

директор  
МОБУ «СОШ «Муринский ЦО №4»

ОГЛАСОВАНО

директор \_\_\_\_\_

Белов К. Е.



УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО "СТК"

\_\_\_\_\_ Степанова Е.Г.

\_\_\_\_\_ 2025 г.



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.

День: 4 Четверг

Неделя: 1

Год сборника	№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	

**втрак**

2008	187	Каша "Янтарная" (пшено, яблоко)	230	8,1	12,2	26,5	271,3
	к/к	Молоко питьевое	200	5,3	5	9,6	108
	к/к	Батон обогащенный микроэлементами	70	5,6	2,43	37,1	196
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>500</b>	<b>19</b>	<b>19,67</b>	<b>73,15</b>	<b>575,3</b>

**Обед ( ПЕРВОЕ БЛЮДО И НАПИТОК НА ВЫБОР)**

2011	70/2	Огурец соленый (порционно)	60	0,48	0,06	1,02	7,8
АКП*	73,01	Суп овощной со сладким перцем	200	4,6	4,8	16,18	147,9
АКП*	336/03	Бульон куриный с гречками	200/10/10	9,5	7,6	18,1	171,6
АКП*	21	Рыба, запеченная по-онежски	90	15,9	16,8	23,8	280
2008	335	Картофельное пюре	150	3,1	5,4	20,3	174
АКП*	29/04	Компот из свежемороженых 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 микроэлементами	30	1,95	0,3	13,5	66
<b>Итого за Обед</b>			<b>730</b>	<b>26,23</b>	<b>27,36</b>	<b>100,50</b>	<b>780,70</b>
<b>Итого за день</b>				<b>45,23</b>	<b>47,03</b>	<b>173,65</b>	<b>1356</b>

ведущий производством \_\_\_\_\_

Директор  
МОБУ «СОШ «Муринский ЦО»

СОГЛАСОВАНО

Директор \_\_\_\_\_



Белов К. Е

2025 г.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО "СТК"

Степанова Е.Г.

2025 г.



**Двухнедельное циклическое (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.**

День: 4 Четверг

Неделя: 1

Год изд.сборника	№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
<b>Завтрак</b>							
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 микроулучриентами	70	5,6	2,43	37,1	196
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>500</b>	<b>15,2</b>	<b>15,97</b>	<b>85,85</b>	<b>574,3</b>
<b>Обед ( ПЕРВОЕ БЛЮДО И НАПИТОК НА ВЫБОР)</b>							
2011	70/2	Огурец соленый (порционно)	60	0,48	0,06	1,02	7,8
АКП*	73,01	Суп овощной со сладким перцем	250	5,7	5,9	22,62	182,3
АКП*	336/03	Бульон куриный с гренками	250/10/10	11,82	9,46	22,52	213,55
АКП*	21	Рыба, запеченная по-онежски	100	17	18,7	26,4	311
2008	335	Картофельное пюре	180	4,72	6,48	24,36	194
АКП*	29/04	Компот из свежемороженых 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 микроулучриентами	40	2,6	0,4	18	90
<b>Итого за Обед</b>			<b>830</b>	<b>30,70</b>	<b>31,54</b>	<b>118,10</b>	<b>890,10</b>
<b>Итого за день</b>				<b>45,9</b>	<b>47,51</b>	<b>203,95</b>	<b>1464,4</b>

Заведующий производством \_\_\_\_\_

СОГЛАСОВАНО

директор  
МОБУ «СОШ «Муринский ЦО №4»

Директор \_\_\_\_\_

2025 г.

Белов К. Е.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО «СТК»

Степанова Е.Г.

2025 г.

**Двухнедельное цикличное (вариативное) сбалансированное меню бюджетного питания горячих завтраков, горячих обедов и полдников для организации питания обучающихся 12 лет и старше кадетских и спортивных классов в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 180,00 руб.**

День: 4 Четверг

Неделя: 1

Год изд.сборника	№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
<b>Завтрак</b>							
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 микроэлементами	70	5,6	2,43	37,1	196
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>500</b>	<b>15,2</b>	<b>15,97</b>	<b>85,85</b>	<b>574,3</b>
<b>Обед ( ПЕРВОЕ БЛЮДО И НАПИТОК НА ВЫБОР)</b>							
2011	70/2	Огурец соленый (порционно)	60	0,48	0,06	1,02	7,8
АКП*	73,01	Суп овощной со сладким перцем	250	5,7	5,9	22,62	182,3
АКП*	336/03	Бульон куриный с гренками	250/10/10	11,82	9,46	22,52	213,55
АКП*	21	Рыба, запеченная по-онежски	100	17	18,7	26,4	311
2008	335	Картофельное пюре	180	4,72	6,48	24,36	194
АКП*	29/04	Компот из свежемороженых 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 микроэлементами	40	2,6	0,4	18	90
<b>Итого за Обед</b>			<b>830</b>	<b>30,70</b>	<b>31,54</b>	<b>118,10</b>	<b>890,10</b>
<b>Полдник</b>							
2008	435	Ряженка	200	6,0	8,0	7,0	124,0
2008	467	Булочка домашняя	70	4,62	8,68	39,06	252
<b>Итого за Полдник</b>			<b>270</b>	<b>10,6</b>	<b>16,7</b>	<b>46,1</b>	<b>376,0</b>
<b>Итого за день</b>				<b>56,52</b>	<b>64,19</b>	<b>250,01</b>	<b>1840,40</b>

Заведующий производством \_\_\_\_\_