

СОГЛАСОВАНО

Директор



2024 г.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО "СТК"

Степанова Е.Г.

2024 г.

Двухдневное диетическое сбалансированное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Tosnenskogo района.

День: Понедельник

Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
2-й Завтрак						
к/к	Школьное молоко	200	6,0	8,0	7,0	124,0
к/к	Печенье в ассортименте	40	5	4,15	16,7	110,6
Итого за 2-й Завтрак		240	11	12,15	23,66	234,6
Обед						
95	Суп из овощей со сметаной на мясном бульоне	200/5	2,08	4,2	7,6	126,8
283	Тефтели (1й вариант), соус сметанный	80/50	12,78	17,66	12,8	199,4
331	Макаронные изделия отварные	150/5	5,6	4,8	36	209,6
394	Компот из свежих яблок	200	0,2	0,2	20,9	111,1
к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	40	2,6	0,5	15,8	78,2
Итого за Обед		730	23,3	27,4	93,1	725,2
Итого за день			34,3	39,5	116,8	959,8
Заведующий производством		<i>Василиса Степановна</i>				

СОГЛАСОВАНО

Директор



2024 г.

Двухнедельное недельное сбалансированное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Тосненского района.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО "СТК"

Степанова Е.Г.



2024 г.

День: Вторник

Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
2-й Завтрак						
к/к	Школьное молоко	200	6,0	8,0	7,0	124,0
к/к	Вафли в ассортименте	40	1,3	2	27,3	114
Итого за 2-й Завтрак		240	7,3	10	34,3	238
Обед						
91	Рассольник Ленинградский со сметаной на курином бульоне	200/5	5,3	4,4	12,6	120,8
308	Птица, тушенная в соусе с овощами	250	16,8	22,6	16,5	353,6
431	Чай с сахаром и лимоном	200/5	0,3	0	15,2	62,0
к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	40	2,6	0,5	15,8	78,24
к/к	Батон нарезной обогащённый микронутриентами	40	3	1,2	25,1	104,8
Итого за Обед		740	28,0	28,7	85,2	719,4
Итого за день			35,3	38,7	119,5	957,4

Заведующий производством

Росинкина



СОГЛАСОВАНО

Директор

2024 г.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО "СТК"

Степанова Е.Г.

2024 г.

Двухнедельное цикличное сбалансированное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Тосненского района.

День: Среда

Неделя: I

№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
2-й Завтрак						
к/к	Школьное молоко	200	6,0	8,0	7,0	124,0
к/к	Пряник	40	1,1	2,2	18,4	137,6
Итого за 2-й Завтрак		240	7,1	10,16	25,4	261,6
Обед						
76	Борщ со свежей капустой, картофелем и со сметаной на мясном бульоне	200/5	4,3	12,5	5,7	118,7
231	Рыба, тушеная в томате с овощами	100	16,4	8,3	2,8	120,5
325	Рис отварной	150	4,6	7,6	40,2	256,3
408	Кисель из сока плодового или ягодного натурального	200	0,6	0,5	32,9	163
к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	50	3,25	0,62	19,75	97,8
Итого за Обед		705	29,2	29,5	101,4	756,3
Итого за день			36,3	39,7	126,8	1017,9

Заведующий производством

Росенко



Согласовано
Директор

Степанова Е.Г.
Косен В.И.

2024 г.



УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО "СТК"

Степанова Е.Г.

2024 г.

Двухнедельное циклическое сбалансированное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Тосненского района.

День: Четверг

Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
2-й Завтрак						
к/к	Школьное молоко	200	6,0	8,0	7,0	124,0
к/к	Печенье в ассортименте	40	5	4,1	16,7	110,6
Итого за 2-й Завтрак		240	11	12,1	23,66	234,6
Обед						
99/73	Суп картофельный с горохом и гречками на мясном бульоне	200/20	7,3	5,1	7,3	203
258	Жаркое по-домашнему со свининой	200	10,2	18,3	22,8	354,7
436	Напиток апельсиновый	200	0	0	25,7	104,0
к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	40	2,6	0,5	15,8	78,24
к/к	Батон нарезной обогащённый микронутриентами	40	3	1,2	25,1	104,8
Итого за Обед		700	23,1	25,1	96,7	844,7
Итого за день			34,1	37,2	120,4	1079,3

Заведующий производством

Делегаткина И.С.



СОГЛАСОВАНО

Директор

2024 г.

УТВЕРЖДАЮ
Генеральный директор ООО "СТК"
Степанова Е.Г.
2024 г.

Двуразовое циклическое сбалансированное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Тосненского района.

День: Пятница

Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
2-й Завтрак						
к/к	Школьное молоко	200	6,0	8,0	7,0	124,0
к/к	Вафли в ассортименте	40	1,3	2	24,3	114
Итого за 2-й Завтрак		240	7,3	10	31,3	238
Обед						
84	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной на мясном бульоне	200/5	1,8	4,8	8,1	77,9
314/366	Котлеты рубленые из птицы с соусом молочным	80/50	20,2	19,6	12,8	313,6
323	Каша гречневая рассыпчатая	150	3,6	4,8	26,7	183,8
402	Компот из сухофруктов	200	0,6	0,1	31,7	131
к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	2,6	0,5	15,8	78,24
Итого за Обед		725	28,8	29,8	95,1	784,5
Итого за день			36,1	39,8	126,4	1022,5

Заведующий производством С.А. Новикова

СОГЛАСОВАНО



Директор

2024 г.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО "СТК"

Степанова Е.Г.

2024 г.

Двузачестьное циклическое сбалансированное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Тосненского района.

День: Вторник

Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
2-й Завтрак						
к/к	Школьное молоко	200	6,0	8,0	7,0	124,0
к/к	Вафли в ассортименте	40	1,3	2	27,3	114
Итого за 2-й Завтрак		240	7,3	10	34,3	238
Обед						
95	Борщ со свежей капустой, картофелем со сметаной на мясном бульоне	200/5	6,1	6,1	2,7	89,6
259	Гуляш из мяса (свинина)	50/50	14,8	17,6	5,8	389
331	Макаронные изделия отварные	150/5	5,6	4,8	48,9	209,61
430	Чай с сахаром	200	0	0	15	60
к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	40	2,6	0,5	15,8	78,24
Итого за Обед		700	29,1	29,0	88,2	826,5
Итого за день			36,4	39,0	122,5	1064,5

Заведующий производством

СОГЛАСОВАНО



2024 г.

УТВЕРЖДАЮ



Генеральный директор ООО "СТК"

Степанова Е.Г.

2024 г.

Двухнедельное циклическое сбалансированное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Тосненского района.

День: Четверг

Неделя: 2

№ рец.	Прим пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
2-й Завтрак						
к/к	Школьное молоко	200	6,0	8,0	7,0	124,0
к/к	Печенье в ассортименте	40	5	4,15	16,66	110,6
Итого за 2-й Завтрак		240	11	12,15	23,66	234,6
Обед						
91	Рассольник Ленинградский со сметаной на курином бульоне	200/5	4,1	8,4	12,6	120,8
309	Рагу из птицы	250	15,6	16,4	16,9	353,8
402	Компот из смеси сухофруктов	200	0	0,1	45,7	176
к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	50	3,25	0,62	19,75	97,8
Итого за Обед		705	23,0	25,5	95,0	748,4
Итого за день			34,0	37,7	118,6	983,0

Заведующий производством *Д.А. Степанова*



Губернаторская программа "Информат"
Ковалев В.И.

2024 г.

УТВЕРЖДАЮ
Генеральный директор ООО "СТК"

Е.Г. Степанова
2024 г.

Двухнедельное циклическое сбалансированное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Тосненского района.

День: Пятница

Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
2-й Завтрак						
к/к	Школьное молоко	200	6,0	8,0	7,0	124,0
к/к	Вафли в ассортименте	40	1,3	2	27,3	114
Итого за 2-й Завтрак		240	7,3	10	34,3	238
Обед						
99/73	Суп картофельный с горохом и гречками на мясном бульоне	200/20	6,9	7,6	7,1	203,04
306	Голубцы ленивые (свинина)	250	19,4	16,6	48,8	470,8
436	Напиток лимонный	200	0,1	0	24,3	97,5
к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	40	2,6	0,5	15,8	78,24
Итого за Обед		740	29,0	24,7	96,0	849,6
Итого за день			36,3	34,7	130,3	1087,6

Заведующий производством *Овчинникова*