

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 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 151,80 руб., в том числе: молоко 14,80 руб.

День: 9

Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры, сборник
		Б	Ж	У		
<b>Второй завтрак</b>						
Молоко	200	5,8	6,4	9,4	120,0	к/к
Зефир в ассортименте	50	0,4	0,1	39,9	163	к/к
<b>Итого за Второй завтрак:</b>		<b>6,2</b>	<b>6,5</b>	<b>49,3</b>	<b>283</b>	
<b>Обед</b>						
Огурец соленый	60	0,48	0,09	1,5	8,4	к/к
Борщ со свежей капусты с картофелем и сметаной	200/5	2,56	4,48	17,5	100,6	76/2008
Жаркое по домашнему со свиной	240	17,04	21,4	30,8	398,6	258/2008
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>		<b>24,23</b>	<b>27,14</b>	<b>102,25</b>	<b>748,6</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>30,4</b>	<b>33,6</b>	<b>151,6</b>	<b>1031,6</b>	

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 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 151,80 руб., в том числе: молоко 14,80 руб.

День: 10

Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры, сборник
		Б	Ж	У		
<b>Второй завтрак</b>						
Молоко	200	5,8	6,4	9,4	120,0	к/к
Пряник	40	2,16	5,8	21,3	146,4	к/к
<b>Итого за Второй завтрак:</b>		<b>7,96</b>	<b>12,2</b>	<b>30,7</b>	<b>266,4</b>	
<b>Обед</b>						
Салат из квашеной капусты с раст. маслом	60	0,54	6,06	1,74	63,6	23/2008
Суп картофельный с пшеницей	200/20	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	3,6	4,6	37,7	212	323/2008
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 пшеничный обогащенный микроэлементами	25	2	0,87	13,25	70	к/к
<b>Итого за Обед:</b>		<b>25,8</b>	<b>30,6</b>	<b>114,0</b>	<b>811,2</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>33,8</b>	<b>42,8</b>	<b>144,7</b>	<b>1077,6</b>	

Заведующий производством:

## 8 ноября 2024 год (пятница)

УТВЕРЖДАЮ:

Генеральный директор  
ООО "ЛенАгроПром"  
Захарова Е.А.



СОГЛАСОВАНО:

" 06 " 11 2024 г.



Примерное двухдневное циклическое 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.

### День: 11

Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры, сборник
		Б	Ж	У		
<b>Второй завтрак</b>						
Молоко	200	5,8	6,4	9,4	120,0	к/к
Печенье в ассортименте	40	4	4,15	10,66	100,6	к/к
<b>Итого за Второй завтрак:</b>		9,8	10,55	20,06	220,6	
<b>Обед</b>						
Винегрет овощной	60	0,8	4,1	4	73,8	51/2008
Суп картофельный с вермишелью	200	3,12	4,24	16	146,8	100/2008
Рыба тушеная с томатом и овощами	100	13	12,8	14,88	168,2	374/2008
Картофельное пюре	150	3,1	5,4	20,3	174	325/2008
Папйоток 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>		24,37	27,91	105,73	798,8	
<b>Итого за день:</b>		34,17	38,46	125,79	1019,4	

Заведующий производством: \_\_\_\_\_

## 11 ноября 2024 год (понедельник)

УТВЕРЖДАЮ:

Генеральный директор  
ООО "ЛенАгроПром"  
Захарова Е.А.



СОГЛАСОВАНО:

" 06 " 11 2024 г.



Примерное двухдневное циклическое 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.

### День: 1

Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры, сборник
		Б	Ж	У		
<b>Второй завтрак</b>						
Молоко	200	5,8	6,4	9,4	120,0	к/к
Вафли в ассортименте	40	1,3	2	15	104	к/к
<b>Итого за Второй завтрак:</b>		7,1	8,4	24,4	224	
<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	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
<b>Итого за Обед:</b>		27,08	27,03	106,27	847,3	
<b>Итого за день:</b>		34,2	35,4	130,7	1071,3	

Заведующий производством: \_\_\_\_\_

## 12 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 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 151,80 руб., в том числе: молоко 14,80 руб.

День: 2

Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры, сборник
		Б	Ж	У		
<b>Второй завтрак</b>						
Молоко	200	5,8	6,4	9,4	120,0	к/к
Зефир в ассортименте	50	0,4	0,1	39,9	163	к/к
<b>Итого за Второй завтрак:</b>		6,2	6,5	49,3	283	
<b>Обед</b>						
Салат из свеклы с маслом растительным	60	0,48	0,09	1,5	8,4	к/к
ПЦи из свежей капусты с картофелем и сметаной	200/5	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
<b>Итого за день:</b>		33,5	34,2	161,8	1045,2	

Заведующий производством: \_\_\_\_\_

## 13 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 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 151,80 руб., в том числе: молоко 14,80 руб.

День: 3

Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры, сборник
		Б	Ж	У		
<b>Вторник завтрак</b>						
Молоко	200	5,8	6,4	9,4	120,0	к/к
Пряник	40	2,16	5,8	21,3	146,4	к/к
<b>Итого за Вторник завтрак:</b>		7,96	12,2	30,7	266,4	
<b>Обед</b>						
Огурец соленый	60	0,48	0,09	1,5	8,4	к/к
Рассольник Ленинградский со сметаной	200/5	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
<b>Итого за Обед:</b>		24,3	26,3	108,3	763,2	
<b>Итого за день:</b>		32,3	38,5	139,0	1029,6	

Заведующий производством: \_\_\_\_\_



# 14 ноября 2024 год (четверг)

УТВЕРЖДАЮ:

Генеральный директор  
ООО "ЛенАгроПром"  
Захарова Е.А.



СОГЛАСОВАНО:

" 06 "



11 2024 г.

Примерное двухдневное циклическое 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.

День: 4

Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры, сборник
		Б	Ж	У		
<b>Второй завтрак</b>						
Молоко	200	5,8	6,4	9,4	120,0	к/к
Вафли в ассортименте	40	1,3	2	15	104	к/к
<b>Итого за Второй завтрак:</b>		<b>7,1</b>	<b>8,4</b>	<b>24,4</b>	<b>224</b>	
<b>Обед</b>						
Винегрет овощной	60	0,8	4,1	4	73,8	51/2008
Борщ со свежей капусты с картофелем и сметаной	200/5	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 парезной обогащенный микроэлементами	25	2	0,87	13,25	70	к/к
<b>Итого за день:</b>		<b>9,1</b>	<b>9,3</b>	<b>37,7</b>	<b>294,0</b>	

# 15 ноября 2024 год (пятница)

УТВЕРЖДАЮ:

Генеральный директор  
ООО "ЛенАгроПром"  
Захарова Е.А.



СОГЛАСОВАНО:

" 06 "



11 2024 г.

Примерное двухдневное циклическое 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.

День: 5

Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры, сборник
		Б	Ж	У		
<b>Второй завтрак</b>						
Молоко	200	5,8	6,4	9,4	120,0	к/к
Печенье в ассортименте	40	4	4,15	10,66	100,6	к/к
<b>Итого за Второй завтрак:</b>		<b>9,8</b>	<b>10,55</b>	<b>20,06</b>	<b>220,6</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	200/10	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 парезной 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>33,9</b>	<b>37,5</b>	<b>135,3</b>	<b>976,5</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 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 151,80 руб., в том числе: молоко 14,80 руб.

## День: 7

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры, сборник
		Б	Ж	У		
<b>Второй завтрак</b>						
Молоко	200	5,8	6,4	9,4	120,0	к/к
Вафли в ассортименте	40	1,3	2	15	104	к/к
<b>Итого за Второй завтрак:</b>		7,1	8,4	24,4	224	
<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	200/10	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
<b>Итого за Обед:</b>		26,0	24,5	122,5	849,1	
<b>Итого за день:</b>		33,1	32,9	146,9	1073,1	

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 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 151,80 руб., в том числе: молоко 14,80 руб.

## День: 8

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры, сборник
		Б	Ж	У		
<b>Второй завтрак</b>						
Молоко	200	5,8	6,4	9,4	120,0	к/к
Печенье в ассортименте	40	4	4,15	10,66	100,6	к/к
<b>Итого за Второй завтрак:</b>		9,8	10,55	20,06	220,6	
<b>Обед</b>						
Салат из свеклы с маслом растительным	60	2	3,6	8,7	100	к/к
Рапсовый салат Ленинградский со сметаной	200/5	2,4	4,64	13,76	106,4	91/2008
Котлеты по-Хельсинки	90	11,5	16,2	19	213	275/2008
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
<b>Итого за Обед:</b>		25,7	30,5	114,7	808,4	
<b>Итого за день:</b>		35,5	41,1	134,8	1029,0	

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 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 151,80 руб., в том числе: молоко 14,80 руб.

День: 9

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры, сборник
		Б	Ж	У		
<b>Второй завтрак</b>						
Молоко	200	5,8	6,4	9,4	120,0	к/к
Зефир в ассортименте	50	0,4	0,1	39,9	163	к/к
<b>Итого за Второй завтрак:</b>		6,2	6,5	49,3	283	
<b>Обед</b>						
Огурец соленый	60	0,48	0,09	1,5	8,4	к/к
Борщ со свежей капусты с картофелем и сметаной	200/5	2,56	4,48	17,5	100,6	76/2008
Жаркое по домашнему со свиной	240	17,04	21,4	30,8	398,6	258/2008
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>		24,23	27,14	102,25	748,6	
<b>Итого за день:</b>		30,4	33,6	151,6	1031,6	

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 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 151,80 руб., в том числе: молоко 14,80 руб.

День: 10

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры, сборник
		Б	Ж	У		
<b>Второй завтрак</b>						
Молоко	200	5,8	6,4	9,4	120,0	к/к
Пряник	40	2,16	5,8	21,3	146,4	к/к
<b>Итого за Второй завтрак:</b>		7,96	12,2	30,7	266,4	
<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	200/20	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	3,6	4,6	37,7	212	323/2008
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>		25,8	30,6	114,0	811,2	
<b>Итого за день:</b>		33,8	42,8	144,7	1077,6	

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 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 151,80 руб., в том числе: молоко 14,80 руб.

День: 11

Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры, сборник
		Б	Ж	У		
<b>Второй завтрак</b>						
Молоко	200	5,8	6,4	9,4	120,0	к/к
Печенье в ассортименте	40	4	4,15	10,66	100,6	к/к
<b>Итого за Второй завтрак:</b>		<b>9,8</b>	<b>10,55</b>	<b>20,06</b>	<b>220,6</b>	
<b>Обед</b>						
Винегрет овощной	60	0,8	4,1	4	73,8	51/2008
Суп картофельный с вермишелью	200	3,12	4,24	16	146,8	100/2008
Рыба тушеная с томатом и овощами	100	13	12,8	14,88	168,2	374/2008
Картофельное пюре	150	3,1	5,4	20,3	174	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 паровой обогащенный микроэлементами	25	2	0,87	13,25	70	к/к
<b>Итого за Обед:</b>		<b>24,37</b>	<b>27,91</b>	<b>105,73</b>	<b>798,8</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>34,17</b>	<b>38,46</b>	<b>125,79</b>	<b>1019,4</b>	

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 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 151,80 руб., в том числе: молоко 14,80 руб.

День: 1

Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры, сборник
		Б	Ж	У		
<b>Второй завтрак</b>						
Молоко	200	5,8	6,4	9,4	120,0	к/к
Вафли в ассортименте	40	1,3	2	15	104	к/к
<b>Итого за Второй завтрак:</b>		<b>7,1</b>	<b>8,4</b>	<b>24,4</b>	<b>224</b>	
<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	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
<b>Итого за Обед:</b>		<b>27,08</b>	<b>27,03</b>	<b>106,27</b>	<b>847,3</b>	
<b>Итого за день:</b>		<b>34,2</b>	<b>35,4</b>	<b>130,7</b>	<b>1071,3</b>	

Заведующий производством:

## 26 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 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 151,80 руб., в том числе: молоко 14,80 руб.

День: 2

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры, сборник
		Б	Ж	У		
<b>Второй завтрак</b>						
Молоко	200	5,8	6,4	9,4	120,0	к/к
Зефир в ассортименте	50	0,4	0,1	39,9	163	к/к
<b>Итого за Второй завтрак:</b>		6,2	6,5	49,3	283	
<b>Обед</b>						
Салат из свеклы с маслом растительным	60	0,48	0,09	1,5	8,4	к/к
Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	200/5	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
<b>Итого за день:</b>		33,5	34,2	161,8	1045,2	

Заведующий производством: \_\_\_\_\_

## 27 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 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 151,80 руб., в том числе: молоко 14,80 руб.

День: 3

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры, сборник
		Б	Ж	У		
<b>Вторник завтрак</b>						
Молоко	200	5,8	6,4	9,4	120,0	к/к
Пряник	40	2,16	5,8	21,3	146,4	к/к
<b>Итого за Вторник завтрак:</b>		7,96	12,2	30,7	266,4	
<b>Обед</b>						
Огурец соленый	60	0,48	0,09	1,5	8,4	к/к
Рассольник Ленинградский со сметаной	200/5	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
<b>Итого за Обед:</b>		24,3	26,3	108,3	763,2	
<b>Итого за день:</b>		32,3	38,5	139,0	1029,6	

Заведующий производством: \_\_\_\_\_



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 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 151,80 руб., в том числе: молоко 14,80 руб.

День: 4

Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры, сборник
		Б	Ж	У		
<b>Второй завтрак</b>						
Молоко	200	5,8	6,4	9,4	120,0	к/к
Вафли в ассортименте	40	1,3	2	15	104	к/к
<b>Итого за Второй завтрак:</b>		7,1	8,4	24,4	224	
<b>Обед</b>						
Винегрет овощной	60	0,8	4,1	4	73,8	51/2008
Борщ со свежей капусты с картофелем и сметаной	200/5	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 микроулучшенными	30	1,95	0,3	13,5	66	к/к
Батон нарезной обогащенный микроулучшенными	25	2	0,87	13,25	70	к/к
<b>Итого за день:</b>		9,1	9,3	37,7	294,0	

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 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 151,80 руб., в том числе: молоко 14,80 руб.

День: 5

Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры, сборник
		Б	Ж	У		
<b>Второй завтрак</b>						
Молоко	200	5,8	6,4	9,4	120,0	к/к
Печенье в ассортименте	40	4	4,15	10,66	100,6	к/к
<b>Итого за Второй завтрак:</b>		9,8	10,55	20,06	220,6	
<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	200/10	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 микроулучшенными	30	1,95	0,3	13,5	66	к/к
Батон нарезной обогащенный микроулучшенными	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>		33,9	37,5	135,3	976,5	

Заведующий производством: \_\_\_\_\_