

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖАЮ

Директор Муниципального автономного учреждения "Всеволожский центр питания "Здоровое детство"

Директор
 Т.В. МЕДВЕДЕВА
 01.01.2024г.



Двухнедельное инспекционное обследование меню бюджетного питания вторых завтраков и тортиных обедов для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района.
 Стоимость 151,80 руб., в том числе: молоко 14,80 руб.

Дата: 1 Января 2024г.

Возраст: 7-11

Год инв. сборн. кал	№ рецеп.	Прямые пища, наименования блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)							Энергетическая ценность (ккал)	Витаминизация (мг)						Минеральные вещества (мг)					
				Б	Ж	У	В1	С	А	Е		Са	Р	Мг	Fe								
1	2		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16								

2-й завтрак

к/к	Молоко	200	5,8	6,4	9,4	120,0	0,3	7	0,3	0	240,00	140	950	0
к/к	Вафли в ассортименте	40	1,3	2	15	104	0	45	0	0,2	0,53	4,3	13,5	0,2
Итого за 2-й завтрак		240	7,1	8,4	24,4	224	0,3	52	0,3	0,2	240,53	144,3	963,5	0,2

Обед

2012/ АКТ№	40/369(06)	Салат из моркови и яблок (до 28.02)/ Доп. Тарнир: Горошек зеленый (консервированный) с 01.03	60	0,51	0,06	4,72	49,5	0,03	3,35	0,02	3,1	22,4	15	13	0,6
2008	99/73	Суп картофельный с горохом и грибами	200/10	5,22	3,7	18,8	149,8	0,15	4,80	0,2	0,54	43,00	121,20	32,40	1,72
2015	260	Гуляш из свинины	100	10,9	17,1	4,9	235	0,2	0,75	0,17	0,82	19,1	68,6	12,99	0,7
2008	331	Макаронные изделия отварные	150	5,5	4,8	31,3	191	0,06	0	0,03	0,8	11	36	7	0,8
2008	442	Сок фруктовый в ассортименте	200	1	0,2	19,8	86	0,02	4	0	0,2	14	14	8	2,8
	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	30	1,95	0,3	13,5	66	0,07	0	0	0,67	5,4	5,7	26,1	1,2
	к/к	Батон обогащенный микроэлементами	25	2	0,87	13,25	70	0,3	0	0	0	4,75	3,25	16,25	0,25
Итого за Обед			775	27,08	27,03	106,27	847,30	0,83	12,90	0,39	6,13	119,65	263,75	115,68	8,07
Итого за день				34,18	35,43	130,67	1071,3	1,13	64,9	0,69	6,33	360,18	408,05	1079,18	8,27



**Двухнедельное плановое обследование меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов
для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района,
стоимостью 151,80 руб., в том числе: молоко 14,80 руб.**

Дни: 2 Вторник
Месяц: Июнь

Сезон:
Возраст: 7-11

Год изд. сборника	№ реч.	Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)							Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)				
				В	Ж	У	8	В1	С	А		Е	Са	Р	Mg	Fe							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16								
2-й Завтрак																							
	к/к	Молоко	200	5,8	6,4	9,4	120,0	0,3	7	0,3	0	240,00	140	950	0								
	к/к	Зефир в ассортименте	50	0,4	0,1	39,9	163	0	0	0	0	12,5	6	3	0,7								
Итого за 2-й завтрак			250	6,2	6,5	49,3	283	0,3	7	0,3	0	252,5	146	953	0,7								
Обед																							
АКП*	372/1	Салат из овощей с яблоком и маслом растительным	60	2	3,6	8,7	100	0,01	3	0,01	1,8	28	28	15	1,1								
2008	84	Пиц из свежей капусты с картофелем и сметаной	200/5	2,48	4,48	6,4	76,8	0,048	17,6	0,17	0,16	35,2	42,4	17,6	0,6								
2008	311	Плов из птицы	250	19,83	21,83	46,16	410	0,13	18,3	0,36	7,3	61,7	313,3	61,7	20								
2008	402	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,1	31,7	131	0,02	0	0,01	0,5	21	23	16	0,7								
	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	30	1,95	0,3	13,5	66	0,07	0	0	0,67	5,4	5,7	26,1	1,2								
	к/к	Батон обогащенный микроэлементами	25	2	0,87	13,25	70	0,3	0	0	0	4,75	3,25	16,25	0,25								
Итого за Обед			770	28,86	31,18	119,71	853,80	0,58	38,90	0,55	10,43	156,05	415,65	152,65	23,85								
Итого за день				35,06	37,68	169,01	1136,8	0,878	45,9	0,85	10,43	408,55	561,65	1105,65	24,55								

**Двухнедельное циклическое сбалансированное меню бюджетного питания в торговых завтраках и горячих обёдах
для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района,
стоимостью 151,80 руб., в том числе: молоко 14,80 руб.**

День: 3 Среда

Сезон:
Весна: 7-11

Год исх. сборн. ка	№ рел.	Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)							Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)					
				Б	Ж	У	В1	С	А	Е		Са	Р	Мg	Fe								
1	2		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16								

2-й Завтрак

	к/к	Молоко	200	5,8	6,4	9,4	120,0	0,3	7	0,3	0	240,00	140	950	0
	к/к	Приник	40	2,16	5,8	21,3	146,4	0	45	0	0,2	0,53	4,3	13,5	0,2
Итого за 2-й завтрак			240	7,96	12,2	30,7	266,4	0,3	52	0,3	0,2	240,53	144,3	963,5	0,2

Обед

2011	71	Овощи пропорционо (огурец свежий)	60	0,48	0,09	1,5	8,4	0,018	6	0,006	0,06	13,8	25,2	8,4	0,36
2008	91	Расоольник "Ленинградский" со сметаной	200/5	2,4	4,64	13,76	106,4	0,07	6,4	0,17	0,16	27,2	63,2	21,6	0,8
АКП*	345	Рыбные гнезда запеченные с сыром	100	14,2	15	20,26	223,4	0,05	5	0,02	4,1	43	137,5	19,4	0,9
2008	335	Картофельное пюре	150	3,1	5,4	20,3	174	0,14	5	0,04	0,2	47	85	29	1,1
2008	436	Напиток апельсиновый	200	0,2	0	25,7	105	0,01	13	0	0,1	8	5	3	0
	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	30	1,95	0,3	13,5	66	0,07	0	0	0,67	5,4	5,7	26,1	1,2
	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	25	2	0,87	13,25	70	0,3	0	0	0	4,75	3,25	16,25	0,25
Итого за Обед			770	24,33	26,30	108,27	753,20	0,66	35,40	0,24	5,29	149,15	32,485	123,75	4,61
Итого за день				32,29	38,50	138,97	1019,60	0,96	87,40	0,54	5,49	389,68	469,15	1087,25	4,81

**Двуήμεльное интенсивное сбалансированное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов
для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района,
стоимостью 151,80 руб., в том числе: молоко 14,80 руб.**

День: 4 Четверг
Нелет: 1
Сезон: 1
Возраст: 7-11

Год план, сборни ка	Месяц	Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)	Витаминизация (мг)						Минеральные вещества (мг)					
				Б	Ж	У	В1	С	А		Е	Са	Р	Mg	Fe							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16							

2-й Завтрак

2008	к/к	Молоко	200	5,8	6,4	9,4	120,0	0,3	7	0,3	0	240,00	140	950	0
2008	2	Бургер/брод с джемом	50	1,5	5,37	27,5	165	0,025	10	0,04	0,5	10	17,5	6,25	0,4
Итого за 2-й Завтрак			250	7,3	11,77	36,9	285	0,325	17	0,34	0,5	250	157,5	956,25	0,4

Обед

2008	23	Салат из помидоров и огурцов с растительным маслом	60	0,54	6,06	1,74	63,6	0,02	10,8	0,06	2,94	14,4	17,4	9,6	0,54
2008	80	Борщ свекловичный со сметаной	200/5	4,8	5,76	10,64	113,6	0,04	8	0,17	0,24	44,8	85,6	24	1,52
2008	257	Мясо тушеное (говядина)	100	12,5	15,5	5,8	220	0,04	0	0,06	2,2	10	154	20	2
2008	331	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150	5,5	4,8	31,3	191	0,06	0	0,03	0,8	11	36	7	0,8
2008	394	Компот из свежих яблок	200	0,2	0,2	27,9	115	0,01	2	0	0,1	7	4	4	1
	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	30	1,95	0,3	13,5	66	0,07	0	0	0,67	5,4	5,7	26,1	1,2
	к/к	Батон обогащенный микроэлементами	25	2	0,87	13,25	70	0,3	0	0	0	4,75	3,25	16,25	0,25
Итого за Обед			770	27,49	33,49	104,13	839,20	0,54	20,80	0,32	6,95	97,35	305,95	106,95	7,31
Итого за день				34,79	45,26	141,03	1124,2	0,865	37,8	0,66	7,45	347,35	463,45	1063,2	7,71

**Двухнедельное нисходящее сбалансированное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов
для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района,
стоимостью 151,80 руб., в том числе: молоко 14,80 руб.**

Дети: 5 Питание
Недели:

Сезон:
Возраст: 7-11

Год код сборки ка	№ руд.	Примечание, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)							Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)				
				Б	Ж	У	В1	С	А	Е		Са	Р	Mg	Fe								
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16								
2-й Завтрак																							
	к/к	Молоко	200	5,8	6,4	9,4	120,0	0,3	7	0,3	0	240,00	140	950	0								
	к/к	Печенье и ассортименте	40	4	4,15	10,66	100,6	0	45	0	0,2	0,53	4,3	13,5	0,2								
Итого за 2-й Завтрак			240	9,8	10,55	20,06	220,6	0,3	52	0,3	0,2	240,53	144,3	963,5	0,2								

Обед		Сытный из белокочанной капусты с маслом рассыльным (до 28.02)/ Икра морковная (с 01.03)	60	0,96	3,06	4,14	48	0,018	23,4	0,02	1,44	31,2	16,2	9	0,4
2008	35/56														
	АКП*/ 2008	Суп-пюре из овощей с гречками	200/10	4,3	4,1	17,58	134,2	0,06	8,00	0,3	0,20	81,00	78,00	25,00	1,20
	АКП*/ 2008	Тертени (1й вариант), соус сметанный	90/20	11,12	13,8	14,06	165,7	0,08	19,8	0	0,6	38	50,7	17,9	1
	2008	Каша гречневая рассыпчатая	150	3,6	4,6	37,7	212	0,03	0	0,03	0,3	11	78	26	0,6
	2008	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60	0	0	0	0	5	8	4	1
	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	30	1,95	0,3	13,5	66	0,07	0	0	0,67	5,4	5,7	26,1	1,2
	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	25	2	0,87	13,25	70	0,3	0	0	0	4,75	3,23	16,25	0,25
Итого за Обед			785	24,13	26,83	115,23	755,90	0,56	51,20	0,36	3,21	176,35	239,85	124,25	5,65
Итого за день				33,93	37,38	135,29	976,50	0,86	103,20	0,66	3,41	416,88	384,15	1087,75	5,85

**Дружественное инспекционное обследование меню бюджетного питания в торговых завтраков и горячих обедов
для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района,
стоимостью 151,80 руб., в том числе: молоко 14,80 руб.**

День: 6 Суббота

Неделя: 1

Сезон:

Возраст: 7-11

Год кал. сборн. ка	№ реч.	Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая и ценность (ккал)	Витаминизация (мг)							
				В	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
2-й завтрак															
	к/к	Молоко	200	5,8	6,4	9,4	120,0	0,3	7	0,3	0	240,00	140	950	0
	к/к	Зефир в ассортименте	50	0,4	0,1	39,9	163	0	0	0	0	12,5	6	3	0,7
Итого за 2-й завтрак			250	6,2	6,5	49,3	283	0,3	7	0,3	0	252,5	146	953	0,7
Обед															
2008	51	Винегрет овощной	60	0,8	4,1	4	73,8	0,01	9,6	0,15	2,76	22,8	21,6	11,4	0,6
2008	88	Пи из квашенной капусты с картофелем и сметаной	200/5	3,4	6,3	8,8	87	0,04	5,05	0,17	0,16	37,72	40,18	17,22	0,5
2008	299	Запеканка картофельная с супродуктами (печень говяжья)	240	18,4	19	42,8	420,48	0,4	34,56	5,68	5,76	32,64	318,7	63,36	7,68
2008	408	Кисель из сока плодового или яблочного натурального	200	0,6	0,5	38,9	153	0,01	55,4	0	0,1	5	8,1	2,1	0,4
	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	30	1,95	0,3	13,5	66	0,07	0	0	0,67	5,4	5,7	26,1	1,2
	к/к	Битон обогащенный микроэлементами	25	2	0,87	13,25	70	0,3	0	0	0	4,75	3,25	16,25	0,25
Итого за Обед			760	27,15	31,07	121,25	870,28	0,83	104,61	6,00	9,45	108,31	397,53	136,49	10,63
Итого за день				33,35	37,57	170,55	1153,28	1,13	111,61	6,3	9,45	360,81	543,53	1089,43	11,33

**Двунаселенное циклическое сбалансированное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов
для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Вологодского района,
стоимостью 151,80 руб., в том числе: молоко 14,80 руб.**

Дата: 7 Июня 2016 г.
Неделя: 2

Секон:
Возраст: 7-11

Год изд. сборн. ка	№ раз.	Прямое наименование блюда	Месяц подачи	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витаминизация (мг)						Минеральные вещества (мг)					
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe				
1	2		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16				
2-й завтрак																			
	к/к	Молоко	200	5,8	6,4	9,4	120,0	0,3	7	0,3	0	240,00	140	950	0				
	к/к	Вафли в ассортименте	40	1,3	2	15	104	0	45	0	0,2	0,53	4,3	13,5	0,2				
Итого за 2-й завтрак			240	7,1	8,4	24,4	224	0,3	52	0,3	0,2	240,53	144,3	963,5	0,2				

Обед

2012/	40/369(06)	Салат из моркови и яблок (до 28.02)/ Доп. Гарнир: Горошек зеленый (консервированный) с 01.03	60	0,51	0,06	4,72	49,5	0,03	3,35	0,02	3,1	22,4	15	13	0,6
2008	99/73	Суп картофельный с горохом и грибами	200/10	5,22	3,7	18,8	149,8	0,15	4,80	0,2	0,54	43,00	121,20	32,40	1,72
АКТ*	305	Бефстроганов в сметанном соусе (филе птицы)	100	12	13,1	14	203,77	0,06	1,50	0,11	0,3	21	111	28	1,2
2008	325	Рис отварной	150	3,7	6,3	30,8	203,0	0,02	0	0,05	0,3	3	61	19	0,6
2007	123	Компот из свежемороженных ягод (вишня)	200	0,6	0,2	27,4	107	0,02	5	0,08	0,8	30	23	20,4	0,4
	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микродолянтами	30	1,95	0,3	13,5	66	0,07	0	0	0,67	5,4	5,7	26,1	1,2
	к/к	Яйцо обогащенный микродолянтами	25	2	0,87	13,25	70	0,3	0	0	0	4,75	3,25	16,25	0,25
Итого за Обед			775	25,98	24,53	122,47	849,07	0,65	14,65	0,43	5,71	129,55	340,15	155,15	5,97
Итого за день				33,08	32,93	146,87	1072,07	0,95	66,65	0,73	5,91	370,08	484,45	1118,65	6,17

Двухнедельное плановое обследование меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов
для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальном образовательных учреждениях Всеволожского района,
стоимостью 151,80 руб., в том числе: молоко 14,80 руб.

Сезон: Весна: 8 Вспомогательные: 2
Цели: 8 Вспомогательные: 2
Сезон: 7-11
Вспомогательные: 7-11

Год наб.сборни ка	№ ред.	Примеч. наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)					
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe				
1	2		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16				
2-й завтрак																			
	к/к	Молоко	200	5,8	6,4	9,4	120,0	0,3	7	0,3	0	240,00	140	950	0				
	к/к	Печенье в ассортименте	40	4	4,15	10,66	100,6	0	45	0	0,2	0,53	4,3	13,5	0,2				
Итого за 2-й Завтрак			240	9,8	10,55	20,06	220,6	0,3	52	0,3	0,2	240,53	144,3	963,5	0,2				

Обед															
АКП*	372/1	Сырт из свежкл с сыром и маслом растительным	60	2	3,6	8,7	100	0,01	3	0,01	1,8	28	28	15	1,1
2008	91	Расольник "Ленинградский" со сметаной	200/5	2,4	4,64	13,76	106,4	0,07	6,4	0,17	0,16	27,2	63,2	21,6	0,8
2008	275	Котлеты по-хмельски	90	11,3	16,2	19	213	0,12	4	0,08	0,8	16	142	22	2
2008	331	Макаронные изделия отварные	150	5,5	4,8	31,3	191	0,06	0	0,03	0,8	11	36	7	0,8
2008	431	Чай с сахаром и лимоном	200/5	0,3	0,1	15,2	62	0	3	0	0	8	10	5	1
	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	30	1,95	0,3	13,5	66	0,07	0	0	0,67	5,4	5,7	26,1	1,2
	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	25	2	0,87	13,25	70	0,3	0	0	0	4,75	3,25	16,25	0,25
Итого за Обед			765	25,65	30,51	114,71	808,40	0,63	16,40	0,29	4,23	100,35	288,15	112,95	7,15
Итого за день				35,45	41,06	134,77	1029	0,93	68,4	0,59	4,43	340,88	432,45	1076,45	7,35

**Двухнедельное инвизиционное сбалансированное меню бюджетного питания вгорных завтраков и горячих обедов
для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района,
стоимостью 151,80 руб., в том числе: молоко 14,80 руб.**

Дети: 9 Среды
Поледи: 2
Сезон: Весна: 7-11

Год наб.сборни ка	№ реч.	Примем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая и ценность (ккал)	Витамины (мг)								Минеральные вещества (мг)					
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe						
1	2		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16						
2-й завтрак																					
	к/к	Молоко	200	5,8	6,4	9,4	120,0	0,3	7	0,3	0	240,00	140	950	0						
	к/к	Зефир в ассортименте	50	0,4	0,1	39,9	163	0	0	0	0	12,5	6	3	0,7						
Итого за 2-й завтрак			250	6,2	6,5	49,3	283	0,3	7	0,3	0	252,5	146	953	0,7						
Обед																					
2011	71	Овощи пропаренно (отурец свежий)	60	0,48	0,09	1,5	8,4	0,018	6	0,006	0,06	13,8	25,2	8,4	0,36						
2008	95	Борщ со свежей капустой с картофелем и сметаной	200/5	2,56	4,48	17,5	100,6	0,2	9,5	19,5	1,7	10,3	144	27	0,8						
2008	258	Жаркое по-домашнему со свинойной	240	17,04	21,4	30,8	398,6	0,1	4,6	0,1	0,2	24,5	18,3	13,3	0,9						
2008	436	Напиток апельсиновый	200	0,2	0	25,7	105	0,01	13	0	0,1	8	5	3	0						
	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	30	1,95	0,3	13,5	66	0,07	0	0	0,67	5,4	5,7	26,1	1,2						
	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	25	2	0,87	13,25	70	0,3	0	0	0	4,75	3,25	16,25	0,25						
Итого за Обед			760	24,23	27,14	102,25	748,60	0,70	33,10	19,61	2,73	66,75	201,45	94,05	3,51						
Итого за День				30,43	33,64	151,55	1031,60	1,00	40,10	19,91	2,73	319,25	347,45	1047,05	4,21						

**Двухнедельное нисходящее сбалансированное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов
для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района,
стоимостью 151,80 руб., в том числе: молоко 14,80 руб.**

День: 10 Апрель
Неделя: 2

Сезон:
Возраст: 7-11

Год наборни ка	№ рецепта	Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)					
				Б	Ж	У*	В1	С	А		Е	Са	Р	Mg	Fe							
	1		3	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16							
2-й завтрак																						
	к/к	Молоко	200	5,8	6,4	9,4	120,0	0,3	7	0,3	0	240,00	140	950	0							
2008	2	Бутерброд с джемом	50	1,5	5,37	27,5	165	0,025	10	0,04	0,5	10	17,5	6,25	0,4							
Итого за 2-й Завтрак			250	7,3	11,77	36,9	285	0,325	17	0,34	0,5	250	157,5	956,25	0,4							
Обед																						
2008	23	Салат из помидоров и огурцов с растительным маслом	60	0,54	6,06	1,74	63,6	0,02	10,8	0,06	2,94	14,4	17,4	9,6	0,54							
2012	83	Суп картофельный с мясом птицы	200/20	4,6	8	19,5	147,9	0,1	9	0,16	0,26	23,7	103,01	29,4	1,5							
2008	256	Печень по-строгановски	90	12,9	10,6	0,4	136,7	0,31	2,26	0,06	0,45	42,72	170,6	29,3	2,55							
2008	323	Каша гречневая рассыпчатая	150	3,6	4,6	37,7	212	0,03	0	0,03	0,3	11	78	26	0,6							
2008	394	Компот из свежих яблок	200	0,2	0,2	27,9	115	0,01	2	0	0,1	7	4	4	1							
	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	30	1,95	0,3	13,5	66	0,07	0	0	0,67	5,4	5,7	26,1	1,2							
	к/к	Батон обогащенный микроэлементами	25	2	0,87	13,25	70	0,3	0	0	0	4,75	3,25	16,25	0,25							
Итого за Обед			775	25,79	30,63	113,99	811,20	0,84	24,06	0,31	4,72	108,97	381,96	140,65	7,64							
Итого за день				33,09	42,40	150,89	1006,20	1,17	41,06	0,65	5,22	358,97	539,46	1096,90	8,04							

**Двухнедельное лисциновое сбалансированное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов
для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района,
стоимостью 151,80 руб., в том числе: молоко 14,80 руб.**

День: 11 Июля
2

Сезон:
Весна: 7-11

Год или сборник ка	№ рецеп. ка	Пример пищевого назначения блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)						Энергетическая и ценность (ккал)	Витамины (мкг)						Минеральные вещества (мг)					
				Б	Ж	У	В1	С	А		Е	Са	Р	Мг	Fe							
1	2		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16							
2-й завтрак																						
	к/к	Молоко	200	5,8	6,4	9,4	120,0	0,3	7	0,3	0	240,00	140	950	0							
	к/к	Пряник	40	2,16	5,8	21,3	146,4	0	45	0	0,2	0,53	4,3	13,5	0,2							
Итого за 2-й Завтрак			240	7,96	12,2	30,7	266,4	0,3	52	0,3	0,2	240,53	144,3	963,5	0,2							
Обед																						
2008	35/56	Салат из Белокочанной капусты с маслом растительным (до 28.02) Икра морковная (с 01.03)	60	0,96	3,06	4,14	48	0,018	23,4	0,02	1,44	31,2	16,2	9	0,4							
АКП*/2008	291/73	Суп-пюре из овощей с трюфлями	200/10	4,3	4,1	17,58	124,2	0,06	8,00	0,3	0,20	81,00	78,00	25,00	1,20							
АКП*/2008	289/364	Блюшки "Аппетитные" в соусе томатном	90/20	13,9	14,2	16,8	200,1	0	3,3	0	4	9,6	21,5	6	0,4							
* 2008	325	Рис отварной	*150	3,7	6,3	32,8	203,0	0,02	0	0,05	0,3	3	61	19	0,6							
2008	442	Сок фруктовый в аэропакете	200	1	0,2	19,8	86	0,02	4	0	0,2	14	14	8	2,8							
	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	30	1,95	0,3	13,5	66	0,07	0	0	0,67	5,4	5,7	26,1	1,2							
	к/к	Бacon обогащенный микроэлементами	25	2	0,87	13,25	70	0,3	0	0	0	4,75	3,25	16,25	0,25							
Итого за Обед			785	27,81	29,03	117,87	797,30	0,49	38,70	0,38	6,81	148,95	199,65	109,35	6,85							
Итого за день				35,77	41,23	148,57	1063,70	0,79	90,70	0,68	7,01	389,48	343,95	1072,85	7,05							

**Двуразовое индустриальное сбалансированное меню бюджетного питания в торговых автоматах и горячих обедов
для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района,
стоимостью 151,80 руб., в том числе: молоко 14,80 руб.**

Днев. 12 Суббота
Итого: 2

Семей
Бюджет: 7-11

Гор. изд. сборн. ка	№ рецеп.	Продукт(ты), наименование блюда	Масса порции	Индустриальные вещества (г)					Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мкг)						Минеральные вещества (мг)					
				В	Ж	У	8	В1		С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe					
1	2		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16						
2-й завтрак																					
	к/к	Молоко	200	5,8	6,4	9,4	120,0	0,3	7	0,3	0	240,00	140	950	0						
	к/к	Печенье в ассортименте	40	4	4,15	10,66	100,6	0	45	0	0,2	0,53	4,3	13,5	0,2						
Итого за 2-й Завтрак			240	9,8	10,55	20,06	220,6	0,3	52	0,3	0,2	240,53	144,3	963,5	0,2						
Обед																					
2008	51	Винегрет овощной	60	0,8	4,1	4	73,8	0,01	9,6	0,15	2,76	22,8	21,6	11,4	0,6						
2008	100	Суп картофельный с вермишелью	200	3,12	4,24	16	146,8	0,08	6,40	0,2	0,24	18,40	51,20	20,00	0,80						
2004	374	Рыба, тушеная в томате с овощами	100	13	12,8	14,88	168,2	0,2	0	0,4	0,4	36	162	20	2						
2008	335	Картофельное пюре	150	3,1	5,4	20,3	174	0,14	5	0,04	0,2	47	85	29	1,1						
2016	1210	Напиток из плодов шиповника	200	0,4	0,2	23,8	100	0	110	0	0	14	2	4	0,6						
	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	30	1,95	0,3	13,5	66	0,07	0	0	0,67	5,4	5,7	26,1	1,2						
	к/к	Батон обогащенный микроэлементами	25	2	0,87	13,25	70	0,3	0	0	0	4,75	3,25	16,25	0,25						
Итого за Обед			765	24,37	27,91	105,73	798,80	0,80	131,00	0,35	4,27	148,35	330,75	126,75	6,55						
Итого за день				34,17	38,46	125,79	1019,40	1,10	183,00	0,65	4,47	388,88	475,05	1090,25	6,75						
Итого за 12 дней				405,59	461,54	1743,96	12794,65	11,75	940,72	32,90	72,33	4450,99	5452,79	13014,61	102,09						
Итого среднее за день				33,8	38,5	145,3	1066,2	1,0	78,4	2,7	6,0	370,9	454,4	1084,6	8,5						

Приложение к циклическому двухнедельному меню

*АКП- акт контрольной проработки

Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга, СПб, 2008, под редакцией Куткиной М.Н.

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тучельяна, 2011

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях, Могильный М.П., изд. ДемиПринт, 2012 год

Сборник рецептов на продукцию общественного питания М. П. Могильный Изд. 2-е, ДеЛи плюс, 2016

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях, Москва 2015 г

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при образовательных школах 2004г.

Методические указания города Москвы. Организация питания в дошкольных образовательных учреждениях. 2007

Таблица химического состава и калорийности российских продуктов питания Справочник -Москва, ДеЛи принт, 2007 -276с. Редакция Сурякина И.М., Тучельяна В.А.

Допускаются отклонения в случае сбоя поставки в наименованиях по фруктам, джемам, напиткам, сезонные замены овощей и фруктов.