



СОГЛАСОВАНО  
 Директору МОУ «СОШ №3» г. Всеволожска  
 Кулаева И.Н.  
 15 апреля 2024г.



УТВЕРЖДЕНО  
 Директор Центра питания «Здоровое детство»  
 Тавлова Н.М.  
 меню 2024г.

Двухнедельное циклическое сбалансированное меню бюджетного питания в горячих завтраках и горячих обедов для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 151,80 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 (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	5	6	7	8
<b>2-й Завтрак</b>						
к/к	Молоко	200	5,8	6,4	9,4	120,0
к/к	Вафли в ассортименте	40	1,3	2	15	104
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>			7,1	8,4	24,4	224
<b>Обед</b>						
АПК*	Доп. Гарнир: Горошек зеленый (консервированный)	60	1,8	0,2	3,9	27
99/73	Суп картофельный с горохом и гречками	200/10	5,22	3,7	18,8	149,8
260	Гуляш из свинины	100	10,9	17,1	4,9	235
331	Макаронные изделия отварные	150	5,5	4,8	31,3	191
442	Сок фруктовый в ассортименте	200	1	0,2	19,8	86
к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	30	1,95	0,3	13,5	66
к/к	Батон обогащенный микронутриентами	25	2	0,87	13,25	70
<b>Итого за Обед</b>			28,37	27,17	105,45	824,80
<b>Итого за день</b>			35,47	35,57	129,85	1048,8

Заведующий производством \_\_\_\_\_

*Людмила Г.А.*



**СОГЛАСОВАНО**  
**МОУ «СОШ №3» г. Всеволожска**

Директор \_\_\_\_\_  
 Кулаева И.Н.  
 15 апреля \_\_\_\_\_  
 2024г.



**УТВЕРЖДАЮ**  
 Директор ЦНУ "Центр питания "Здоровое детство"  
 Павлова Н.М. / \_\_\_\_\_  
 2024г.

**Двухнедельное циклическое сбалансированное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов для организации питания обучающихся 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 137 руб.**

**1 день**

**День: Понедельник**

**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
<b>2-й Завтрак</b>						
430	Чай с сахаром	200	0	0	15	60
к/к	Вафли в ассортименте	40	1,3	2	15	104
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>			1,3	2	30	164
<b>Обед</b>						
АПК*	Доп. Гарнир: Горошек зеленый (консервированный)	60	1,8	0,2	3,9	27
99/73	Суп картофельный с горохом и гречками	250/15	7,67	4,58	28,22	185,4
260	Гуляш из свинины	100	10,9	17,1	4,9	235
331	Макаронные изделия отварные	180	6,6	5,76	37,5	229,2
442	Сок фруктовый в ассортименте	200	1	0,2	19,8	86
к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	30	1,95	0,3	13,5	66
к/к	Батон обогащенный микронутриентами	25	2	0,87	13,25	70
<b>Итого за Обед</b>			31,92	29,01	121,07	898,60
<b>Итого за день</b>			33,22	31,01	151,07	1062,6

Заведующий производством \_\_\_\_\_

*Людмила А.А.*



СОГЛАСОВАНО

Директор МОУ «СОШ №3» г. Всеволожска

Кулаева И.Н.

16 апреля 2024г.



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ «Центр питания «Здоровое детство»

Павлова Н.М.

2024г.

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 151,80 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
<b>2-й Завтрак</b>						
к/к	Молоко	200	5,8	6,4	9,4	120,0
к/к	Зефир в ассортименте	50	0,4	0,1	39,9	163
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>			6,2	6,5	49,3	283
<b>Обед</b>						
372/1	Салат из свеклы с изюмом и маслом растительным	60	2	3,6	8,7	100
84	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	200/5	2,48	4,48	6,4	76,8
311	Плов из птицы	250	19,83	21,83	46,16	410
402	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,1	31,7	131
к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	30	1,95	0,3	13,5	66
к/к	Батон обогащенный микронутриентами	25	2	0,87	13,25	70
<b>Итого за Обед</b>			28,86	31,18	119,71	853,80
<b>Итого за день</b>			35,06	37,68	169,01	1136,8

Заведующий производством

*Людмила АИ*



СОГЛАСОВАНО

МОУ «СОШ №3» г. Всеволожска

Директор

Кулаева И.Н.

16 апреля

2024г.



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ «Центр питания "Здоровое детство"»

Павлова Н.М.

2024г.

Двухнедельное цикличное сбалансированное меню бюджетного питания в горячих завтраках и горячих обедах для организации питания обучающихся 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 137 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
<b>2-й Завтрак</b>						
432	Кофейный напиток	200	1,5	1,3	22,3	107
к/к	Зефир в ассортименте	50	0,4	0,1	39,9	163
<b>2-й Завтрак</b>			1,9	1,4	62,2	270
<b>Обед</b>						
372/1	Салат из свеклы с изюмом и маслом растительным	60	2	3,6	8,7	100
84	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	250/5	3,08	5,6	7,96	95,53
311	Плов из птицы	280	20,2	24,4	51,69	459,2
402	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,1	31,7	131
к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	2,6	0,4	18	90
к/к	Батон обогащенный микронутриентами	25	2	0,87	13,25	70
<b>Итого за Обед</b>			30,48	34,97	131,30	945,73
<b>Итого за день</b>			32,38	36,37	193,5	1215,73

Заведующий производством

*С. С. Павлова*



СОГЛАСОВАНО

Директор МОУ «СОШ №3» г. Всеволожска

Кулаева И.Н.

16 сентября 2024г.



УТВЕРЖАЮ

Директор МАУ «Центр питания «Здоровое детство»

Павлова Н.М.

2024г.

Двухнедельное цикличное сбалансированное меню бюджетного питания горячих завтраков и горячих обедов для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 151,80 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
<b>2-й Завтрак</b>						
к/к	Молоко	200	5,8	6,4	9,4	120,0
к/к	Пряник	40	2,16	5,8	21,3	146,4
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>			7,96	12,2	30,7	266,4
<b>Обед</b>						
71	Овощи порционно (огурец свежий)	60	0,48	0,09	1,5	8,4
91	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	200/5	2,4	4,64	13,76	106,4
345	Рыбные гнезда запеченные с сыром	100	14,2	15	20,26	223,4
335	Картофельное пюре	150	3,1	5,4	20,3	174
436	Напиток апельсиновый	200	0,2	0	25,7	105
к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	30	1,95	0,3	13,5	66
к/к	Батон обогащенный микронутриентами	25	2	0,87	13,25	70
<b>Итого за Обед</b>			24,33	26,30	108,27	753,20
<b>Итого за день</b>			32,29	38,50	138,97	1019,60

Заведующий производством

*С.С. Сабина*



СОГЛАСОВАНО

МОУ «СОШ №3» г. Всеволожска

Директор

Кулаева И.Н.

17 апреля

2024г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор Муниципального центра питания "Здоровое детство"

Павлова Н.М.

2024г.



Двухнедельное циклическое сбалансированное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов для организации питания обучающихся 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 137 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
<b>2-й Завтрак</b>						
431	Чай с сахаром и лимоном	200/5	0,3	0	15,2	62,0
к/к	Пряник	40	2,16	5,8	21,3	146,4
<b>2-й Завтрак</b>			2,46	5,8	36,5	208,4
<b>Обед</b>						
71	Овощи порционно (огурец свежий)	60	0,48	0,09	1,5	8,4
91	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	250/5	4	5,77	17,11	152,75
345	Рыбные гнезда запеченные с сыром	100	14,2	15	20,26	223,4
335	Картофельное пюре	180	4,72	6,48	24,36	194
436	Напиток апельсиновый	200	0,2	0	25,7	105
к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	2,6	0,4	18	90
к/к	Батон обогащенный микронутриентами	25	2	0,87	13,25	70
<b>Итого за Обед</b>			28,20	28,61	120,18	843,55
<b>Итого за день</b>			30,66	34,41	156,68	1051,95

Заведующий производством

*Людмила Фед.*



СОГЛАСОВАНО

Директор МОУ «СОШ №3» г. Всеволожска

Кулаева И.Н.

18 апреля 2024г.



Директор МАУ «Центр питания и Здоровое детство»

Павлова Н.М.

2024г.

Двухнедельное цикличное сбалансированное меню бюджетного питания в горячих завтраках и горячих обедов для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 151,80 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
<b>2-й Завтрак</b>						
к/к	Молоко	200	5,8	6,4	9,4	120,0
2	Бутерброд с джемом	50	1,5	5,37	27,5	165
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>			7,3	11,77	36,9	285
<b>Обед</b>						
23	Салат из помидоров и огурцов с растительным маслом	60	0,54	6,06	1,74	63,6
80	Борщ сибирский со сметаной	200/5	4,8	5,76	10,64	113,6
257	Мясо тушеное (говядина)	100	12,5	15,5	5,8	220
331	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150	5,5	4,8	31,3	191
394	Компот из свежих яблок	200	0,2	0,2	27,9	115
к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	30	1,95	0,3	13,5	66
к/к	Батон обогащенный микронутриентами	25	2	0,87	13,25	70
<b>Итого за Обед</b>			27,49	33,49	104,13	839,20
<b>Итого за день</b>			34,79	45,26	141,03	1124,2

Заведующий производством

*Людмила Фед*



СОГЛАСОВАНО

МОУ «СОШ №3» г. Всеволожска

Директор

Кулаева И.Н.

18 апреля

2024г.



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ «Центр питания «Здоровое детство»

Павлова Н.М.

2024г.

Двухнедельное цикличное сбалансированное меню бюджетного питания в торгах завтраков и горячих обедов для организации питания обучающихся 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 137 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
<b>2-й Завтрак</b>						
433	Какао с молоком	200	3	2,6	24,8	134,15
2	Бутерброд с джемом	50	1,5	5,37	27,5	165
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>			4,5	7,97	52,3	299,15
<b>Обед</b>						
23	Салат из помидоров и огурцов с растительным маслом	60	0,54	6,06	1,74	63,6
80	Борщ сибирский со сметаной	250/5	5,97	7,16	13,23	141,3
257	Мясо тушеное (говядина)	100	12,5	15,5	5,8	220
331	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	180	6,6	5,76	37,5	229,2
394	Компот из свежих яблок	200	0,2	0,2	27,9	115
к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	2,6	0,4	18	90
к/к	Батон обогащенный микронутриентами	25	2	0,87	13,25	70
<b>Итого за Обед</b>			30,41	35,95	117,42	929,10
<b>Итого за день</b>			34,91	43,92	169,72	1228,25

Заведующий производством

*Людмила Фед.*





СОГЛАСОВАНО

Директор МОУ «СОШ №3» г. Всеволожска

Кулаева И.Н.

19 апреля

2024г.



Директор МА «Центр питания «Здоровое детство»

Навлова Н.М.

2024г.

Двухнедельное цикличное сбалансированное меню бюджетного питания в виде завтраков и горячих обедов для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 151,80 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
<b>2-й Завтрак</b>						
к/к	Молоко	200	5,8	6,4	9,4	120,0
к/к	Печенье в ассортименте	40	4	4,15	10,66	100,6
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>			9,8	10,55	20,06	220,6
<b>Обед</b>						
56	Икра морковная	60	2	4	4,5	70
291/73	Суп-пюре из овощей с гренками	200/10	4,3	4,1	17,58	134,2
3	Тефтели (1й вариант), соус сметанный	90/20	11,12	13,8	14,06	165,7
323	Каша гречневая рассыпчатая	150	3,6	4,6	37,7	212
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
к/к	Батон обогащенный микронутриентами	25	2	0,87	13,25	70
<b>Итого за Обед</b>			25,17	27,77	115,59	777,90
<b>Итого за день</b>			34,97	38,32	135,65	998,50

Заведующий производством

*Сергей Леонидович*



СОГЛАСОВАНО

МОУ «СОШ №3» г. Всеволожска

Директор

Кулаева И.Н.

19 апреля

2024г.



Директор Муниципального учреждения «Центр питания «Здоровое детство» Всеволожский район Ленинградской области»

Павлова Н.М.

2024г.

Двухнедельное циклическое сбалансированное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов для организации питания обучающихся 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 137 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
<b>2-й Завтрак</b>						
402	Компот из сухофруктов	200	0,6	0,1	31,7	131
к/к	Печенье в ассортименте	40	4	4,15	10,66	100,6
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>			4,6	4,25	42,36	231,6
<b>Обед</b>						
56	Икра морковная	60	2	4	4,5	70
291/73	Суп-пюре из овощей с гренками	250/10	5,32	5,07	23,5	163,77
3	Тефтели (1й вариант), соус сметанный	100/20	13,17	17,68	15,33	206,33
323	Каша гречневая рассыпчатая	180	4,36	5,52	45,24	250,2
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
к/к	Батон обогащенный микронутриентами	25	2	0,87	13,25	70
<b>Итого за Обед</b>			29,00	33,54	130,32	886,30
<b>Итого за день</b>			33,60	37,79	172,68	1117,90

Заведующий производством

*Людмила АА*



СОГЛАСОВАНО

Директор И.И. Кулаева  
/ Кулаева И.И.  
2024г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ "Центр питания «Здоровое детство»" Павлова Н.М.  
2024г.



**Двухнедельное цикличное сбалансированное меню бюджетного питания в горячих завтраках и горячих обедов для организации питания обучающихся 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 137 руб.**

6 день

День: Суббота  
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
<b>2-й завтрак</b>						
432	Кофейный напиток	200	1,5	1,3	22,3	107
к/к	Зефир в ассортименте	50	0,4	0,1	39,9	163
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>			1,9	1,4	62,2	270
<b>Обед</b>						
51	Винегрет овощной	60	0,8	4,1	4	73,8
88	Щи из квашенной капусты с картофелем и сметаной	250/5	4,23	8,32	13,19	110,2
299	Запеканка картофельная с субпродуктами (печень говяжья)	280	21,46	22,1	49,93	490,56
408	Кисель из сока плодового или ягодного натурального	200	0,6	0,5	38,9	153
к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	2,6	0,4	18	90
к/к	Батон обогащенный микронутриентами	25	2	0,87	13,25	70
<b>Итого за Обед</b>			31,69	36,29	137,27	987,56
<b>Итого за день</b>			33,59	37,69	199,47	1257,56

Заведующий производством \_\_\_\_\_



СОГЛАСОВАНО

Директор МОУ «СОШ №3» г. Всеволожска

Кулаева И.Н.

22 апреля 2024г.



Директор МАУ "Центр питания "Здоровое детство"

Павлова Н.М.

2024г.

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 151,80 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 (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	5	6	7	8
<b>2-й Завтрак</b>						
к/к	Молоко	200	5,8	6,4	9,4	120,0
к/к	Вафли в ассортименте	40	1,3	2	15	104
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>			7,1	8,4	24,4	224
<b>Обед</b>						
АПК*	Доп. Гарнир: Горошек зеленый (консервированный)	60	1,8	0,2	3,9	27
99/73	Суп картофельный с горохом и гречками	200/10	5,22	3,7	18,8	149,8
305	Бефстроганов в сметанном соусе (филе птицы)	100	12	13,1	14	203,77
325	Рис отварной	150	3,7	6,3	30,8	203,0
123	Компот из свежемороженых ягод (вишня)	200	0,6	0,2	27,4	107
к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	30	1,95	0,3	13,5	66
к/к	Батон обогащенный микронутриентами	25	2	0,87	13,25	70
<b>Итого за Обед</b>			27,27	24,67	121,65	826,57
<b>Итого за день</b>			34,37	33,07	146,05	1050,57

Заведующий производством

*Лисовская Е.А.*



СОГЛАСОВАНО

МОУ «СОШ №3» г. Всеволожска

Директор

Кулаева И.Н.

22 апреля

2024г.



УТВЕРЖДЕНО

Директор МАУ «Центр питания «Здоровое детство»

Павлова Н.М.

меню

2024г.

Двухнедельное циклическое сбалансированное меню бюджетного питания горячих завтраков и горячих обедов для организации питания обучающихся 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 137 руб.

7 день

День: Понедельник

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
<b>2-й Завтрак</b>						
430	Чай с сахаром	200	0	0	15	60
к/к	Вафли в ассортименте	40	1,3	2	15	104
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>			1,3	2	30	164
<b>Обед</b>						
АПК*	Доп. Гарнир: Горошек зеленый (консервированный)	60	1,8	0,2	3,9	27
99/73	Суп картофельный с горохом и гречками	250/15	7,67	4,58	28,22	185,4
305	Бефстроганов в сметанном соусе (филе птицы)	100	12	13,1	14	203,77
325	Рис отварной	180	4,44	8,56	37	243,6
123	Компот из свежемороженых ягод (вишня)	200	0,6	0,2	27,4	107
к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	30	1,95	0,3	13,5	66
к/к	Батон обогащенный микронутриентами	25	2	0,87	13,25	70
<b>Итого за Обед</b>			30,46	27,81	137,27	902,77
<b>Итого за день</b>			31,76	29,81	167,27	1066,8

Заведующий производством

*С. Сабина*



СОГЛАСОВАНО

Директор МОУ «СОШ №3» г. Всеволожска

Кулаева И.Н.

24 апреля 2024г.



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ "Центр питания «Здоровое детство»"

Павлова Н.М.

2024г.

Двухнедельное цикличное сбалансированное меню бюджетного питания ~~взрослых~~ завтраков и горячих обедов для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 151,80 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
<b>2-й Завтрак</b>						
к/к	Молоко	200	5,8	6,4	9,4	120,0
к/к	Печенье в ассортименте	40	4	4,15	10,66	100,6
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>			9,8	10,55	20,06	220,6
<b>Обед</b>						
372/1	Салат из свеклы с изюмом и маслом растительным	60	2	3,6	8,7	100
91	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	200/5	2,4	4,64	13,76	106,4
275	Котлеты по-хлыновски	90	11,5	16,2	19	213
331	Макаронные изделия отварные	150	5,5	4,8	31,3	191
431	Чай с сахаром и лимоном	200/5	0,3	0,1	15,2	62
к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	30	1,95	0,3	13,5	66
к/к	Батон обогащенный микронутриентами	25	2	0,87	13,25	70
<b>Итого за Обед</b>			25,65	30,51	114,71	808,40
<b>Итого за день</b>			35,45	41,06	134,77	1029

Заведующий производством

*Людмила А.А.*



СОГЛАСОВАНО  
 МОУ «СОШ №3» г. Всеволожска

Директор \_\_\_\_\_  
 Кулаева И.Н.  
 23 апреля 2024г.



УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МАУ «Центр питания «Здоровое детство»  
 Павлова Н.М.  
 меню \_\_\_\_\_  
 2024г.

Двухнедельное цикличное сбалансированное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов для организации питания обучающихся 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 137 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
<b>2-й Завтрак</b>						
433	Какао с молоком	200	3	2,6	24,8	134,15
к/к	Печенье в ассортименте	40	4	4,15	10,66	100,6
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>			7	6,75	35,46	234,75
<b>Обед</b>						
372/1	Салат из свеклы с изюмом и маслом растительным	60	2	3,6	8,7	100
91	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	250/5	4	5,77	17,11	152,75
275	Котлеты по-хлыновски	100	12,77	18	21,11	224,44
331	Макаронные изделия отварные	180	6,6	5,76	37,5	229,2
431	Чай с сахаром и лимоном	200/5	0,3	0,1	15,2	62
к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	2,6	0,4	18	90
к/к	Батон обогащенный микронутриентами	25	2	0,87	13,25	70
<b>Итого за Обед</b>			30,27	34,50	130,87	928,39
<b>Итого за день</b>			37,27	41,25	166,33	1163,14

Заведующий производством \_\_\_\_\_

*Лавочкина Н.В.*



СОГЛАСОВАНО

Директор МОУ «СОШ №3» г. Всеволожска

Кулаева И.Н.

24 апреля 2024г.



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ «Центр питания «Здоровое детство»

Павлова Н.М.

2024г.

Двухнедельное цикличное сбалансированное меню бюджетного питания в торты, завтраки и горячие обеды для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 151,80 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 (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	5	6	7	8
<b>2-й Завтрак</b>						
к/к	Молоко	200	5,8	6,4	9,4	120,0
к/к	Зефир в ассортименте	50	0,4	0,1	39,9	163
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>			6,2	6,5	49,3	283
<b>Обед</b>						
71	Овощи прорционно (огурец свежий)	60	0,48	0,09	1,5	8,4
95	Борщ со свежей капусты с картофелем и сметаной	200/5	2,56	4,48	17,5	100,6
258	Жаркое по-домашнему со свининой	240	17,04	21,4	30,8	398,6
436	Напиток апельсиновый	200	0,2	0	25,7	105
к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	30	1,95	0,3	13,5	66
к/к	Батон обогащенный микронутриентами	25	2	0,87	13,25	70
<b>Итого за Обед</b>			24,23	27,14	102,25	748,60
<b>Итого за день</b>			30,43	33,64	151,55	1031,60

Заведующий производством

*С.П. Павлова*





**СОГЛАСОВАНО**  
 МОУ «СОШ №3» г. Всеволожска

Директор \_\_\_\_\_  
 Кулаева И.Н.  
 24 апреля 2024г.



**УТВЕРЖДАЮ**  
 Директор МАУ «Центр питания «Здоровое детство»  
 Павлова Н.М.  
 2024г.

**Двухнедельное цикличное сбалансированное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов для организации питания обучающихся 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 137 руб.**

9 день

День: Среда

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
<b>2-й Завтрак</b>						
430	Чай с сахаром	200	0	0	15	60
к/к	Зефир в ассортименте	50	0,4	0,1	39,9	163
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>			0,4	0,1	54,9	223
<b>Обед</b>						
71	Овощи порционно (огурец свежий)	60	0,48	0,09	1,5	8,4
95	Борщ со свежей капусты с картофелем и сметаной	250/5	4,18	5,57	12,04	111,45
258	Жаркое по-домашнему со свиной	280	19,88	24,9	46	465
436	Напиток апельсиновый	200	0,2	0	25,7	105
к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	2,6	0,4	18	90
к/к	Батон обогащенный микронутриентами	25	2	0,87	13,25	70
<b>Итого за Обед</b>			29,34	31,83	116,49	849,85
<b>Итого за день</b>			29,74	31,93	171,39	1072,85

Заведующий производством Лев. Любомиров



СОГЛАСОВАНО

Директор МОУ «СОШ №3» г. Всеволожска

Кулаева И.Н.

25 апреля 2024г.



Директор МАУ "Центр питания «Здоровое детство»"

Павлова Н.М.

2024г.

Двухнедельное цикличное сбалансированное меню бюджетного питания в горячих завтраках и горячих обедов для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 151,80 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
<b>2-й Завтрак</b>						
к/к	Молоко	200	5,8	6,4	9,4	120,0
2	Бутерброд с джемом	50	1,5	5,37	27,5	165
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>			7,3	11,77	36,9	285
<b>Обед</b>						
23	Салат из помидоров и огурцов с растительным маслом	60	0,54	6,06	1,74	63,6
83	Суп картофельный с мясом птицы	200/20	4,6	8	19,5	147,9
256	Печень по-строгановски	90	12,9	10,6	0,4	136,7
323	Каша гречневая рассыпчатая	150	3,6	4,6	37,7	212
394	Компот из свежих яблок	200	0,2	0,2	27,9	115
к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	30	1,95	0,3	13,5	66
к/к	Батон обогащенный микронутриентами	25	2	0,87	13,25	70
<b>Итого за Обед</b>			25,79	30,63	113,99	811,20
<b>Итого за день</b>			33,09	42,40	150,89	1096,20

Заведующий производством

*Сид - Людмила ИИ*



СОГЛАСОВАНО  
МОУ «СОШ №3» г. Всеволожска

Директор \_\_\_\_\_  
Кулаева И.Н.  
25 апреля 2024г.



УТВЕРЖДЕНО  
Директор МАУ «Центр питания и «Здоровое детство»  
Павлова Н.М.  
2024г.

Двухнедельное циклическое сбалансированное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов для организации питания обучающихся 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 137 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
<b>2-й Завтрак</b>						
432	Кофейный напиток	200	1,5	1,3	22,3	107
2	Бутерброд с джемом	50	1,5	5,37	27,5	165
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>			3	6,67	49,8	272
<b>Обед</b>						
23	Салат из помидоров и огурцов с растительным маслом	60	0,54	6,06	1,74	63,6
83	Суп картофельный с мясом птицы	250/20	5,64	9,81	23,9	181,5
256	Печень по-строгановски	100	14,33	11,8	0,44	151,9
323	Каша гречневая рассыпчатая	180	4,36	5,52	45,24	250,2
394	Компот из свежих яблок	200	0,2	0,2	27,9	115
к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	2,6	0,4	18	90
к/к	Батон обогащенный микронутриентами	25	2	0,87	13,25	70
<b>Итого за Обед</b>			29,67	34,66	130,47	922,20
<b>Итого за день</b>			32,67	41,33	180,27	1194,20

Заведующий производством \_\_\_\_\_

*Л.А. Любимов*



СОГЛАСОВАНО

Директор МОУ «СОШ №3» г. Всеволожска

Кулаева И.Н.

2024г.



Директор МУ «Всеголошский центр питания «Здоровое детство»

Павлова Н.М.

2024г.

Двухнедельное циклическое сбалансированное меню бюджетного питания вторые завтраков и горячих обедов для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 151,80 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
<b>2-й Завтрак</b>						
к/к	Молоко	200	5,8	6,4	9,4	120,0
к/к	Пряник	40	2,16	5,8	21,3	146,4
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>			7,96	12,2	30,7	266,4
<b>Обед</b>						
56	Икра морковная	60	2	4	4,5	70
291/73	Суп-пюре из овощей с гречками	200/10	4,3	4,1	17,58	124,2
289/364	Биточки "Аппетитные" в соусе томатном	90/20	13,9	14,2	16,8	200,1
325	Рис отварной	150	3,7	6,3	32,8	203,0
442	Сок фруктовый в асортименте	200	1	0,2	19,8	86
к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	30	1,95	0,3	13,5	66
к/к	Батон обогащенный микронутриентами	25	2	0,87	13,25	70
<b>Итого за Обед</b>			28,85	29,97	118,23	819,30
<b>Итого за день</b>			36,81	42,17	148,93	1085,70

Заведующий производством Леп- Любимая Н.А.



СОГЛАСОВАНО

МОУ «СОШ №3» г. Всеволожска

Директор

Кулаева И.Н.

26 апреля

2024г.



Директор МАУ «Центра питания «Здоровое детство»

Навлова Н.М.

2024г.

Двухнедельное цикличное сбалансированное меню бюджетного питания в торых завтраков и горячих обедов для организации питания обучающихся 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 137 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
<b>2-й Завтрак</b>						
402	Компот из сухофруктов	200	0,6	0,1	31,7	131
к/к	Пряник	40	2,16	5,8	21,3	146,4
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>			2,76	5,9	53	277,4
<b>Обед</b>						
56	Икра морковная	60	2	4	4,5	70
291/73	Суп-пюре из овощей с гренками	250/10	5,32	5,07	23,5	153,77
289/364	Биточки "Аппетитные" в соусе томатном	100/20	15,16	15,5	18,32	218,3
325	Рис отварной	180	4,44	8,56	37	243,6
442	Сок фруктовый в асоортименте	200	1	0,2	19,8	86
к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	30	1,95	0,3	13,5	66
к/к	Батон обогащенный микронутриентами	25	2	0,87	13,25	70
<b>Итого за Обед</b>			31,87	34,50	129,87	907,67
<b>Итого за день</b>			34,63	40,40	182,87	1185,07

Заведующий производством

*Сергей Александрович*

**СОГЛАСОВАНО**  
 Директор МБОУ «Свет 3-й Всеволожск»  
 Павлова Н.М.  
 2024г.

**УТВЕРЖДАЮ**  
 Директор МАУ «Центр питания "Здоровое детство"»  
 Павлова Н.М.  
 2024г.

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 151,80 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
<b>2-й Завтрак</b>						
к/к	Молоко	200	5,8	6,4	9,4	120,0
к/к	Печенье в ассортименте	40	4	4,15	10,66	100,6
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>			9,8	10,55	20,06	220,6
<b>Обед</b>						
51	Винегрет овощной	60	0,8	4,1	4	73,8
100	Суп картофельный с вермишелью	200	3,12	4,24	16	146,8
374	Рыба, тушеная в томате с овощами	100	13	12,8	14,88	168,2
335	Картофельное пюре	150	3,1	5,4	20,3	174
1210	Напиток из плодов шиповника	200	0,4	0,2	23,8	100
к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	30	1,95	0,3	13,5	66
к/к	Батон обогащенный микронутриентами	25	2	0,87	13,25	70
<b>Итого за Обед</b>			24,37	27,91	105,73	798,80
<b>Итого за день</b>			34,17	38,46	125,79	1019,40

Заведующий производством \_\_\_\_\_

СОГЛАСОВАНО

Директор МАУ "Центр питания "Здоровое детство"

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ "Центр питания "Здоровое детство"

Павлова Н.М.

2024г.

2024г.

**Двухнедельное циклическое сбалансированное меню бюджетного питания в виде завтраков и горячих обедов для организации питания обучающихся 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 137 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
<b>2-й Завтрак</b>						
4	Чай с молоком	200	1,5	2	15,1	91,2
к/к	Печенье в ассортименте	40	4	4,15	10,66	100,6
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>			5,5	6,15	25,76	191,8
<b>Обед</b>						
51	Винегрет овощной	60	0,8	4,1	4	73,8
100	Суп картофельный с вермишелью	250	3,9	7,3	20	183,5
374	Рыба, тушеная в томате с овощами	100	13	12,8	14,88	168,2
335	Картофельное пюре	190	5,1	6,84	25,71	204,3
1210	Напиток из плодов шиповника	200	0,4	0,2	23,8	100
к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	2,6	0,4	18	90
к/к	Батон обогащенный микронутриентами	25	2	0,87	13,25	70
<b>Итого за Обед</b>			27,80	32,51	119,64	889,80
<b>Итого за день</b>			33,30	38,66	145,40	1081,60

Заведующий производством