

## 6 ноября 2024 год (среда)

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



СОГЛАСОВАНО:

" 06 " 11 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.

Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры, сборник
		Б	Ж	У		
<b>День: 9</b>						
<b>Второй завтрак</b>						
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
<b>Итого за Второй завтрак:</b>		0,4	0,1	54,9	223	
<b>Обед</b>						
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	280	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
<b>Итого за день:</b>		2,4	1,0	68,2	293,0	

Заведующий производством: \_\_\_\_\_

## 7 ноября 2024 год (четверг)

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



СОГЛАСОВАНО:

" 06 " 11 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.

Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры, сборник
		Б	Ж	У		
<b>День: 10</b>						
<b>Второй завтрак</b>						
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
<b>Итого за Второй завтрак:</b>		3	6,67	49,8	272	
<b>Обед</b>						
Салат из квашеной капусты с раст. маслом	60	0,54	6,06	1,74	63,6	23/2008
Суп картофельный с птицей	250/20	4,6	8	19,5	147,9	83/2012
Печень по-строгановски	100	12,9	10,6	0,4	136,7	256/2008
Каша гречневая рассыпчатая	180	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 нарезной обогащенный микроэлементами	25	2	0,87	13,25	70	к/к
<b>Итого за Обед:</b>		27,7	30,8	107,6	790,2	
<b>Итого за день:</b>		30,7	37,5	157,4	1062,2	

Заведующий производством: \_\_\_\_\_

8 ноября 2024 год (пятница)

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



СОГЛАСОВАНО:

" 06 " 11 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		
<b>Второй завтрак</b>						
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
<b>Итого за Второй завтрак:</b>		5,5	6,15	25,76	191,8	
<b>Обед</b>						
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	190	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
<b>Итого за Обед:</b>		16,48	22,28	116,47	746,8	
<b>Итого за день:</b>		21,98	28,43	142,23	938,6	

Заведующий производством: \_\_\_\_\_

11 ноября 2024 год (понедельник)

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



СОГЛАСОВАНО:

" 06 " 11 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: 1

Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры, сборник
		Б	Ж	У		
<b>Второй завтрак</b>						
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
<b>Итого за Второй завтрак:</b>		1,3	2	30	164	
<b>Обед</b>						
Салат из моркови и яблок	60	0,51	0,06	4,72	49,5	40/369/2012
Суп картофельный с горохом и гречками	250/15	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	180	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
<b>Итого за Обед:</b>		27,08	27,03	106,27	847,3	
<b>Итого за день:</b>		28,4	29,0	136,3	1011,3	

Заведующий производством: \_\_\_\_\_

## 12 ноября 2024 год (вторник)

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



СОГЛАСОВАНО: *М.Берез*  
" 06 " 11 2024 г.



Примерное двухнедельное диетическое сбалансированное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов для организаций 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		
<b>Второй завтрак</b>						
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
<b>Итого за Второй завтрак:</b>		1,9	1,4	62,2	270	
<b>Обед</b>						
Салат из свеклы с маслом растительным	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	280	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 нарезной обогащенный микроэлементами	25	2	0,87	13,25	70	к/к
<b>Итого за Обед:</b>		28,86	31,18	119,71	853,8	
<b>Итого за день:</b>		30,8	32,6	181,9	1123,8	

Заведующий производством: *Е.А. Захарова*

## 13 ноября 2024 год (среда)

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



СОГЛАСОВАНО: *М.Берез*  
" 06 " 11 2024 г.



Примерное двухнедельное диетическое сбалансированное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов для организаций 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		
<b>Вторник завтрак</b>						
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
<b>Итого за Вторник завтрак:</b>		2,46	5,8	36,5	208,4	
<b>Обед</b>						
Огурец соленый	60	0,48	0,09	1,5	8,4	к/к
Рассольник 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	180	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
<b>Итого за Обед:</b>		24,3	26,3	108,3	763,2	
<b>Итого за день:</b>		26,8	32,1	144,8	971,6	

Заведующий производством: *Е.А. Захарова*

## 14 ноября 2024 год (четверг)

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



СОГЛАСОВАНО:

" 06 " 11 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: 4

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры, сборник
		Б	Ж	У		
<b>Второй завтрак</b>						
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
<b>Итого за Второй завтрак:</b>		<b>1,9</b>	<b>1,4</b>	<b>62,2</b>	<b>270</b>	
<b>Обед</b>						
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	180	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
<b>Итого за день:</b>		<b>3,9</b>	<b>2,3</b>	<b>75,5</b>	<b>340,0</b>	

Заведующий производством: \_\_\_\_\_

## 15 ноября 2024 год (пятница)

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



СОГЛАСОВАНО:

" 06 " 11 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: 5

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры, сборник
		Б	Ж	У		
<b>Второй завтрак</b>						
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
<b>Итого за Второй завтрак:</b>		<b>4,6</b>	<b>4,25</b>	<b>42,36</b>	<b>231,6</b>	
<b>Обед</b>						
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	180	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
<b>Итого за Обед:</b>		<b>24,1</b>	<b>27,0</b>	<b>115,3</b>	<b>755,9</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>28,7</b>	<b>31,2</b>	<b>157,6</b>	<b>987,5</b>	

Заведующий производством: \_\_\_\_\_

## 18 ноября 2024 год (понедельник)

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



СОГЛАСОВАНО:

" 06 " 11 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: 7

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры, сборник
		Б	Ж	У		
<b>Второй завтрак</b>						
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
<b>Итого за Второй завтрак:</b>		1,3	2	30	164	
<b>Обед</b>						
Салат из моркови и яблок	60	0,51	0,06	4,72	49,5	40/2012
Суп картофельный с горохом и гречками	250/15	5,22	3,7	18,8	149,8	99/73/2008
Бефстроганов из телятины в сметанном соусе	100	12	13,1	14	203,77	к/к
Рис отварной	180	3,7	6,3	30,8	203	325/2008
Компот из свежемороженой ягоды	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
<b>Итого за Обед:</b>		26,0	24,5	122,5	849,1	
<b>Итого за день:</b>		27,3	26,5	152,5	1013,1	

Заведующий производством: \_\_\_\_\_

## 19 ноября 2024 год (вторник)

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



СОГЛАСОВАНО:

" 06 " 11 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: 8

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры, сборник
		Б	Ж	У		
<b>Второй завтрак</b>						
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
<b>Итого за Второй завтрак:</b>		7	6,75	35,46	234,75	
<b>Обед</b>						
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-Хмельницки	90	10,7	11,62	9,93	207,22	272/2008
Макароны отварные с маслом сливочным	180	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
<b>Итого за Обед:</b>		24,9	25,9	105,6	802,6	
<b>Итого за день:</b>		31,9	32,7	141,1	1037,4	

Заведующий производством: \_\_\_\_\_

## 20 ноября 2024 год (среда)

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



СОГЛАСОВАНО:

" 06 " 11 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		
<b>Второй завтрак</b>						
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
<b>Итого за Второй завтрак:</b>		0,4	0,1	54,9	223	
<b>Обед</b>						
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	280	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
<b>Итого за день:</b>		2,4	1,0	68,2	293,0	

Заведующий производством: \_\_\_\_\_

## 21 ноября 2024 год (четверг)

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



СОГЛАСОВАНО:

" 06 " 11 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		
<b>Второй завтрак</b>						
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
<b>Итого за Второй завтрак:</b>		3	6,67	49,8	272	
<b>Обед</b>						
Салат из квашеной капусты с раст. маслом	60	0,54	6,06	1,74	63,6	23/2008
Суп картофельный с птицей	250/20	4,6	8	19,5	147,9	83/2012
Печень по-строгановски	100	12,9	10,6	0,4	136,7	256/2008
Каша гречневая рассыпчатая	180	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 нарезной обогащенный микроэлементами	25	2	0,87	13,25	70	к/к
<b>Итого за Обед:</b>		27,7	30,8	107,6	790,2	
<b>Итого за день:</b>		30,7	37,5	157,4	1062,2	

Заведующий производством: \_\_\_\_\_

22 ноября 2024 год (пятница)

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



СОГЛАСОВАНО:

" 06 "

11

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 блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры, сборник
		Б	Ж	У		
<b>Второй завтрак</b>						
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
<b>Итого за Второй завтрак:</b>		5,5	6,15	25,76	191,8	
<b>Обед</b>						
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	190	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
<b>Итого за Обед:</b>		16,48	22,28	116,47	746,8	
<b>Итого за день:</b>		21,98	28,43	142,23	938,6	

Заведующий производством:

25 ноября 2024 год (понедельник)

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



СОГЛАСОВАНО:

" 06 "

11

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: 1

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры, сборник
		Б	Ж	У		
<b>Второй завтрак</b>						
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
<b>Итого за Второй завтрак:</b>		1,3	2	30	164	
<b>Обед</b>						
Салат из моркови и яблок	60	0,51	0,06	4,72	49,5	40/369/2012
Суп картофельный с горохом и гречками	250/15	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	180	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
<b>Итого за Обед:</b>		27,08	27,03	106,27	847,3	
<b>Итого за день:</b>		28,4	29,0	136,3	1011,3	

Заведующий производством:

## 26 ноября 2024 год (вторник)

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



СОГЛАСОВАНО: *М.В. Буряк*

" 06 " 11 2024 г.

Примерное двухнедельное диетическое сбалансированное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов для организаций 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		
<b>Второй завтрак</b>						
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
<b>Итого за Второй завтрак:</b>		1,9	1,4	62,2	270	
<b>Обед</b>						
Салат из свеклы с маслом растительным	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	280	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 нарезной обогащенный микроэлементами	25	2	0,87	13,25	70	к/к
<b>Итого за Обед:</b>		28,86	31,18	119,71	853,8	
<b>Итого за день:</b>		30,8	32,6	181,9	1123,8	

Заведующий производством: *Е.А. Захарова*

## 27 ноября 2024 год (среда)

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



СОГЛАСОВАНО: *М.В. Буряк*

" 06 " 11 2024 г.

Примерное двухнедельное диетическое сбалансированное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов для организаций 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		
<b>Вторник завтрак</b>						
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
<b>Итого за Вторник завтрак:</b>		2,46	5,8	36,5	208,4	
<b>Обед</b>						
Огурец соленый	60	0,48	0,09	1,5	8,4	к/к
Рассольник 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	180	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
<b>Итого за Обед:</b>		24,3	26,3	108,3	763,2	
<b>Итого за день:</b>		26,8	32,1	144,8	971,6	

Заведующий производством: *Е.А. Захарова*

28 ноября 2024 год (четверг)

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



СОГЛАСОВАНО:

" 06 " 11 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: 4

Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры, сборник
		Б	Ж	У		
<b>Второй завтрак</b>						
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
<b>Итого за Второй завтрак:</b>		1,9	1,4	62,2	270	
<b>Обед</b>						
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
Вигочки "Аппетитные" с соусом томатным	90/20	13,9	14,2	16,8	200,1	289/2008
Рис отварной	180	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
<b>Итого за день:</b>		3,9	2,3	75,5	340,0	

Заведующий производством: \_\_\_\_\_

29 ноября 2024 год (пятница)

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



СОГЛАСОВАНО:

" 06 " 11 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: 5

Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры, сборник
		Б	Ж	У		
<b>Второй завтрак</b>						
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
<b>Итого за Второй завтрак:</b>		4,6	4,25	42,36	231,6	
<b>Обед</b>						
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	180	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
<b>Итого за Обед:</b>		24,1	27,0	115,3	755,9	
<b>Итого за день:</b>		28,7	31,2	157,6	987,5	

Заведующий производством: \_\_\_\_\_