

3 апреля 2024 год (среда)



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



СОГЛАСОВАНО:  
 [Signature]  
 " 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: 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                                | 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>                            |              | 26,8                 | 32,1 | 144,8 | 971,6                          |                      |

Заведующий производством: [Signature]

4 апреля 2024 год (четверг)

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



СОГЛАСОВАНО:

*Директор*  
*М.Г. Давыдова*



Примерное двухнедельное цикличное сбалансированное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов для организации питания обучающихся 12-18 лет в муниципальных образовательных учреждениях Веселозжского 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>                  |              | 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              |
| 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 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: *jk*

5 апреля 2024 год (пятница)

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



СОГЛАСОВАНО:

Александр МБОУ  
М.С. Виредина  
" " "



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              |
| Гёфтели ( 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 обогащённый микронутриентами | 30           | 1,95                 | 0,3  | 13,5  | 66                             | к/к                  |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами       | 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:

**8 апреля 2024 год (понедельник)**

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



СОГЛАСОВАНО:

*Директор ИИОУ*  
*И.С. Верещина*



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 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                  |
| 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            | 250/5        | 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 свежемороженых 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>                            |              | 27,3                 | 26,5 | 152,5 | 1013,1                         |                      |

Заведующий производством: *[Signature]*

9 апреля 2024 год (вторник)

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



СОГЛАСОВАНО:

Директор  
И.С. Березина



Примерное двухнедельное циклическое сбалансированное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов для организации питания обучающихся 12-18 лет в муниципальных образовательных учреждениях Веселозжского района, стоимостью 137,00 руб.

День: 8

| Прием пищи, наименование блюд                    | 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 -Хлыновски                            | 90           | 10,7                 | 11,62 | 9,93  | 207,22                         | 272/2008             |
| 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 микроутриентами | 30           | 1,95                 | 0,3   | 13,5  | 66                             | к/к                  |
| Батон нарезной обогащенный микроутриентами       | 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:



**10 апреля 2024 год (среда)**

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



СОГЛАСОВАНО:

*Директор*  
*М.И. Вережнев*



Примерное двухдневное 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                    | 100          | 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: *[Signature]*

# 11 апреля 2024 год (четверг)

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



СОГЛАСОВАНО:

*Александр Мобу*  
*М.Т. Вязкина*

2024 г.



Примерное двухдневное 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                        | 250/5        | 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                       | 150/5        | 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: *[Signature]*

12 апреля 2024 год (пятница)

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



СОГЛАСОВАНО:

Директор ООО  
В.С. Вережина



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                                | 150          | 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:



# 15 апреля 2024 год (понедельник)

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



СОГЛАСОВАНО:

Директор  
М.Т. Виноградова



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>                  |              | <b>1,3</b>           | <b>2</b>     | <b>30</b>     | <b>164</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>28,4</b>          | <b>29,0</b>  | <b>136,3</b>  | <b>1011,3</b>                  |                      |

Заведующий производством:

16 апреля 2024 год (вторник)

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



СОГЛАСОВАНО:

*Александр Александрович*  
*М.С. Березина*

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: 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                                    | 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 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:

17 апреля 2024 год (среда)

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



СОГЛАСОВАНО:

Александров Ю.В. Школьник  
И.И. Верещагина



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: 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                                 | 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 микронутриентами | 30           | 1,95                 | 0,3  | 13,5  | 66                             | к/к                  |
| Батон обогащенный микронутриентами                | 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:

18 апреля 2024 год (четверг)



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




СОГЛАСОВАНО:

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>                  |              | 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              |
| 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 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: 

19 апреля 2024 год (пятница)

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



СОГЛАСОВАНО:

Александр МБОУ  
М.С. Виредина  
" " "



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>                   |              | 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              |
| Гёфтели ( 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 обогащённый микронутриентами | 30           | 1,95                 | 0,3  | 13,5  | 66                             | к/к                  |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами       | 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:



**22 апреля 2024 год (понедельник)**

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



СОГЛАСОВАНО:

*Директор ИИОУ*  
*И.С. Верещина*



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 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                  |
| Вафли в ассортименте                             | 40           | 1,3                  | 2           | 15           | 104                            | к/к                  |
| <b>Итого за Второй завтрак:</b>                  |              | <b>1,3</b>           | <b>2</b>    | <b>30</b>    | <b>164</b>                     |                      |
| <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            | 250/5        | 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 свежемороженых 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>                            |              | <b>26,0</b>          | <b>24,5</b> | <b>122,5</b> | <b>849,1</b>                   |                      |
| <b>Итого за день:</b>                            |              | <b>27,3</b>          | <b>26,5</b> | <b>152,5</b> | <b>1013,1</b>                  |                      |

Заведующий производством: *[Signature]*



**23 апреля 2024 год (вторник)**

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



СОГЛАСОВАНО:


*Директор*  
*М.С. Березина*



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 блюд                    | 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>                  |              | <b>7</b>             | <b>6,75</b> | <b>35,46</b> | <b>234,75</b>                  |                      |
| <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 -Хлыновски                            | 90           | 10,7                 | 11,62       | 9,93         | 207,22                         | 272/2008             |
| 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 микроутриентами | 30           | 1,95                 | 0,3         | 13,5         | 66                             | к/к                  |
| Батон нарезной обогащенный микроутриентами       | 25           | 2                    | 0,87        | 13,25        | 70                             | к/к                  |
| <b>Итого за Обед:</b>                            |              | <b>24,9</b>          | <b>25,9</b> | <b>105,6</b> | <b>802,6</b>                   |                      |
| <b>Итого за день:</b>                            |              | <b>31,9</b>          | <b>32,7</b> | <b>141,1</b> | <b>1037,4</b>                  |                      |

Заведующий производством: 

**24 апреля 2024 год (среда)**

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



СОГЛАСОВАНО:

*Директор*  
*М.И. Вережнев*



Примерное двухдневное 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                    | 100          | 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: \_\_\_\_\_

25 апреля 2024 год (четверг)

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



СОГЛАСОВАНО:

Александр МОВУ  
М.П. Вязкина



Примерное двухдневное 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 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                          | 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                        | 250/5        | 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                       | 150/5        | 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:

26 апреля 2024 год (пятница)

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



СОГЛАСОВАНО:

Директор ООО  
В.С. Вережина



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                                | 150          | 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:

## 27 апреля 2024 год (суббота)

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



СОГЛАСОВАНО:

Директор  
М.Т. Виноградова



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>                  |              | <b>1,3</b>           | <b>2</b>     | <b>30</b>     | <b>164</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>28,4</b>          | <b>29,0</b>  | <b>136,3</b>  | <b>1011,3</b>                  |                      |

Заведующий производством: