

ООО "СТК"

Приложение № 6 к СанПиН 18874-3890-20

"СОГЛАСОВАНО"
Директор МБОУ

"ПТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор ООО "СТК"

Степанова Е.Г.
г.

Примерное двухнедельное циклическое сбалансированное меню горячих завтраков и обедов для организации бюджетного питания учащихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях стоимостью 108 руб.(завтрак-40 руб,обед - 68 руб.)

День: Понедельник
Неделя: 1

| № рец. | Прием пищи, наименование блюд | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|-------------------------|---|--------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| Завтрак | | | | | | |
| 189* | Каша молочная геркулесовая с маслом сливочным | 150/5 | 5.1 | 7.5 | 23 | 180.44 |
| 14* | Сыр (порциями) | 15 | 3.45 | 4.45 | 0.4 | 72.66 |
| 432* | Кофейный напиток | 200 | 1.5 | 1.3 | 22.3 | 107 |
| к/к | Батон обогащенный | 40 | 3.16 | 0.4 | 19.3 | 94.4 |
| к/к | Фрукты сезонные | 200 | 0.8 | 0.8 | 19.6 | 94 |
| Итого за Завтрак | | | 14.01 | 14.45 | 84.6 | 548.5 |
| Обед | | | | | | |
| 20* | Салат из соленых огурцов с луком ** | 60 | 0.64 | 3.08 | 11.09 | 74.6 |
| 84* | Щи из свежей капусты с картофелем, говядиной и сметаной | 200/10/5 | 5.2 | 6.3 | 8 | 109.42 |
| 311* | Плов из птицы (филе) | 200 | 20.4 | 23 | 37.5 | 428 |
| 402* | Компот из сухофруктов с витамином "С" | 200 | 0.6 | 0.1 | 35.7 | 131 |
| к/к | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 2.6 | 0.5 | 15.8 | 78.24 |
| Итого за Обед | | | 29.44 | 32.98 | 108.09 | 821.26 |
| Итого за день | | | 43.45 | 47.43 | 192.69 | 1369.76 |

ООО "СТК"

"СОГЛАСОВАНО"
Директор МБОУ



Приложение № 8 к Соглашению № 74/3590-20

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор ООО "СТК"
Степанова Е.Г.
г. Санкт-Петербург



Примерное индивидуальное недельное сбалансированное меню горячих завтраков и обедов для организации бюджетного питания учащихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях города Санкт-Петербурга на 108 руб. (завтрак-40 руб, обед - 68 руб.)

День: Вторник
Целевая: 1

| № рец. | Прием пищи, наименование блюд | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|-------------------------|---|--------------|----------------------|------|-------|--------------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| Завтрак | | | | | | |
| 189* | Каша молочная рисовая с маслом сливочным | 150/5 | 4 | 6.7 | 23.1 | 169.03 |
| 213* | Яйцо вареное | 40 | 5.1 | 4.6 | 0.3 | 63 |
| 433* | Какао с молоком | 200 | 3 | 2.6 | 24.8 | 134.15 |
| к/к | Батон обогащенный | 40 | 3.16 | 0.4 | 19.3 | 94.4 |
| Итого за Завтрак | | | 15.26 | 14.3 | 67.5 | 460.58 |
| Обед | | | | | | |
| к/к | Салат "Здоровье" из свеклы, моркови и горошка зеленого с маслом | 60 | 1.2 | 4.6 | 0.1 | 67.2 |
| 99/73* | Суп картофельный с горохом, курицей и гречками | 200/10/10 | 9.3 | 8.1 | 14.9 | 173.04 |
| 245/364* | Тефтели рыбные с соусом томатным | 80/30 | 14.3 | 10 | 14.7 | 205.51 |
| 335* | Картофельное пюре | 150/5 | 3.4 | 5.3 | 22.4 | 150.55 |
| 441* | Напиток из плодов шиповника | 200 | 0.7 | 0.3 | 24.4 | 103 |
| к/к | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 2.6 | 0.5 | 15.8 | 78.24 |
| Итого за Обед | | | 31.5 | 28.8 | 92.3 | 777.54 |
| Итого за день | | | 46.76 | 43.1 | 159.8 | 1238.12 |

ООО "СТК"

Приложение № 8, от 01.11.2014 г. № 4.3590-20

"СОГЛАСОВАНО"
Директор МБОУ



"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор ООО "СТК"

Степанова Е.Г.
г.



Примерное дневное меню сбалансированное меню горячих завтраков и обедов для организации бюджетного финансирования 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях
стоимостью 108 руб.(завтрак-40 руб,обед - 68 руб.)

День: Четверг
Цели: 1

| № рец. | Прием пищи, наименование блюдо | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|-------------------------|---|--------------|----------------------|------|-------|--------------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| Завтрак | | | | | | |
| 184* | Каша вязкая пшеничная молочная с маслом | 150/5 | 8.7 | 8.2 | 34.5 | 290.74 |
| к/к | Печенье сахарное | 50 | 4.8 | 7.2 | 11.5 | 144 |
| 430* | Чай с сахаром | 200 | 0 | 0 | 15 | 59.96 |
| к/к | Батон обогащенный | 20 | 1.5 | 0.6 | 10.3 | 52.34 |
| Итого за Завтрак | | | 15 | 16 | 71.3 | 547.04 |
| Обед | | | | | | |
| 7,36** | Свёкла отварная с растительным маслом | 60 | 0.9 | 5.1 | 5.6 | 71.55 |
| 91* | Рассольник Ленинградский со сметаной | 200/5 | 5.3 | 4.4 | 13.6 | 114.75 |
| 315/366* | Биточки куриные с соусом молочным | 80/50 | 14.8 | 14.6 | 10.2 | 223 |
| 325* | Рис отварной | 150 | 4.6 | 7.3 | 48.2 | 256.3 |
| 402* | Компот из сухофруктов с витамином "С" | 200 | 0.6 | 0.1 | 35.7 | 131 |
| к/к | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 2.6 | 0.5 | 15.8 | 78.24 |
| Итого за Обед | | | 28.8 | 32 | 129.1 | 874.84 |
| Итого за день | | | 43.8 | 48 | 200.4 | 1421.88 |

ООО "СТК"

"СОГЛАСОВАНО"
Директор МБОУ



Приложение №8 к Соглаш. 2.3/243/00-20

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор ООО "СТК"



Стеланова Е.Г.
г.

Примерное двухдневное сбалансированное меню горячих завтраков и обедов для организации бюджетного питания учащихся в возрасте 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях (стоимость 100 руб. (завтрак-40 руб,обед - 68 руб.)

День: Пятница
Неделя: 1

| № рецеп. | Прием пищи, наименование блюд | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|-------------------------|--|--------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| Завтрак | | | | | | |
| 184* | Каша пшеничная молочная с маслом | 150/5 | 5.7 | 6.4 | 27 | 188.65 |
| 14* | Сыр (порциями) | 20 | 3.45 | 4.45 | 0.4 | 72.66 |
| 433* | Какао с молоком | 200 | 3 | 2.6 | 24.8 | 134.15 |
| к/к | Фрукты сезонные | 200 | 0.8 | 0.8 | 19.6 | 94 |
| к/к | Батон обогащенный | 40 | 3.16 | 0.4 | 19.3 | 94.4 |
| Итого за Завтрак | | | 16.11 | 14.65 | 91.1 | 583.86 |
| Обед | | | | | | |
| 50* | Салат из моркови и яблок с растительным маслом | 60 | 0.76 | 6.10 | 4.34 | 76.22 |
| 100* | Суп картофельный с макарон.изд. с мясом птицы | 200/10 | 7.8 | 7.5 | 16.9 | 166.7 |
| 312* | Птица, тушеная в сметанном соусе | 50/50 | 15.5 | 11.5 | 3.6 | 180 |
| 323* | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 3.6 | 4.8 | 37.1 | 183.8 |
| 431* | Чай с сахаром и лимоном | 200/5 | 0.3 | 0 | 15.2 | 61 |
| к/к | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 2.6 | 0.5 | 15.8 | 78.24 |
| Итого за Обед | | | 30.56 | 30.40 | 92.94 | 745.96 |
| Итого за день | | | 46.67 | 45.05 | 184.04 | 1329.82 |

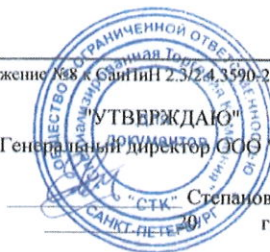
ООО "СТК"

"СОГЛАСОВАНО"
Директор МБОУ



Приложение №1 к Соглаш. 2.3/2.4.3590-20

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор ООО "СТК"



Степанова Е.Г.
г.

Примерное двухнедельное сбалансированное меню горячих завтраков и обедов для организации бюджетного питания учащихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях стоимостью 108 руб. (завтрак-40 руб, обед - 68 руб.)

День: Суббота
Неделя: 1

| № рец. | Прием пищи, наименование блюд | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|-------------------------|---|--------------|----------------------|------|-------|--------------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| Завтрак | | | | | | |
| 189* | Каша молочная геркулесовая с маслом сливочным | 150/5 | 5.1 | 7.5 | 23 | 180.44 |
| 2* | Бутерброд с джемом | 15/5/20 | 1.3 | 4.6 | 29.6 | 132.36 |
| 431* | Чай с сахаром и лимоном | 200/5 | 0.3 | 0 | 15.2 | 61 |
| Итого за Завтрак | | | 6.7 | 12.1 | 67.8 | 373.8 |
| Обед | | | | | | |
| 50* | Салат «Свеколка» | 50 | 0.8 | 5.1 | 7.7 | 79.59 |
| 98* | Суп картофельный с крупой (пшено) | 200 | 2.1 | 3.6 | 21.6 | 113.97 |
| 241* | Котлеты рыбные любительские с соусом томатным | 80/50 | 17.5 | 12.4 | 27 | 194 |
| 335* | Картофельное пюре | 150/5 | 3.4 | 5.3 | 22.4 | 150.55 |
| 411* | Кисель плодово-ягодный с витаминизмом "С" | 200 | 0.1 | 0.1 | 27.9 | 113 |
| к/к | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 2.6 | 0.5 | 15.8 | 78.24 |
| Итого за Обед | | | 24.7 | 25.6 | 113.7 | 748.6 |
| Итого за день | | | 31.4 | 37.7 | 181.5 | 1122.4 |

ООО "СТК"

Приложение №8 к Соп. ГП 2/32 А/3590-20

"СОГЛАСОВАНО"
Директор МБОУ

УТВЕРЖДАЮ
Генеральный директор ООО "СТК"

Степанова Е.Г.
20 г.

Примерное меню недельного рациона сбалансированное меню горячих завтраков и обедов для организации бюджетного типа учащихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях (формы № 1, 2) руб.(завтрак-40 руб,обед - 68 руб.)

День: Понедельник
Неделя: 2

| № п/п | Прием пищи, наименование блюд | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|-------------------------|---|--------------|----------------------|-------|-------|--------------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| Завтрак | | | | | | |
| 190* | Каша из пшена и риса молочная («Дружба») | 150/5 | 4.8 | 7.3 | 21.7 | 171.53 |
| 14* | Сыр (порциями) | 15 | 3.45 | 4.45 | 0.4 | 72.66 |
| 432* | Кофейный напиток | 200 | 1.5 | 1.3 | 22.3 | 107 |
| к/к | Батон обогащенный | 40 | 3.16 | 0.4 | 19.3 | 94.4 |
| к/к | Фрукты сезонные | 200 | 0.8 | 0.8 | 19.6 | 94 |
| Итого за Завтрак | | | 13.71 | 14.25 | 83.3 | 539.59 |
| Обед | | | | | | |
| 40* | Салат из квашеной капусты * | 60 | 1.4 | 3.1 | 5.7 | 56.24 |
| 95* | Суп из овощей со сметаной | 200/5 | 1.9 | 3.5 | 15.5 | 100.68 |
| 316/366* | Котлеты рубленые из кур, запеченные с соусом молочным | 80/50 | 14.8 | 14.6 | 10.2 | 223 |
| 325* | Рис отварной | 150 | 4.6 | 7.3 | 48.2 | 256.3 |
| 402* | Компот из сухофруктов с витамином "С" | 200 | 0.6 | 0.1 | 35.7 | 131 |
| к/к | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 2.6 | 0.5 | 15.8 | 78.24 |
| Итого за Обед | | | 25.9 | 29.1 | 131.1 | 845.46 |
| Итого за день | | | 39.61 | 43.35 | 214.4 | 1385.05 |

ООО "СТК"

"СОГЛАСОВАНО"
Директор МБОУ



Приложение № 2 к СанПиН 2.3.2.4.3590-20

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор ООО "СТК"
Стананова Е.Г.
г. 20



Примерное дневное рационное индивидуализированное меню горячих завтраков и обедов для организации бюджетного учреждения учащихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях города Гатчины - 2017 г. (завтрак-40 руб,обед - 68 руб.)

День: Вторник
Цель: 2

| № рецеп. | Прием пищи, наименование блюд | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|-------------------------|--|--------------|----------------------|-------|-------|--------------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| Завтрак | | | | | | |
| 184* | Каша вязкая манная молочная с маслом сливочным | 150/5 | 5.6 | 4.7 | 30.9 | 187.74 |
| 213* | Яйцо вареное | 40 | 5.1 | 4.6 | 0.3 | 63 |
| 430* | Чай с сахаром | 200 | 0 | 0 | 15 | 59.96 |
| к/к | Батон обогащенный | 50 | 3.8 | 1.5 | 25.7 | 130.85 |
| Итого за Завтрак | | | 14.5 | 10.8 | 71.9 | 441.55 |
| Обед | | | | | | |
| 41* | Салат "Витаминный" (1-й вариант) | 60 | 1.1 | 3.55 | 58.3 | 66.4 |
| 92* | Суп картофельный с рыбой | 200/20 | 8.5 | 2.3 | 16.1 | 119.06 |
| 258* | Жаркое по-домашнему со свиной | 200 | 16.4 | 20.8 | 21.6 | 399 |
| 436* | Напиток из апельсинов с витамином "С" | 200 | 0.2 | 0 | 25.7 | 105 |
| к/к | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 2.6 | 0.5 | 15.8 | 78.24 |
| Итого за Обед | | | 28.8 | 27.15 | 137.5 | 767.7 |
| Итого за день | | | 43.3 | 37.95 | 209.4 | 1209.25 |

ООО "СТК"

Приложение №8 к СанПиН 2.3/2.4.3890-20

"СОГЛАСОВАНО"
Директор МБОУ



"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор ООО "СТК"

Степанова Е.Г.



Примерное трехдневное индивидуальное сбалансированное меню горячих завтраков и обедов для организации бюджетного питания учащихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях **стоимость 108 руб.(завтрак-40 руб,обед - 68 руб.)**

День: Среда

Пельди: 2

| № п/п | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|-------------------------|--|--------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| Завтрак | | | | | | |
| 193* | Запеканка рисовая с творогом со сгущ.молоком | 125/25 | 9.42 | 8.23 | 53.56 | 326.02 |
| 433* | Какао с молоком | 200 | 3 | 2.6 | 24.8 | 134.15 |
| к/к | Батон обогащенный | 20 | 1.5 | 0.6 | 10.3 | 52.34 |
| к/к | Фрукты сезонные | 200 | 0.8 | 0.8 | 19.6 | 94 |
| Итого за Завтрак | | | 14.72 | 12.23 | 108.26 | 606.51 |
| Обед | | | | | | |
| 50* | Салат из моркови и яблок с растительным маслом | 60 | 0.76 | 6.10 | 4.34 | 76.22 |
| 80* | Борщ сибирский со сметаной | 200/5 | 3.2 | 4 | 12.8 | 100.03 |
| 283* | Тефтели из говядины с соусом томатным | 50/50 | 11.2 | 10.2 | 9.7 | 286 |
| 323* | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 3.6 | 4.8 | 37.1 | 183.8 |
| 401* | Компот из кураги с витамином "С" | 200 | 1 | 0.1 | 34.1 | 141.21 |
| к/к | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 2.6 | 0.5 | 15.8 | 78.24 |
| Итого за Обед | | | 22.36 | 25.70 | 113.84 | 865.50 |
| Итого за день | | | 37.08 | 37.93 | 222.10 | 1472.01 |

ООО "СТК"

Приложение № 1 к СанПиН 2.3.2.4.3590-20

"СОГЛАСОВАНО"
Директор МБОУ



"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор ООО "СТК"
Стеланова Е.Г.
20 г.

Примерное двухразовое меню для детей 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях для организации бюджетного питания учащихся (завтрак-40 руб,обед - 68 руб.)

День: Пятница
Неделя: 2

| № рецеп. | Присл. пищи, наименование блюд | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|-------------------------|---|--------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| Завтрак | | | | | | |
| 184* | Каша пшеничная молочная с маслом | 150/5 | 5.7 | 6.4 | 27 | 188.65 |
| к/к | Батон обогащенный | 40 | 3.16 | 0.4 | 19.3 | 94.4 |
| 432* | Кофейный напиток | 200 | 1.5 | 1.3 | 22.3 | 107 |
| к/к | Фрукты сезонные | 200 | 0.8 | 0.8 | 19.6 | 94 |
| Итого за Завтрак | | | 11.16 | 8.90 | 88.20 | 484.05 |
| Обед | | | | | | |
| 41* | Салат "Витаминный" (1-й вариант) | 60 | 1.1 | 3.55 | 58.3 | 66.4 |
| 99* | Суп картофельный с фасолью на кур.бульоне со сметаной | 200/5 | 5.2 | 4.6 | 13 | 114.4 |
| 254* | Сосиски отварные | 100 | 11.3 | 24.6 | 0.4 | 268.52 |
| 331* | Макаронные изделия отварные | 150 | 6.7 | 5.7 | 39.5 | 250.86 |
| 441* | Напиток из плодов шиповника | 200 | 0.7 | 0.3 | 24.4 | 103 |
| к/к | Хлеб ржано-пшеничный | 60 | 4.9 | 2 | 25.3 | 135 |
| Итого за Обед | | | 29.9 | 40.75 | 160.9 | 938.18 |
| Итого за день | | | 41.06 | 49.65 | 249.10 | 1422.23 |

ООО "СТК"

Приложение № 8 к Соплику 2-1/24-3590-20

"СОГЛАСОВАНО"
Директор МБОУ



УТВЕРЖДАЮ
Генеральный директор ООО "СТК"
Степанова Е.Г.
"СТК" 20 г.



Примерное двухдневное типичное сбалансированное меню горячих завтраков и обедов для организации бюджетного питания учащихся 11 лет в муниципальных образовательных учреждениях с количеством 108 руб (завтрак-40 руб,обед - 68 руб.)

День: Суббота
Неделя: 2

| № рец. | Прием пищи, наименование блюд | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|------------------------------|--|--------------|----------------------|--------|---------|--------------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| Завтрак | | | | | | |
| 213* | Яйцо вареное | 40 | 5.1 | 4.6 | 0.3 | 63 |
| 190* | Каша из пшена и риса молочная («Дружба») | 150/5 | 4.8 | 7.3 | 21.7 | 171.53 |
| 11,22** | Чай с молоком и сахаром | 200/15 | 1.5 | 1.7 | 17.4 | 91.2 |
| к/к | Батон обогащенный | 40 | 3.16 | 0.4 | 19.3 | 94.4 |
| Итого за Завтрак | | | 14.56 | 14 | 58.7 | 420.13 |
| Обед | | | | | | |
| 20* | Салат из соленых огурцов с луком | 60 | 0.64 | 3.08 | 11.09 | 74.60 |
| 100* | Суп картофельный с вермишелью | 200 | 2.9 | 6.7 | 18 | 147.3 |
| 275* | Котлеты мясо-картофельные по-хлыновски | 80 | 17.3 | 14 | 17.5 | 283 |
| 325* | Рис отварной | 150 | 4.6 | 7.3 | 48.2 | 256.3 |
| 402* | Компот из сухофруктов с витамином "С" | 200 | 0.6 | 0.1 | 35.7 | 131 |
| к/к | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 2.6 | 0.5 | 15.8 | 78.24 |
| Итого за Обед | | | 28.64 | 31.68 | 146.29 | 970.41 |
| Итого за день | | | 43.20 | 45.68 | 204.99 | 1390.54 |
| Итого за 12 дней | | | 523.03 | 541.44 | 2371.32 | 16154.61 |
| Итого среднее за день | | | 43.6 | 45.1 | 197.6 | 1346.2 |