

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: 8 Среда

Неделя: 2

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

**втрак**

2008/ АКП*	184/05	Каша овсяная "Геркулес" с соусом ягодным (ягодное ассорти)	200/30	8,4	12,0	30,5	251,0
	к/к	Молоко питьевое	200	5,3	5	9,6	108
	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	70	5,6	2,43	37,1	196
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>500</b>	<b>19,25</b>	<b>19,43</b>	<b>77,2</b>	<b>555</b>

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

2011	71	Овощи порционно (огурец свежий)	40	0,48	0,09	1,5	8,4
2008	95	Борщ со свежей капусты с картофелем и сметаной	200/5	2,56	4,48	17,5	160
АКП*	336/04	Бульон куриный с зеленью	200/10/2	4,3	1,1	1,1	92
2008	256	Печень по-строгановски	90	12,9	14	18	205,16
2008	331	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150	5,5	4,8	36,5	196
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	30	1,95	0,3	13,5	66
<b>Итого за Обед</b>			<b>715</b>	<b>23,59</b>	<b>23,75</b>	<b>104,42</b>	<b>705,00</b>
<b>Итого за день</b>				<b>42,84</b>	<b>43,18</b>	<b>181,62</b>	<b>1260,00</b>

ведущий производством \_\_\_\_\_

директор  
МОБУ «СОШ «Мури́нский ЦО №4»



Белов К. Е.

СОГЛАСОВАНО

Директор \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ /  
\_\_\_\_\_ 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО "СТК"



Степанова Е.Г.

\_\_\_\_\_ 2025 г.

**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.**

День: 9 Среда

Неделя: 2

Год изд. сборника	№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
<b>Завтрак</b>							
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
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>500</b>	<b>14,15</b>	<b>14,53</b>	<b>82,6</b>	<b>507</b>
<b>Обед ( ПЕРВОЕ БЛЮДО И НАПИТОК НА ВЫБОР)</b>							
2011	71	Овощи порционно (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 свежемороженой 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
<b>Итого за Обед</b>			<b>815</b>	<b>27,38</b>	<b>27,90</b>	<b>121,72</b>	<b>823,74</b>
<b>Итого за день</b>				<b>41,53</b>	<b>42,43</b>	<b>204,32</b>	<b>1330,74</b>

Заведующий производством \_\_\_\_\_

СОГЛАСОВАНО  
 директор  
 МОБУ «СОШ «Муринский ЦО №4»

Директор \_\_\_\_\_

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: 9 Среда

Неделя: 2

Год изд.сборника	№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
<b>Завтрак</b>							
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
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>500</b>	<b>14,15</b>	<b>14,53</b>	<b>82,6</b>	<b>507</b>
<b>Обед ( ПЕРВОЕ БЛЮДО И НАПИТОК НА ВЫБОР)</b>							
2011	71	Овощи прорционно (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
<b>Итого за Обед</b>			<b>815</b>	<b>27,38</b>	<b>27,90</b>	<b>121,72</b>	<b>823,74</b>
<b>Полдник</b>							
2008	402	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,1	31,7	131
2004	773	Булочка "Веснушка"	80	6,29	6,14	53,67	288,56
<b>Итого за Полдник</b>			<b>280</b>	<b>6,9</b>	<b>6,2</b>	<b>85,4</b>	<b>419,6</b>
<b>Итого за день</b>				<b>48,42</b>	<b>48,67</b>	<b>289,69</b>	<b>1750,30</b>