

СОГЛАСОВАНО
 Директор _____
 Для документов
 2022г.

УТВЕРЖДАЮ
 Генеральный директор ООО "СТК"
 Степанова Е.Г.
 2022г.

Двухнедельное цикличное сбалансированное меню бюджетного горячего питания для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Тосненского района, стоимостью 125 руб.

День: Понедельник

Неделя: 1

| № рец. | Прием пищи, наименование блюд | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|-----------------------------|---------------------------------------------|--------------|----------------------|-------|-------|--------------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| 1 | 2 | 3 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| 2-й Завтрак | | | | | | |
| 433* | Какао с молоком | 200 | 3 | 2,6 | 24,8 | 134,15 |
| к/к | Кондитерские изделия | 40 | 1,5 | 2 | 14,9 | 83,3 |
| Итого за 2-й Завтрак | | | 4,5 | 4,6 | 39,7 | 217,45 |
| Обед | | | | | | |
| 95* | Суп из овощей со сметаной на мясном бульоне | 200/5 | 2,08 | 4,2 | 17,6 | 116,8 |
| 283/364* | Тефтели мясные с соусом молочным | 80/50 | 11,63 | 9,67 | 48,4 | 328 |
| 331* | Макаронные изделия отварные | 150/5 | 5,6 | 4,8 | 36 | 209,61 |
| к/к | Напиток каркаде | 200 | 0,04 | 0 | 15,22 | 61 |
| к/к | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 2,6 | 0,5 | 15,8 | 78,24 |
| Итого за Обед | | | 240,00 | 21,95 | 19,17 | 133,02 |
| Итого за день | | | 244,5 | 26,55 | 58,87 | 350,47 |

Заведующий производством _____

СОГЛАСОВАНО

Директор _____ *У.В.*



УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО "СТК"

Степанова Е.Г.

2022г.



Двухнедельное циклическое сбалансированное меню бюджетного горячего питания для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Тосненского района, стоимостью 125 руб.

День: Вторник
Неделя: 1

| № рец. | Прием пищи, наименование блюд | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|-----------------------------|---------------------------------------------------------|--------------|----------------------|-------|-------|--------------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| 1 | 2 | 3 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| 2-й Завтрак | | | | | | |
| 432* | Кофейный напиток | 200 | 1,5 | 1,3 | 22,3 | 107 |
| к/к | Кондитерские изделия | 40 | 1,5 | 2 | 14,9 | 83,3 |
| Итого за 2-й Завтрак | | | 3 | 3,3 | 37,2 | 190,3 |
| Обед | | | | | | |
| 91* | Рассольник Ленинградский со сметаной на курином бульоне | 200/5 | 5,3 | 4,4 | 13,6 | 114,8 |
| 312* | Птица отварная | 90 | 19,6 | 24,6 | 0,8 | 189 |
| 351* | Рагу овощное (3 вариант) | 150 | 2,6 | 7,9 | 15,4 | 143,4 |
| 431* | Чай с сахаром и лимоном | 200/5 | 0,3 | 0 | 15,2 | 61,0 |
| к/к | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 2,6 | 0,5 | 15,8 | 78,24 |
| Итого за Обед | | | 30,40 | 37,40 | 60,80 | 586,44 |
| Итого за день | | | 33,4 | 40,7 | 98 | 776,74 |

Заведующий производством _____ *Степанова*

СОГЛАСОВАНО

Директор А. Степанова Е. В.



2022г.



Генеральный директор ООО "СТК"

Степанова Е.Г.

2022г.

Двухнедельное циклическое сбалансированное меню бюджетного горячего питания для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Тосненского района, стоимостью 125 руб.

День: Среда
Неделя: 1

| № рец. | Прием пищи, наименование блюд | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|-----------------------------|---------------------------------------------------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| 1 | 2 | 3 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| 2-й Завтрак | | | | | | |
| 431* | Чай с сахаром и лимоном | 200/5 | 0,3 | 0 | 15,2 | 61,0 |
| к/к | Кондитерские изделия | 40 | 1,5 | 2 | 14,9 | 83,3 |
| Итого за 2-й Завтрак | | | 1,8 | 2 | 30,1 | 144,3 |
| Обед | | | | | | |
| 95* | Борщ со свежей капустой, картофелем и со сметаной на мясном бульоне | 200/5 | 2,56 | 4,48 | 9,68 | 89,6 |
| 231* | Рыба, тушеная в томате с овощами | 100 | 8,2 | 5,5 | 3,9 | 98,4 |
| 323* | Рис отварной | 150 | 4,6 | 7,3 | 48,2 | 256,3 |
| 408* | Кисель из сока плодово-ягодного | 200 | 0,6 | 0,5 | 38,9 | 163 |
| к/к | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 2,6 | 0,5 | 15,8 | 78,24 |
| Итого за Обед | | | 18,56 | 18,28 | 116,48 | 685,54 |
| Итого за день | | | 20,36 | 20,28 | 146,58 | 829,84 |

Заведующий производством _____

Степанова

СОГЛАСОВАНО

Директор



2022г.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО "СТК"



Степанова Е.Г.

2022г.

Двухнедельное цикличное сбалансированное меню бюджетного горячего питания для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Тосненского района, стоимостью 125 руб.

День: Четверг

Неделя: 1

| № рец. | Прием пищи, наименование блюд | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|-----------------------------|---------------------------------------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| 1 | 2 | 3 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| 2-й Завтрак | | | | | | |
| 433* | Какао с молоком | 200 | 3 | 2,6 | 24,8 | 134,15 |
| к/к | Кондитерские изделия | 40 | 1,5 | 2 | 14,9 | 83,3 |
| Итого за 2-й Завтрак | | | 4,5 | 4,6 | 39,7 | 217,45 |
| Обед | | | | | | |
| 99* | Суп картофельный с горохом и гречками на мясном бульоне | 200/20 | 9,3 | 8,1 | 24,9 | 203,04 |
| 258* | Жаркое по-домашнему со свининой | 200 | 16,4 | 36,9 | 22,8 | 488,5 |
| 436* | Напиток апельсиновый | 200 | 0,1 | 0 | 25,7 | 104,0 |
| к/к | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 2,6 | 0,5 | 15,8 | 78,24 |
| к/к | Батон обогащенный | 40 | 3,16 | 0,4 | 19,3 | 94,4 |
| Итого за Обед | | | 31,56 | 45,90 | 108,50 | 968,18 |
| Итого за день | | | 36,06 | 50,5 | 148,2 | 1185,63 |

Заведующий производством

СОГЛАСОВАНО

Директор



Соткина Н. В.

2022г.

УТВЕРЖДАЮ



Генеральный директор ООО "СТК"

Степанова Е.Г.

2022г.

Двухнедельное цикличное сбалансированное меню бюджетного горячего питания для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Тосненского района, стоимостью 125 руб.

День: Пятница
Неделя: 1

| № рец. | Прием пищи, наименование блюд | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|-----------------------------|----------------------------------------------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| 1 | 2 | 3 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| 2-й Завтрак | | | | | | |
| 430 | Чай с сахаром | 200 | 0 | 0 | 15 | 60 |
| к/к | Кондитерские изделия | 40 | 1,5 | 2 | 14,9 | 83,3 |
| Итого за 2-й Завтрак | | | 1,5 | 2 | 29,9 | 143,3 |
| Обед | | | | | | |
| 84* | Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной на мясном бульоне | 200/5 | 1,8 | 4,2 | 8,1 | 77,9 |
| 314/366* | Котлеты рубленные из птицы с соусом молочным | 80/50 | 14,8 | 14,6 | 20,2 | 393,6 |
| 323* | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 3,6 | 4,8 | 37,1 | 183,8 |
| 402* | Компот из сухофруктов | 200 | 0,6 | 0,1 | 45,7 | 176 |
| к/к | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 2,6 | 0,5 | 15,8 | 78,24 |
| Итого за Обед | | | 23,40 | 24,20 | 126,90 | 909,54 |
| Итого за день | | | 24,90 | 26,20 | 156,80 | 1052,84 |

Заведующий производством

Сидорова

ООО "СТК"

Приложение №8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

СОГЛАСОВАНО

Директор _____



2022г.



УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО "СТК"

Степанова Е.Г.

2022г.

Двухнедельное циклическое сбалансированное меню бюджетного горячего питания для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Тосненского района, стоимостью 125 руб.

День: Суббота
Неделя: 1

| № рец. | Прием пищи, наименование блюд | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность |
|-----------------------------|-------------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|-------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| 1 | 2 | 3 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| 2-й Завтрак | | | | | | |
| к/к | Напиток каркаде | 200 | 0,04 | 0 | 15,22 | 61 |
| к/к | Кондитерские изделия | 40 | 1,5 | 2 | 14,9 | 83,3 |
| Итого за 2-й Завтрак | | | 1,54 | 2 | 30,12 | 144,3 |
| Обед | | | | | | |
| 92* | Суп картофельный с рыбой | 200/20 | 8,5 | 2,3 | 16,1 | 119 |
| 257* | Печень по-строгановски | 50/50 | 16,74 | 11,2 | 8,19 | 200,56 |
| 335* | Картофельное пюре | 150/5 | 3,4 | 8,3 | 22,4 | 150,55 |
| 431* | Чай с сахаром и лимоном | 200/5 | 0,3 | 0 | 15,2 | 61,0 |
| к/к | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 2,6 | 0,5 | 15,8 | 78,24 |
| Итого за Обед | | | 31,54 | 22,30 | 77,69 | 609,35 |
| Итого за день | | | 33,08 | 24,3 | 107,81 | 753,65 |

Заведующий производством _____

СОГЛАСОВАНО

Директор _____



_____ 2022г.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО "СТК" _____



Степанова Е.Г. _____

_____ 2022г.

Двухнедельное циклическое сбалансированное меню бюджетного горячего питания для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Тосненского района, стоимостью 125 руб.

День: Понедельник

Неделя: 2

| № рец. | Прием пищи, наименование блюд | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность |
|-----------------------------|-------------------------------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|-------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| 1 | 2 | 3 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| 2-й Завтрак | | | | | | |
| 433* | Какао с молоком | 200 | 3 | 2,6 | 24,8 | 134,15 |
| к/к | Кондитерские изделия | 40 | 1,5 | 2 | 14,9 | 83,3 |
| Итого за 2-й Завтрак | | | 4,5 | 4,6 | 39,7 | 217,45 |
| Обед | | | | | | |
| 100* | Суп картофельный с вермишелью на мясном бульоне | 200 | 2,9 | 2,1 | 18 | 107,27 |
| 211* | Плов из птицы | 250 | 25,5 | 28,8 | 46,9 | 535 |
| к/к | Напиток каркаде | 200 | 0,04 | 0 | 15,22 | 61 |
| к/к | Хлеб ржано-пшеничный | 50 | 3,3 | 0,6 | 19,8 | 97,8 |
| Итого за Обед | | | 31,74 | 31,50 | 99,92 | 801,07 |
| Итого за день | | | 36,24 | 36,1 | 139,62 | 1018,52 |

Заведующий производством _____

СОГЛАСОВАНО

Директор



2022г.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО "СТК"

Степанова Е.Г.

2022г.



Двухнедельное цикличное сбалансированное меню бюджетного горячего питания для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Тосненского района, стоимостью 125 руб.

День: Вторник

Неделя: 2

| № рец. | Прием пищи, наименование блюд | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|-----------------------------|---------------------------------------------------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| 1 | 2 | 3 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| 2-й Завтрак | | | | | | |
| 432* | Кофейный напиток | 200 | 1,5 | 1,3 | 22,3 | 107 |
| к/к | Кондитерские изделия | 40 | 1,5 | 2 | 14,9 | 83,3 |
| Итого за 2-й Завтрак | | | 3 | 3,3 | 37,2 | 190,3 |
| Обед | | | | | | |
| 95* | Борщ со свежей капустой, картофелем и со сметаной на мясном бульоне | 200/5 | 2,56 | 4,48 | 9,68 | 89,6 |
| 259* | Гуляш из свинины | 50/50 | 14,8 | 35,3 | 3,7 | 389 |
| 331* | Макаронные изделия отварные | 150/5 | 5,6 | 4,8 | 36 | 209,61 |
| 438* | Напиток яблочный | 200 | 0,3 | 0,7 | 24 | 104 |
| к/к | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 2,6 | 0,5 | 15,8 | 78,24 |
| Итого за Обед | | | 25,86 | 45,78 | 89,18 | 870,45 |
| Итого за день | | | 28,86 | 49,08 | 126,38 | 1060,75 |

Заведующий производством

СОГЛАСОВАНО

Директор



2022г.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО "СТК"



Степанова Е.Г.

2022г.

Двухнедельное цикличное сбалансированное меню бюджетного горячего питания для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Тосненского района, стоимостью 125 руб.

День: Среда

Неделя: 2

| № рец. | Прием пищи, наименование блюд | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|-----------------------------|-----------------------------------------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| 1 | 2 | 3 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| 2-й Завтрак | | | | | | |
| 11,22** | Чай с молоком и сахаром | 200/15 | 1,5 | 1,7 | 17,4 | 91,2 |
| к/к | Кондитерские изделия | 40 | 1,5 | 2 | 14,9 | 83,3 |
| Итого за 2-й Завтрак | | | 3 | 3,7 | 32,3 | 174,5 |
| Обед | | | | | | |
| 99* | Суп картофельный с бобовыми со сметаной на мясном бульоне | 200/5 | 4,4 | 5,2 | 15 | 124,9 |
| 241/364* | Котлеты рыбные любительские с соусом томатным | 80/50 | 17,5 | 12,4 | 27 | 194 |
| 325* | Рис отварной | 150/5 | 4,6 | 7,3 | 48,2 | 256,3 |
| 408* | Кисель из сока плодово-ягодного | 200 | 0,6 | 0,5 | 38,9 | 163 |
| к/к | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 2,6 | 0,5 | 15,8 | 78,24 |
| Итого за Обед | | | 29,70 | 25,90 | 144,90 | 816,44 |
| Итого за день | | | 32,70 | 29,60 | 177,20 | 990,94 |

Заведующий производством

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор

Караша Г. В.

Генеральный директор ООО "СТК"

Степанова Е.Г.

2022г.



Двухнедельное циклическое сбалансированное меню бюджетного горячего питания для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Тосненского района, стоимостью 125 руб.

День: Четверг

Неделя: 2

| № рец. | Прием пищи, наименование блюд | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность |
|-----------------------------|---------------------------------------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|-------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| 1 | 2 | 3 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| 2-й Завтрак | | | | | | |
| 433* | Какао с молоком | 200 | 3 | 2,6 | 24,8 | 134,15 |
| к/к | Кондитерские изделия | 40 | 1,5 | 2 | 14,9 | 83,3 |
| Итого за 2-й Завтрак | | | 4,5 | 4,6 | 39,7 | 217,45 |
| Обед | | | | | | |
| 91* | Рассольник Ленинградский со сметаной на курином бульоне | 200/5 | 5,3 | 4,4 | 13,6 | 114,8 |
| 309* | Рагу из птицы | 250 | 21,6 | 11,4 | 21,9 | 353,8 |
| 402* | Компот из сухофруктов | 200 | 0,6 | 0,1 | 45,7 | 176 |
| к/к | Хлеб ржано-пшеничный | 50 | 3,3 | 0,6 | 19,8 | 97,8 |
| Итого за Обед | | | 30,80 | 16,50 | 101,00 | 742,40 |
| Итого за день | | | 35,30 | 21,10 | 140,70 | 959,85 |

Заведующий производством

Смирнов

СОГЛАСОВАНО

Директор



2022г.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО "СТК"



Степанова Е.Г.

2022г.

Двухнедельное циклическое сбалансированное меню бюджетного горячего питания для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Tosnenskogo района, стоимостью 125 руб.

День: Пятница

Неделя: 2

| № рец. | Прием пищи, наименование блюд | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|-----------------------------|---------------------------------------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| 1 | 2 | 3 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| 2-й Завтрак | | | | | | |
| к/к | Напиток каркаде | 200 | 0,04 | 0 | 15,22 | 61 |
| к/к | Кондитерские изделия | 40 | 1,5 | 2 | 14,9 | 83,3 |
| Итого за 2-й Завтрак | | | 1,54 | 2 | 30,12 | 144,3 |
| Обед | | | | | | |
| 99* | Суп картофельный с горохом и гренками на мясном бульоне | 200/20 | 9,3 | 8,1 | 24,9 | 203,04 |
| 273/366* | Котлеты особые мясные с соусом молочным | 80/50 | 21,8 | 29 | 9,3 | 356 |
| 323* | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 3,6 | 4,8 | 37,1 | 183,8 |
| 436* | Напиток лимонный | 200 | 0,1 | 0 | 24,3 | 97,5 |
| к/к | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 2,6 | 0,5 | 15,8 | 78,24 |
| Итого за Обед | | | 37,40 | 42,40 | 111,40 | 918,58 |
| Итого за день | | | 38,94 | 44,40 | 141,52 | 1062,88 |

Заведующий производством _____

СОГЛАСОВАНО

Директор _____



2022г.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО "СТК"



Степанова Е.Г.

2022г.

Двухдневное цикличное сбалансированное меню бюджетного горячего питания для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Тосненского района, стоимостью 125 руб.

День: Суббота
Неделя: 2

| № рец. | Прием пищи, наименование блюд | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность |
|------------------------------|----------------------------------------------------------------|--------------|----------------------|--------|---------|-------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| 1 | 2 | 3 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| 2-й Завтрак | | | | | | |
| 430* | Чай с сахаром | 200 | 0 | 0 | 15 | 60 |
| к/к | Кондитерские изделия | 40 | 1,5 | 2 | 14,9 | 83,3 |
| Итого за 2-й Завтрак | | | 1,5 | 2 | 29,9 | 143,3 |
| Обед | | | | | | |
| 84* | Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной на мясном бульоне | 200/5 | 1,8 | 4,2 | 8,1 | 77,9 |
| 266* | Плов по-узбекски | 250 | 14,4 | 38,4 | 48,5 | 597,3 |
| 438* | Напиток из свежих фруктов | 200 | 0,3 | 0,7 | 24 | 104 |
| к/к | Хлеб ржано-пшеничный | 50 | 3,3 | 0,6 | 19,8 | 97,8 |
| Итого за Обед | | | 19,80 | 43,90 | 100,40 | 877,00 |
| Итого за день | | | 21,30 | 45,90 | 130,30 | 1020,30 |
| Итого за 12 дней | | | 585,64 | 414,71 | 1571,98 | 11062,41 |
| Итого среднее за день | | | 48,8 | 34,6 | 131,0 | 921,9 |

Заведующий производством _____