итого за день: | | 30,8 | 32,6 | 181,9 | 1123,8 | |

Заведующий производством:

2 октября 2024 год (среда)

УТВЕРЖДАЮ:
Генеральный директор
ООО "ЛенАгроПром"
Захарова Е.А.



СОГЛАСОВАНО

Директор
МОБУ СОШ №1
М.Т. Березина
" " " 2024 г.

Примерное двухнедельное пятидневное сбалансированное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов для организации питания обучающихся 12-18 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 137,00 руб.

День: 3

| Прием пищи, наименование блюд | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептуры, сборник |
|--|--------------|----------------------|------|-------|--------------------------------|----------------------|
| | | Б | Ж | У | | |
| Вторник завтрак | | | | | | |
| Чай с сахаром и лимоном | 200/5 | 0,3 | 0,0 | 15,2 | 62,0 | к/к |
| Пряник | 40 | 2,16 | 5,8 | 21,3 | 146,4 | к/к |
| Итого за Вторник завтрак: | | 2,46 | 5,8 | 36,5 | 208,4 | |
| Обед | | | | | | |
| Огурец соленый | 60 | 0,48 | 0,09 | 1,5 | 8,4 | к/к |
| Рассолыня Ленинградский со сметаной | 250/5 | 2,4 | 4,64 | 13,76 | 106,4 | 91/2008 |
| Рыбные гнезда запеченные с сыром | 100 | 14,2 | 15 | 20,26 | 233,4 | к/к |
| Картофельное пюре | 150 | 3,1 | 5,4 | 20,3 | 174 | 335/2008 |
| Напиток апельсиновый | 200 | 0,2 | 0 | 25,7 | 105 | 436/2008 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами | 30 | 1,95 | 0,3 | 13,5 | 66 | к/к |
| Батон обогащенный микроэлементами | 25 | 2 | 0,87 | 13,25 | 70 | к/к |
| Итого за Обед: | | 24,3 | 26,3 | 108,3 | 763,2 | |
| Итого за день: | | 26,8 | 32,1 | 144,8 | 971,6 | |

Заведующий производством:

3 октября 2024 год (четверг)

УТВЕРЖДАЮ:
Генеральный директор
ООО "ЛенАгроПром"
Захарова Е.А.



СОГЛАСОВАНО:

Директор
МОБУ СОШ №1
М.Т. Березина
2024 г.

Примерное двухнедельное недельное сбалансированное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов для организации питания обучающихся 12-18 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 137,00 руб.

День: 4

| Прием пищи, наименование блюд | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептуры, сборник |
|--|--------------|----------------------|------|-------|--------------------------------|----------------------|
| | | Б | Ж | У | | |
| Второй завтрак | | | | | | |
| Кофейный напиток | 200 | 1,5 | 1,3 | 22,3 | 107,0 | 432/2008 |
| Зефир в ассортименте | 50 | 0,4 | 0,1 | 39,9 | 163 | к/к |
| Итого за Второй завтрак: | | 1,9 | 1,4 | 62,2 | 270 | |
| Обед | | | | | | |
| Винегрет овощной | 60 | 0,54 | 6,06 | 1,74 | 63,6 | 23/2008 |
| Борщ со свежей капусты с картофелем и сметаной | 250/5 | 2,56 | 4,48 | 17,5 | 100,6 | 76/2008 |
| Биточки "Аппетитные" с соусом томатным | 90/20 | 13,9 | 14,2 | 16,8 | 200,1 | 289/2008 |
| Рис отварной | 150 | 3,7 | 6,3 | 32,8 | 203 | 325/2008 |
| Компот из свежих яблок | 200 | 0,2 | 0,2 | 27,9 | 115,0 | 394/2008 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами | 30 | 1,95 | 0,3 | 13,5 | 66 | к/к |
| Батон нарезной обогащенный микроэлементами | 25 | 2 | 0,87 | 13,25 | 70 | к/к |
| Итого за день: | | 3,9 | 2,3 | 75,5 | 340,0 | |

Заведующий производством: _____

4 октября 2024 год (пятница)

УТВЕРЖДАЮ:
Генеральный директор
ООО "ЛенАгроПром"
Захарова Е.А.



СОГЛАСОВАНО:

Директор
МОБУ СОШ №1
М.Т. Березина
2024 г.

Примерное двухнедельное недельное сбалансированное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов для организации питания обучающихся 12-18 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 137,00 руб.

День: 5

| Прием пищи, наименование блюд | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептуры, сборник |
|--|--------------|----------------------|------|-------|--------------------------------|----------------------|
| | | Б | Ж | У | | |
| Второй завтрак | | | | | | |
| Компот из сухофруктов | 200 | 0,6 | 0,1 | 31,7 | 131,0 | к/к |
| Печенье в ассортименте | 40 | 4 | 4,15 | 10,66 | 100,6 | к/к |
| Итого за Второй завтрак: | | 4,6 | 4,25 | 42,36 | 231,6 | |
| Обед | | | | | | |
| Салат из б/к капусты с маслом растительным | 60 | 1,0 | 3,1 | 4,1 | 48,0 | 35/2008 |
| Суп из овощей | 250/5 | 4,3 | 4,1 | 17,6 | 134,2 | 95/2008 |
| Тефтели (1 вариант), соус сметанный | 90/20 | 11,1 | 13,8 | 14,1 | 165,7 | 283/2008 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 3,6 | 4,8 | 37,7 | 212,0 | 323/2008 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,1 | 15,0 | 60,0 | 402/2008 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами | 30 | 1,95 | 0,3 | 13,5 | 66 | к/к |
| Батон нарезной обогащенный микроэлементами | 25 | 2 | 0,87 | 13,25 | 70 | к/к |
| Итого за Обед: | | 24,1 | 27,0 | 115,3 | 755,9 | |
| Итого за день: | | 28,7 | 31,2 | 157,6 | 987,5 | |

Заведующий производством: _____

7 октября 2024 год (понедельник)

УТВЕРЖДАЮ:
Генеральный директор
ООО "ЛевАгроПром"
Захарова Е.А.



СОГЛАСОВАНО:

Директор
МОБУ СОШ №1
М.Т. Березина

" " " 2024 г.

Примерное двухнедельное пикетичное сбалансированное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов для организации питания обучающихся 12-18 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 137,00 руб.

День: 7

| Прием пищи, наименование блюд | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептуры, сборник |
|--|--------------|----------------------|-------------|--------------|--------------------------------|----------------------|
| | | Б | Ж | У | | |
| Второй завтрак | | | | | | |
| Чай с сахаром | 200 | 0,0 | 0,0 | 15,0 | 60,0 | к/к |
| Вафли в ассортименте | 40 | 1,3 | 2 | 15 | 104 | к/к |
| Итого за Второй завтрак: | | 1,3 | 2 | 30 | 164 | |
| Обед | | | | | | |
| Салат из моркови и яблок | 60 | 0,51 | 0,06 | 4,72 | 49,5 | 40/2012 |
| Суп картофельный с горохом и гречками | 250/5 | 5,22 | 3,7 | 18,8 | 149,8 | 99/73/2008 |
| Бефстроганов из птицы в сметанном соусе | 100 | 12 | 13,1 | 14 | 203,77 | к/к |
| Рис отварной | 150 | 3,7 | 6,3 | 30,8 | 203 | 325/2008 |
| Компот из свежемороженой ягод | 200 | 0,6 | 0,2 | 27,4 | 107 | 123/2007 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами | 30 | 1,95 | 0,3 | 13,5 | 66 | к/к |
| Батон нарезной обогащенный микроэлементами | 25 | 2 | 0,87 | 13,25 | 70 | к/к |
| Итого за Обед: | | 26,0 | 24,5 | 122,5 | 849,1 | |
| Итого за день: | | 27,3 | 26,5 | 152,5 | 1013,1 | |

Заведующий производством: _____

8 октября 2024 год (вторник)

УТВЕРЖДАЮ:
Генеральный директор
ООО "ЛевАгроПром"
Захарова Е.А.



СОГЛАСОВАНО:

Директор
МОБУ СОШ №1
М.Т. Березина

" " " 2024 г.

Примерное двухнедельное пикетичное сбалансированное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов для организации питания обучающихся 12-18 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 137,00 руб.

День: 8

| Прием пищи, наименование блюд | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептуры, сборник |
|--|--------------|----------------------|-------------|--------------|--------------------------------|----------------------|
| | | Б | Ж | У | | |
| Второй завтрак | | | | | | |
| Какао с молоком | 200 | 3,0 | 2,6 | 24,8 | 134,2 | к/к |
| Печенье в ассортименте | 40 | 4 | 4,15 | 10,66 | 100,6 | к/к |
| Итого за Второй завтрак: | | 7 | 6,75 | 35,46 | 234,75 | |
| Обед | | | | | | |
| Салат из свеклы с маслом растительным | 60 | 2 | 3,6 | 8,7 | 100 | к/к |
| Рассольник Ленинградский со сметаной | 250/5 | 2,4 | 4,64 | 13,76 | 106,4 | 91/2008 |
| Котлеты по-Хмельниковски | 90 | 10,7 | 11,62 | 9,93 | 207,22 | 272/2008 |
| Макароны отварные с маслом сливочным | 150 | 5,5 | 4,8 | 31,3 | 191 | 331/2008 |
| Чай с сахаром и лимоном | 200/5 | 0,3 | 0,1 | 15,2 | 62 | 431/2008 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами | 30 | 1,95 | 0,3 | 13,5 | 66 | к/к |
| Батон нарезной обогащенный микроэлементами | 25 | 2 | 0,87 | 13,25 | 70 | к/к |
| Итого за Обед: | | 24,9 | 25,9 | 105,6 | 802,6 | |
| Итого за день: | | 31,9 | 32,7 | 141,1 | 1037,4 | |

Заведующий производством: _____

9 октября 2024 год (среда)

УТВЕРЖДАЮ:
Генеральный директор
ООО "ЛенАгроПром"
Захарова Е.А.



СОГЛАСОВАНО: *Директор*
МОБУ СОШ №1
Школа №1 Т. Березина
" " " 2024 г.



Примерное двухнедельное циклическое сбалансированное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов для организации питания обучающихся 12-18 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 137,00 руб.

День: 9

| Прием пищи, наименование блюд | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептуры, сборник |
|--|--------------|----------------------|------------|-------------|--------------------------------|----------------------|
| | | Б | Ж | У | | |
| Второй завтрак | | | | | | |
| Чай с сахаром | 200 | 0,0 | 0,0 | 15,0 | 60,0 | к/к |
| Зефир в ассортименте | 50 | 0,4 | 0,1 | 39,9 | 163 | к/к |
| Итого за Второй завтрак: | | 0,4 | 0,1 | 54,9 | 223 | |
| Обед | | | | | | |
| Огурец соленый | 60 | 0,48 | 0,09 | 1,5 | 8,4 | к/к |
| Борщ со свежей капусты с картофелем и сметаной | 250/5 | 2,56 | 4,48 | 17,5 | 100,6 | 76/2008 |
| Жаркое по домашнему со свиной | 100 | 8,57 | 18,93 | 3,1 | 217 | 257/2008 |
| Напиток апельсиновый | 150 | 3,1 | 5,4 | 20,3 | 174 | 335/2008 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами | 300 | 0,2 | 0 | 25,7 | 105 | 436/2008 |
| Батон обогащенный микроэлементами | 30 | 1,95 | 0,3 | 13,5 | 66 | к/к |
| Батон обогащенный микроэлементами | 25 | 2 | 0,87 | 13,25 | 70 | к/к |
| Итого за обед: | | 2,4 | 1,0 | 68,2 | 293,0 | |
| Заведующий производством: <i>[Signature]</i> | | | | | | |

10 октября 2024 год (четверг)

УТВЕРЖДАЮ:
Генеральный директор
ООО "ЛенАгроПром"
Захарова Е.А.



СОГЛАСОВАНО: *Директор*
МОБУ СОШ №1
Школа №1 Т. Березина
" " " 2024 г.



Примерное двухнедельное циклическое сбалансированное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов для организации питания обучающихся 12-18 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 137,00 руб.

День: 10

| Прием пищи, наименование блюд | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептуры, сборник |
|--|--------------|----------------------|-------------|--------------|--------------------------------|----------------------|
| | | Б | Ж | У | | |
| Второй завтрак | | | | | | |
| Кофейный напиток | 200 | 1,5 | 1,3 | 22,3 | 107,0 | к/к |
| Бутерброд с джемом | 50 | 1,3 | 5,37 | 27,5 | 165 | 2/2008 |
| Итого за Второй завтрак: | | 3 | 6,67 | 49,8 | 272 | |
| Обед | | | | | | |
| Салат из квашеной капусты с раст. маслом | 60 | 0,54 | 6,06 | 1,74 | 63,6 | 23/2008 |
| Суп картофельный с птицей | 250/5 | 4,6 | 8 | 19,5 | 147,9 | 83/2012 |
| Печень по-строгановски | 90 | 12,9 | 10,6 | 0,4 | 136,7 | 256/2008 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 150/5 | 5,5 | 4,8 | 31,3 | 191 | 331/2008 |
| Компот из свежих яблок | 200 | 0,2 | 0,2 | 27,9 | 115,0 | 394/2008 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами | 30 | 1,95 | 0,3 | 13,5 | 66 | к/к |
| Батон парижский обогащенный микроэлементами | 25 | 2 | 0,87 | 13,25 | 70 | к/к |
| Итого за Обед: | | 27,7 | 30,8 | 107,6 | 790,2 | |
| Итого за день: | | 30,7 | 37,5 | 157,4 | 1062,2 | |
| Заведующий производством: <i>[Signature]</i> | | | | | | |

11 октября 2024 год (пятница)

УТВЕРЖДАЮ:
Генеральный директор
ООО "ЛенАгроПром"
Захарова Е.А.



СОГЛАСОВАНО: *Директор*
МОБУ СОШ №1
Шибиряк М. Т. Березина
" " " 2024 г.



Примерное двухдневное циклическое сбалансированное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов для организации питания обучающихся 12-18 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 137,00 руб.

День: 11

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептуры, сборник |
|--|--------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|----------------------|
| | | Б | Ж | У | | |
| Второй завтрак | | | | | | |
| Чай с молоком | 200 | 1,5 | 2,0 | 15,1 | 91,2 | к/к |
| Печенье в ассортименте | 40 | 4 | 4,15 | 10,66 | 100,6 | к/к |
| Итого за Второй завтрак: | | 5,5 | 6,15 | 25,76 | 191,8 | |
| Обед | | | | | | |
| Винегрет овощной | 60 | 0,96 | 3,06 | 4,14 | 48 | 35/2008 |
| Суп картофельный с вермишелью | 250/5 | 4,3 | 4,1 | 17,6 | 134,2 | 95/2008 |
| Рыба тушеная с томатом и овощами | 100 | 3,17 | 7,45 | 11,4 | 125,6 | 316/2008 |
| Картофельное пюре | 150 | 3,7 | 6,3 | 32,8 | 203 | 325/2008 |
| Напиток из плодов шиповника | 200 | 0,4 | 0,2 | 23,8 | 100 | 441/2008 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами | 30 | 1,95 | 0,3 | 13,5 | 66 | к/к |
| Батон нарезной обогащенный микроэлементами | 25 | 2 | 0,87 | 13,25 | 70 | к/к |
| Итого за Обед: | | 16,48 | 22,28 | 116,47 | 746,8 | |
| Итого за день: | | 21,98 | 28,43 | 142,23 | 938,6 | |

Заведующий производством: *Е.А. Захарова*

14 октября 2024 год (понедельник)

УТВЕРЖДАЮ:
Генеральный директор
ООО "ЛенАгроПром"
Захарова Е.А.



СОГЛАСОВАНО: *Директор*
МОБУ СОШ №1
Шибиряк М. Т. Березина
" " " 2024 г.



Примерное двухдневное циклическое сбалансированное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов для организации питания обучающихся 12-18 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 137,00 руб.

День: 1

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептуры, сборник |
|--|--------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|----------------------|
| | | Б | Ж | У | | |
| Второй завтрак | | | | | | |
| Чай с сахаром | 200 | 0,0 | 0,0 | 15,0 | 60,0 | 430/2008 |
| Вафли в ассортименте | 40 | 1,3 | 2 | 15 | 104 | к/к |
| Итого за Второй завтрак: | | 1,3 | 2 | 30 | 164 | |
| Обед | | | | | | |
| Салат из моркови и яблок | 60 | 0,51 | 0,06 | 4,72 | 49,5 | 40/369/2012 |
| Суп картофельный с горохом и гречками | 200/10 | 5,22 | 3,7 | 18,8 | 149,8 | 99/73/2008 |
| Гуляш из свинины | 100 | 10,9 | 17,1 | 4,9 | 235 | 260/2015 |
| Макаронные изделия отварные | 150/5 | 5,5 | 4,8 | 31,3 | 191 | 331/2008 |
| Сок фруктовый в ассортименте | 200 | 1 | 0,2 | 19,8 | 86 | 442/2008 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами | 30 | 1,95 | 0,3 | 13,5 | 66 | к/к |
| Батон обогащенный микроэлементами | 25 | 2 | 0,87 | 13,25 | 70 | к/к |
| Итого за Обед: | | 27,08 | 27,03 | 106,27 | 847,3 | |
| Итого за день: | | 28,4 | 29,0 | 136,3 | 1011,3 | |

Заведующий производством: *Е.А. Захарова*

15 октября 2024 год (вторник)

УТВЕРЖДАЮ:
Генеральный директор
ООО "ЛенАгроПром"
Захарова Е.А.



СОГЛАСОВАНО:

МОБУ СОШ №1
М.Т. Березина

2024 г.

Примерное двухнедельное циклическое сбалансированное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов для организации питания обучающихся 12-18 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 137,00 руб.

День: 2

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептуры, сборник |
|--|--------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------|----------------------|
| | | Б | Ж | У | | |
| Второй завтрак | | | | | | |
| Кофейный напиток | 200 | 1,5 | 1,3 | 22,3 | 107,0 | 432/2008 |
| Зефир в ассортименте | 50 | 0,4 | 0,1 | 39,9 | 163 | к/к |
| Итого за Второй завтрак: | | 1,9 | 1,4 | 62,2 | 270 | |
| Обед | | | | | | |
| | 60 | 2 | 3,6 | 8,7 | 100 | к/к |
| Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной | 250/5 | 2,48 | 4,48 | 6,4 | 76,8 | 84/2008 |
| Плов из птицы | 250 | 19,83 | 21,83 | 46,16 | 410 | 311/2008 |
| Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,6 | 0,1 | 31,7 | 131,0 | 402/2008 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами | 30 | 1,95 | 0,3 | 13,5 | 66 | к/к |
| Батон парезной обогащенный микроэлементами | 25 | 2 | 0,87 | 13,25 | 70 | к/к |
| Итого за Обед: | | 28,86 | 31,18 | 119,71 | 853,8 | |
| Итого за день: | | 30,8 | 32,6 | 181,9 | 1123,8 | |

Заведующий производством:

16 октября 2024 год (среда)

УТВЕРЖДАЮ:
Генеральный директор
ООО "ЛенАгроПром"
Захарова Е.А.



СОГЛАСОВАНО:

МОБУ СОШ №1
М.Т. Березина

2024 г.

Примерное двухнедельное циклическое сбалансированное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов для организации питания обучающихся 12-18 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 137,00 руб.

День: 3

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептуры, сборник |
|--|--------------|----------------------|------|-------|--------------------------------|----------------------|
| | | Б | Ж | У | | |
| Вторник завтрак | | | | | | |
| Чай с сахаром и лимоном | 200/5 | 0,3 | 0,0 | 15,2 | 62,0 | к/к |
| Пряник | 40 | 2,16 | 5,8 | 21,3 | 146,4 | к/к |
| Итого за Вторник завтрак: | | 2,46 | 5,8 | 36,5 | 208,4 | |
| Обед | | | | | | |
| Огурец соевый | 60 | 0,48 | 0,09 | 1,5 | 8,4 | к/к |
| Рассолыник Ленинградский со сметаной | 250/5 | 2,4 | 4,64 | 13,76 | 106,4 | 91/2008 |
| Рыбные звезды запеченные с сыром | 100 | 14,2 | 15 | 20,26 | 233,4 | к/к |
| Картофельное пюре | 150 | 3,1 | 5,4 | 20,3 | 174 | 335/2008 |
| Напиток апельсиновый | 200 | 0,2 | 0 | 25,7 | 105 | 436/2008 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами | 30 | 1,95 | 0,3 | 13,5 | 66 | к/к |
| Батон обогащенный микроэлементами | 25 | 2 | 0,87 | 13,25 | 70 | к/к |
| Итого за Обед: | | 24,3 | 26,3 | 108,3 | 763,2 | |
| Итого за день: | | 26,8 | 32,1 | 144,8 | 971,6 | |

Заведующий производством:

17 октября 2024 год (четверг)

УТВЕРЖДАЮ:
Генеральный директор
ООО "ЛенАгроПром"
Захарова Е.А.



СОГЛАСОВАНО:

Директор
МОБУ СОШ №1
М.Т. Березина



2024 г.

Примерное двухдневное пикетное сбалансированное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов для организации питания обучающихся 12-18 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 137,00 руб.

День: 4

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептуры, сборник |
|--|--------------|----------------------|------|-------|--------------------------------|----------------------|
| | | Б | Ж | У | | |
| Второй завтрак | | | | | | |
| Кофейный напиток | 200 | 1,5 | 1,3 | 22,3 | 107,0 | 432/2008 |
| Зефир в ассортименте | 50 | 0,4 | 0,1 | 39,9 | 163 | к/к |
| Итого за Второй завтрак: | | 1,9 | 1,4 | 62,2 | 270 | |
| Обед | | | | | | |
| Винегрет овощной | 60 | 0,54 | 6,06 | 1,74 | 63,6 | 23/2008 |
| Борщ со свежей капусты с картофелем и сметаной | 250/5 | 2,56 | 4,48 | 17,5 | 100,6 | 76/2008 |
| Биточки "Аппетитные" с соусом томатным | 90/20 | 13,9 | 14,2 | 16,8 | 200,1 | 289/2008 |
| Рис отварной | 150 | 3,7 | 6,3 | 32,8 | 203 | 325/2008 |
| Компот из свежих яблок | 200 | 0,2 | 0,2 | 27,9 | 115,0 | 394/2008 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами | 30 | 1,95 | 0,3 | 13,5 | 66 | к/к |
| Батон парижский обогащенный микроэлементами | 25 | 2 | 0,87 | 13,25 | 70 | к/к |
| Итого за день: | | 3,9 | 2,3 | 75,5 | 340,0 | |

Заведующий производством:

18 сентября 2024 год (пятница)

УТВЕРЖДАЮ:
Генеральный директор
ООО "ЛенАгроПром"
Захарова Е.А.



СОГЛАСОВАНО:

Директор
МОБУ СОШ №1
М.Т. Березина



2024 г.

Примерное двухдневное пикетное сбалансированное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов для организации питания обучающихся 12-18 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 137,00 руб.

День: 5

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептуры, сборник |
|--|--------------|----------------------|------|-------|--------------------------------|----------------------|
| | | Б | Ж | У | | |
| Второй завтрак | | | | | | |
| Компот из сухофруктов | 200 | 0,6 | 0,1 | 31,7 | 131,0 | к/к |
| Печенье в ассортименте | 40 | 4 | 4,15 | 10,66 | 100,6 | к/к |
| Итого за Второй завтрак: | | 4,6 | 4,25 | 42,36 | 231,6 | |
| Обед | | | | | | |
| Салат из б/к капусты с маслом растительным | 60 | 1,0 | 3,1 | 4,1 | 48,0 | 35/2008 |
| Суп из овощей | 250/5 | 4,3 | 4,1 | 17,6 | 134,2 | 95/2008 |
| Тфтели (1 вариант), соус сметанный | 90/20 | 11,1 | 13,8 | 14,1 | 165,7 | 283/2008 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 3,6 | 4,8 | 37,7 | 212,0 | 325/2008 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,2 | 0,1 | 15,0 | 60,0 | 402/2008 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами | 30 | 1,95 | 0,3 | 13,5 | 66 | к/к |
| Батон парижский обогащенный микроэлементами | 25 | 2 | 0,87 | 13,25 | 70 | к/к |
| Итого за Обед: | | 24,1 | 27,0 | 115,3 | 755,9 | |
| Итого за день: | | 28,7 | 31,2 | 157,6 | 987,5 | |

Заведующий производством:

21 октября 2024 год (понедельник)

УТВЕРЖДАЮ:
Генеральный директор
ООО "ЛенАгроПром"
Захарова Е.А.



СОГЛАСОВАНО:

Директор
МОБУ СОШ №1
М.Т. Березина
" " " 2024 г.

Примерное двухдневное пикетное сбалансированное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов для организации питания обучающихся 12-18 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 137,00 руб.

День: 7

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептуры, сборник |
|--|--------------|----------------------|------|-------|--------------------------------|----------------------|
| | | Б | Ж | У | | |
| Второй завтрак | | | | | | |
| Чай с сахаром | 200 | 0,0 | 0,0 | 15,0 | 60,0 | к/к |
| Вафли в ассортименте | 40 | 1,3 | 2 | 15 | 104 | к/к |
| Итого за Второй завтрак: | | 1,3 | 2 | 30 | 164 | |
| Обед | | | | | | |
| Салат из моркови и яблок | 60 | 0,51 | 0,06 | 4,72 | 49,5 | 40/2012 |
| Суп картофельный с горохом и гречками | 250/5 | 5,22 | 3,7 | 18,8 | 149,8 | 99/73/2008 |
| Бефстроганов из птицы в сметанном соусе | 100 | 12 | 13,1 | 14 | 203,77 | к/к |
| Рис отварной | 150 | 3,7 | 6,3 | 30,8 | 203 | 325/2008 |
| Компот из свежемороженой ягод | 200 | 0,6 | 0,2 | 27,4 | 107 | 123/2007 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами | 30 | 1,95 | 0,3 | 13,5 | 66 | к/к |
| Битон нарезной обогащенный микроэлементами | 25 | 2 | 0,87 | 13,25 | 70 | к/к |
| Итого за Обед: | | 26,0 | 24,5 | 122,5 | 849,1 | |
| Итого за день: | | 27,3 | 26,5 | 152,5 | 1013,1 | |

Заведующий производством:

22 октября 2024 год (вторник)

УТВЕРЖДАЮ:
Генеральный директор
ООО "ЛенАгроПром"
Захарова Е.А.



СОГЛАСОВАНО:

Директор
МОБУ СОШ №1
М.Т. Березина
" " " 2024 г.

Примерное двухдневное пикетное сбалансированное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов для организации питания обучающихся 12-18 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 137,00 руб.

День: 8

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептуры, сборник |
|--|--------------|----------------------|-------|-------|--------------------------------|----------------------|
| | | Б | Ж | У | | |
| Второй завтрак | | | | | | |
| Какао с молоком | 200 | 3,0 | 3,6 | 24,8 | 134,2 | к/к |
| Печенье в ассортименте | 40 | 4 | 4,15 | 10,66 | 100,6 | к/к |
| Итого за Второй завтрак: | | 7 | 6,75 | 35,46 | 234,75 | |
| Обед | | | | | | |
| Салат из свеклы с медом растительным | 60 | 2 | 3,6 | 8,7 | 100 | к/к |
| Рисовый суп Ленинградский со сметаной | 250/5 | 2,4 | 4,64 | 13,76 | 106,4 | 91/2008 |
| Котлеты по-Хмельницки | 90 | 10,7 | 11,62 | 9,93 | 207,32 | 272/2008 |
| Макаронные отварные с маслом сливочным | 150 | 5,5 | 4,8 | 31,3 | 191 | 331/2008 |
| Чай с сахаром и лимоном | 200/5 | 0,3 | 0,1 | 15,2 | 62 | 431/2008 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами | 30 | 1,95 | 0,3 | 13,5 | 66 | к/к |
| Битон нарезной обогащенный микроэлементами | 25 | 2 | 0,87 | 13,25 | 70 | к/к |
| Итого за Обед: | | 24,9 | 25,9 | 105,6 | 802,6 | |
| Итого за день: | | 31,9 | 32,7 | 141,1 | 1037,4 | |

Заведующий производством:

23 октября 2024 год (среда)

УТВЕРЖДАЮ:
Генеральный директор
ООО "ЛенАгроПром"
Захарова Е.А.



СОГЛАСОВАНО:
МОБЧ сессия №1
М.Т. Березина
" " " 2024 г.



Примерное двухнедельное циклическое сбалансированное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов для организации питания обучающихся 12-18 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 137,00 руб.

День: 9

| Прием пищи, наименование блюд | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептуры, сборник |
|--|--------------|----------------------|-------|-------|--------------------------------|----------------------|
| | | Б | Ж | У | | |
| Второй завтрак | | | | | | |
| Чай с сахаром | 200 | 0,0 | 0,0 | 15,0 | 60,0 | к/к |
| Зефир в ассортименте | 50 | 0,4 | 0,1 | 39,9 | 163 | к/к |
| Итого за Второй завтрак: | | 0,4 | 0,1 | 54,9 | 223 | |
| Обед | | | | | | |
| Огурец соленый | 60 | 0,48 | 0,09 | 1,5 | 8,4 | к/к |
| Борщ со свежей капусты с картофелем в сметаной | 250/5 | 2,56 | 4,48 | 17,5 | 100,6 | 76/2008 |
| Жаркое по домашнему со свиной | 100 | 8,57 | 18,93 | 3,1 | 217 | 257/2008 |
| Напиток апельсиновый | 150 | 3,1 | 5,4 | 20,3 | 174 | 335/2008 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами | 200 | 0,2 | 0 | 25,7 | 105 | 436/2008 |
| Батон обогащенный микроэлементами | 30 | 1,95 | 0,3 | 13,5 | 66 | к/к |
| Батон обогащенный микроэлементами | 25 | 2 | 0,87 | 13,25 | 70 | к/к |
| Итого за день: | | 2,4 | 1,0 | 68,2 | 293,0 | |

Заведующий производством: _____

24 октября 2024 год (четверг)

УТВЕРЖДАЮ:
Генеральный директор
ООО "ЛенАгроПром"
Захарова Е.А.



СОГЛАСОВАНО:
МОБЧ сессия №1
М.Т. Березина
" " " 2024 г.



Примерное двухнедельное циклическое сбалансированное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов для организации питания обучающихся 12-18 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 137,00 руб.

День: 10

| Прием пищи, наименование блюд | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептуры, сборник |
|--|--------------|----------------------|------|-------|--------------------------------|----------------------|
| | | Б | Ж | У | | |
| Второй завтрак | | | | | | |
| Кофейный напиток | 200 | 1,5 | 1,3 | 22,3 | 107,0 | к/к |
| Бутерброд с джемом | 50 | 1,5 | 5,37 | 27,5 | 165 | 2/2008 |
| Итого за Второй завтрак: | | 3 | 6,67 | 49,8 | 272 | |
| Обед | | | | | | |
| Салат из квашеной капусты с раст. маслом | 60 | 0,54 | 6,06 | 1,74 | 63,6 | 23/2008 |
| Суп картофельный с птицей | 250/5 | 4,6 | 8 | 19,5 | 147,9 | 83/2012 |
| Печень по-строгановски | 90 | 12,9 | 10,6 | 0,4 | 136,7 | 256/2008 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 150/5 | 5,5 | 4,8 | 31,3 | 191 | 331/2008 |
| Компот из свежих яблок | 200 | 0,2 | 0,2 | 27,9 | 115,0 | 394/2008 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами | 30 | 1,95 | 0,3 | 13,5 | 66 | к/к |
| Батон порезной обогащенный микроэлементами | 25 | 2 | 0,87 | 13,25 | 70 | к/к |
| Итого за Обед: | | 27,7 | 30,8 | 107,6 | 790,2 | |
| Итого за день: | | 30,7 | 37,5 | 157,4 | 1062,2 | |

Заведующий производством: _____

25 октября 2024 год (пятница)

УТВЕРЖДАЮ:
Генеральный директор
ООО "ЛенАгроПром"
Захарова Е.А.



СОГЛАСОВАНО
МОБУ СОШ № 1
директор М.Т. Березина
" " " 2024 г.



Примерное двухнедельное циклическое сбалансированное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов для организации питания обучающихся 12-18 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 137,00 руб.

День: 11

| Прием пищи, наименование блюд | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептуры, сборник |
|--|--------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|----------------------|
| | | Б | Ж | У | | |
| Второй завтрак | | | | | | |
| Чай с молоком | 200 | 1,5 | 2,0 | 15,1 | 91,2 | к/к |
| Печенье в ассортименте | 40 | 4 | 4,15 | 10,66 | 100,6 | к/к |
| Итого за Второй завтрак: | | 5,5 | 6,15 | 25,76 | 191,8 | |
| Обед | | | | | | |
| Винегрет овощной | 60 | 0,96 | 3,06 | 4,14 | 48 | 35/2008 |
| Суп картофельный с вермишелью | 250/5 | 4,3 | 4,1 | 17,6 | 134,2 | 95/2008 |
| Рыба тушеная с томатом и овощами | 100 | 3,17 | 7,45 | 11,4 | 125,6 | 316/2008 |
| Картофельное пюре | 150 | 3,7 | 6,3 | 32,8 | 203 | 325/2008 |
| Напиток из плодов шиповника | 200 | 0,4 | 0,2 | 23,8 | 100 | 441/2008 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами | 30 | 1,95 | 0,3 | 13,5 | 66 | к/к |
| Батон нарезной обогащенный микроэлементами | 25 | 2 | 0,87 | 13,25 | 70 | к/к |
| Итого за Обед: | | 16,48 | 22,28 | 116,47 | 746,8 | |
| Итого за день: | | 21,98 | 28,43 | 142,23 | 938,6 | |

Известующий производством: _____