

ООО "СТК"

"СОГЛАСОВАНО"
Директор МБОУ _____



_____ / _____
_____ 20 г.

Приложение №8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор ООО "СТК"



_____ / _____
_____ 20 г.

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

День: Понедельник
Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
2-й Завтрак							
430	Чай с сахаром	200	5	0	0	15	60
к/к	Кондитерские изделия	30	15	2,25	3,54	18	121,2
Итого за 2-й Завтрак			20	2,25	3,54	33	181,2
Обед							
98*	Суп картофельный с рисом	200	24	2,8	3,6	17,6	113,97
254*	Сосиски отварные	50	48	4,2	10,3	0,2	134,3
331	Макаронные изделия отварные	150	15	5,6	4,8	36	209,61
402*	Компот из смеси сухофруктов	200	15	0,6	0,1	45,7	176
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	20	3	1,3	0,3	7,9	39,1
Итого за Обед			105	14,5	19,1	107,4	672,98
Итого за день			125	16,75	22,64	140,4	854,18

ООО "СТК"

Приложение №8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

"СОГЛАСОВАНО"
Директор МБОУ

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор ООО "СТК"



Степанова Е.Г.

20 г.

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

День: Вторник

Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
2-й Завтрак							
402*	Компот из смеси сухофруктов	200	15	0,6	0,1	45,7	176
2*	Бутерброд с джемом	40	10	1,3	4,6	21,6	132,36
Итого за 2-й Завтрак			25	1,9	4,7	67,3	308,36
Обед							
95*	Борщ с капусты, картофелем и со сметаной	200/5	25	2,56	4,48	9,68	89,6
312*	Птица, тушенная в сметанном соусе	100	47	13,1	16,5	3,6	215
323*	Каша гречневая рассыпчатая	150	20	3,6	4,8	37,1	183,8
430	Чай с сахаром	200	5	0	0	15	60
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	20	3	1,3	0,3	7,9	39,1
Итого за Обед			100,00	20,56	26,08	73,28	587,5
Итого за день			125	22,46	30,78	140,58	895,86

ООО "СТК"

"СОГЛАСОВАНО"
Директор МБОУ



Приложение №8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор ООО "СТК"



Степанова Е.Г.

20 г.

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

День: Среда
Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
2-й Завтрак							
430*	Чай с повидлом	200	5	0,3	0,1	11	43
к/к	Кондитерские изделия	30	15	2,25	3,54	18	121,2
Итого за 2-й Завтрак			20	2,55	3,64	29,00	164,20
Обед							
99*	Суп картофельный с горохом и гренками	200/5	22	9,3	8,1	24,9	203,04
314/366*	Биточки рубленые из птицы с соусом молочным	80/50	45	14,8	14,6	20,2	393,6
323*	Рис отварной	150	20	4,6	7,3	48,2	256,3
402*	Компот из смеси сухофруктов	200	15	0,6	0,1	45,7	176
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	20	3	1,3	0,3	7,9	39,1
Итого за Обед			105,00	30,6	30,4	146,9	1068,04
Итого за день			125	33,15	34,04	175,90	1232,24

ООО "СТК"

"СОГЛАСОВАНО"
Директор МБОУ



Приложение №8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор ООО "СТК"



Степанова Е.Г.

20 г.

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

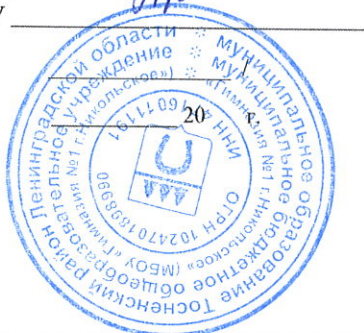
День: Четверг

Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
2-й Завтрак							
431*	Чай с сахаром и лимоном	200	8	0,3	0	15,2	61
3*	Бутерброд с сыром	30	14	4,5	4,5	7,4	88
Итого за 2-й Завтрак			22	4,8	4,5	22,6	149
Обед							
91*	Рассольник Ленинградский со сметаной	200/5	24	5,3	4,4	13,6	114,8
241/364*	Котлеты рыбные любительские с соусом томатным	80/50	40	17,5	12,4	27	194
335*	Картофельное пюре	150	19	3,4	8,3	22,4	150,55
433*	Какао с молоком	200	17	2,9	2,6	24,8	134,2
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	20	3	1,3	0,3	7,9	39,1
Итого за Обед			103,00	30,4	28	95,7	632,65
Итого за день			125	35,2	32,5	118,3	781,65

ООО "СТК"

"СОГЛАСОВАНО"
Директор МБОУ



Приложение №8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор ООО "СТК"



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

День: Пятница

Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
2-й Завтрак							
402*	Компот из смеси сухофруктов	200	15	0,6	0,1	45,7	176
к/к	Кондитерские изделия	30	15	2,25	3,54	18	121,2
Итого за Завтрак			30	2,85	3,64	63,7	297,2
Обед							
100*	Суп картофельный с вермишелью	200	20	2,9	2,1	18	107,27
283/364*	Тефтели мясные с соусом молочным	100	47	11,63	9,67	48,4	328
323*	Каша гречневая рассыпчатая	150	20	3,6	4,8	37,1	183,8
430	Чай с сахаром	200	5	0	0	15	60
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	20	3	1,3	0,3	7,9	39,1
Итого за Обед			95,00	19,43	16,87	126,4	718,17
Итого за день			125	22,28	20,51	190,10	1015,37

ООО "СТК"

"СОГЛАСОВАНО"
Директор МБОУ



Приложение №8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор ООО "СТК"



Степанова Е.Г.

20 г.

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

День: Понедельник

Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
2-й Завтрак							
430	Чай с сахаром	200	5	0	0	15	60
к/к	Кондитерские изделия	30	15	2,25	3,54	18	121,2
Итого за 2-й Завтрак			20	2,25	3,54	33	181,2
Обед							
98*	Суп картофельный с рисом	200	24	2,8	3,6	17,6	113,97
254*	Сосиски отварные	50	48	4,2	10,3	0,2	134,3
331	Макаронные изделия отварные	150	15	5,6	4,8	36	209,61
402*	Компот из смеси сухофруктов	200	15	0,6	0,1	45,7	176
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	20	3	1,3	0,3	7,9	39,1
Итого за Обед			105,00	14,5	19,1	107,4	672,98
Итого за день			125	16,75	22,64	140,4	854,18

ООО "СТК"

"СОГЛАСОВАНО"
Директор МБОУ



Приложение №8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор ООО "СТК"



Степанова Е.Г.

20 г.

Примерное двухдневное типичное сбалансированное меню бюджетного горячего питания для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях, стоимостью 125 руб.

День: Вторник

Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
2-й Завтрак							
402*	Компот из смеси сухофруктов	200	15	0,6	0,1	45,7	176
2*	Бутерброд с джемом	40	10	1,3	4,6	21,6	132,36
Итого за 2-й Завтрак			25	1,9	4,7	67,3	308,36
Обед							
99*	Суп картофельный с фасолью со сметаной	200/5	27	5,17	4,6	13	14,4
314/366*	Биточки рубленые из птицы с соусом молочным	80/50	45	14,8	14,6	20,2	393,6
323*	Каша гречневая рассыпчатая	150	20	3,6	4,8	37,1	183,8
430*	Чай с сахаром	200	5	0	0	15	60
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	20	3	1,3	0,3	7,9	39,1
Итого за Обед			100,00	24,87	24,3	93,2	690,9
Итого за день			125	26,77	29	160,5	999,26

ООО "СТК"

"СОГЛАСОВАНО"
Директор МБОУ



Приложение №8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор ООО "СТК"



Степанова Е.Г.

20 г.

Примерное ~~двух~~суточное циклическое сбалансированное меню бюджетного горячего питания для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях, стоимостью 125 руб.

День: Среда
Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
2-й Завтрак							
431*	Чай с сахаром и лимоном	200	8	0,3	0	15,2	61
к/к	Кондитерские изделия	30	15	2,25	3,54	18	121,2
Итого за 2-й Завтрак			23	2,55	3,54	33,20	182,20
Обед							
100*	Суп картофельный с макарон.изделиями	200	20	2,8	7,5	46,9	166,7
257*	Печень по-строгановски	100	44	16,74	11,2	8,19	200,56
323*	Рис отварной	150	20	4,6	7,3	48,2	256,3
402*	Компот из смеси сухофруктов	200	15	0,6	0,1	45,7	176
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	20	3	1,3	0,3	7,9	39,1
Итого за Обед			102,00	26,04	26,4	156,89	838,66
Итого за день			125	28,59	29,94	190,09	1020,86

ООО "СТК"

"СОГЛАСОВАНО"
Директор МБОУ



Приложение №8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор ООО "СТК"



Степанова Е.Г.

20 г.

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

День: Четверг

Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
2-й Завтрак							
402*	Компот из смеси сухофруктов	200	15	0,6	0,1	45,7	176
3*	Бутерброд с сыром	30	15	4,5	4,5	7,4	88
Итого за 2-й Завтрак			30	12,5	14,6	67,6	469,56
Обед							
91*	Рассольник Ленинградский со сметаной	200/5	26	5,3	4,4	13,6	114,8
241/364*	Котлеты рыбные любительские с соусом томатным	80/50	41	17,5	12,4	27	194
335*	Картофельное пюре	150	20	3,4	8,3	22,4	150,55
430*	Чай с сахаром	200	5	0	0	15	60
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	20	3	1,3	0,3	7,9	39,1
Итого за Обед			95,00	27,5	25,4	85,9	558,45
Итого за день			125	40,00	40,00	153,50	1028,01

ООО "СТК"

"СОГЛАСОВАНО"
Директор МБОУ



Приложение №8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор ООО "СТК"



Степанова Е.Г.

20 г.

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

День: Пятница

Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
2-й Завтрак							
430*	Чай с повидлом	200	5	0,3	0,1	11	43
к/к	Кондитерские изделия	30	15	2,25	3,54	18	121,2
Итого за 2-й Завтрак			20	11,06	8,40	79,00	437,75
Обед							
99*	Суп картофельный с горохом и гренками	200/5	22	9,3	8,1	24,9	203,04
312*	Птица, тушеная в сметанном соусе	100	45	13,1	16,5	3,6	215
323*	Каша гречневая рассыпчатая	150	20	3,6	4,8	37,1	183,8
402*	Компот из смеси сухофруктов	200	15	0,6	0,1	45,7	176
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	20	3	1,3	0,3	7,9	39,1
Итого за Обед			105,00	27,9	29,8	119,2	816,94
Итого за день			125	38,96	38,20	198,20	1254,69

ООО "СТК"

"СОГЛАСОВАНО"
Директор МБОУ



Приложение №8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор ООО "СТК"



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

День: Суббота
Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
2-й Завтрак							
430*	Чай с повидлом	200	5	0,3	0,1	11	43
к/к	Кондитерские изделия	30	15	2,25	3,54	18	121,2
Итого за 2-й Завтрак			20	2,55	3,64	29	164,2
Обед							
99*	Суп картофельный с горохом и гречками	200/5	22	9,3	8,1	24,9	203,04
211*	Плов из птицы	180	75	22,6	23	47,5	478
430*	Чай с сахаром	200	5	0	0	15	60
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	20	3	1,3	0,3	7,9	39,1
Итого за Обед			105,00	33,2	31,4	95,3	780,14
Итого за день			125	35,75	35,04	124,3	944,34

ООО "СТК"

"СОГЛАСОВАНО"
Директор МБОУ _____




Приложение №8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор ООО "СТК"



Степанова Е.Г.

20 г.

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

День: Суббота

Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Цена, руб	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
2-й Завтрак							
402*	Компот из смеси сухофруктов	200	15	0,6	0,1	45,7	176
к/к	Кондитерские изделия	30	15	2,25	3,54	18	121,2
Итого за 2-й Завтрак			30	2,85	3,64	63,7	297,2
Обед							
95*	Борщ с капусты, картофелем и со сметаной	200/5	25	2,56	4,48	9,68	89,6
275/364*	Котлеты мясо-картофельные по-хлыновски с соусом	80/50	47	17,3	9,1	17,5	283
331	Макаронные изделия отварные	150	15	5,6	4,8	36	209,61
430*	Чай с сахаром	200	5	0	0	15	60
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	20	3	1,3	0,3	7,9	39,1
Итого за Обед			95	26,76	18,68	86,08	681,31
Итого за день			125	29,61	22,32	149,78	978,51
Итого за 12 дней			1500,00	346,27	357,61	1882,05	11859,15
Итого среднее за день			125,0	28,9	29,8	156,8	988,3