

СОГ. ЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР

ДИРЕКТОР  
МУССОШ  
СВЕРДЛОВСКИ ЦО  
01.01.2012 г. В. МЕДВЕДЕВА

Духовенственное психическое обследование меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов  
для организации питания обучающихся 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района,  
стоимостью 137,00 руб.

Дата: 1 Января 2012

Срок: 12-18

Возраст: 12-18

Год изд. сборника №	№ ред.	Примечание, наименование блюда	Масса порции	Индексные вещества (г)			Энергетическая и пищевая (ккал)	Ингредиенты (кг)								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															
2008	430	Чай с сахаром	200	0	0	15	60	0	0	0	0	5	8	4	1
	к/к	Вафли в ассортименте	40	1,3	2	15	104	0	45	0	0,2	0,53	4,3	13,5	0,2
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>			<b>240</b>	<b>1,3</b>	<b>2</b>	<b>30</b>	<b>164</b>	<b>0</b>	<b>45</b>	<b>0</b>	<b>0,2</b>	<b>5,83</b>	<b>12,3</b>	<b>17,5</b>	<b>1,2</b>

Обед															
2012/ АКТ*	40/369/06	Салат из моркови и яблок (по 28 02/ Дол. Фаринг. 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	250/15	7,67	4,38	28,22	185,4	0,18	6,00	0,2	0,66	53,23	150,00	40,00	2,19
2015	260	Гуляш из говядины	100	10,9	17,1	4,9	235	0,2	0,75	0,17	0,82	19,1	68,6	12,93	0,7
2008	331	Макаронные изделия отварные	180	6,6	5,76	37,5	229,2	0,07	0	0,03	0,9	13,2	43,2	8,4	0,9
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 микронулевыми	30	1,95	0,3	13,5	66	0,07	0	0	0,67	5,4	5,7	26,1	1,2
	к/к	Витон обогащенный микронулевыми	25	2	0,87	13,25	70	0,3	0	0	0	4,75	3,25	16,25	0,25
<b>Итого за Обед</b>			<b>860</b>	<b>30,63</b>	<b>28,87</b>	<b>121,89</b>	<b>921,10</b>	<b>0,87</b>	<b>14,10</b>	<b>0,46</b>	<b>6,35</b>	<b>132,08</b>	<b>299,75</b>	<b>124,68</b>	<b>8,64</b>
<b>Итого за день</b>				<b>31,93</b>	<b>30,87</b>	<b>151,89</b>	<b>1085,1</b>	<b>0,87</b>	<b>59,1</b>	<b>0,46</b>	<b>6,55</b>	<b>137,61</b>	<b>312,05</b>	<b>142,18</b>	<b>9,84</b>



Детское питание сбалансированное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов  
 для организации питания обучающихся 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района,  
 стоимостью 137,00 руб.

Дети: 2 Вводник

Семь: 12-18

Год подборки № п/п	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	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16				
<b>2-й завтрак</b>																			
2008	432	Кофейный напиток	200	1,5	1,3	22,3	107	1	0,01	0	0	61	45	7	1				
	к/к	Зефир в ассортименте	50	0,4	0,1	39,9	163	0	0	0	0	12,5	6	3	0,7				
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>			<b>250</b>	<b>1,9</b>	<b>1,4</b>	<b>62,2</b>	<b>270</b>	<b>1</b>	<b>0,01</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>73,5</b>	<b>51</b>	<b>10</b>	<b>1,7</b>				
<b>Обед</b>																			
АКТ*	372/1	Салат из свежих с изюмом и маслом растительным	60	2	3,6	8,7	100	0,01	3	0,01	1,8	28	28	15	1,1				
2008	84	Ци из свежей капусты с картофелем и сметаной	250/5	3,08	5,6	7,96	95,53	0,059	21,89	0,21	0,19	43,78	52,74	21,89	0,74				
2008	311	Прон из птицы	280	20,2	24,4	51,69	499,2	0,14	20,49	0,40	8,17	69,1	350,8	69,1	22,4				
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 ржанно-пшеничный обогащенный микроэлементами	40	2,6	0,4	18	90	0,09	0	0	0,9	7,2	7,6	34,8	1,6				
	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				
<b>Итого за Обед</b>			<b>860</b>	<b>30,48</b>	<b>34,97</b>	<b>131,30</b>	<b>945,73</b>	<b>0,62</b>	<b>45,38</b>	<b>0,63</b>	<b>11,56</b>	<b>173,83</b>	<b>465,39</b>	<b>173,04</b>	<b>26,79</b>				
<b>Итого за день</b>				<b>32,38</b>	<b>36,27</b>	<b>193,5</b>	<b>1215,73</b>	<b>1,619</b>	<b>45,39</b>	<b>0,63</b>	<b>11,56</b>	<b>247,23</b>	<b>516,39</b>	<b>183,04</b>	<b>28,49</b>				

**Двухнедельное циклическое сбалансированное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов  
для организации питания обучающихся 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района,  
стоимостью 137,00 руб.**

Приложение №8 к СводДН 2.32.4.3590-20

День: 3 Среды  
Сезон:   
Номера: 1  
Возраст: 12-18

Год наб.борщик а	№ ред.	Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)						Энергетическая и пищевая ценность (ккал)	Витамины (мкг)						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					
<b>2-й завтрак</b>																				
2008	431	Чай с сахаром и лимонком	200/5	0,3	0	15,2	62,0	0	3	0	0	7,4	9	5	0,1					
	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					
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>			<b>245</b>	<b>2,46</b>	<b>5,8</b>	<b>36,5</b>	<b>208,4</b>	<b>0</b>	<b>48</b>	<b>0</b>	<b>0,2</b>	<b>7,93</b>	<b>13,3</b>	<b>18,5</b>	<b>0,3</b>					
<b>Обед</b>																				
2011	71	Овощи порционные (супреца 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	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	250/5	4	5,77	17,11	152,75	0,08	7,96	0,21	0,2	33,83	78,6	26,8	0,99					
АКТ*	345	Рыбные гнезда запеченные с сайром	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	180	4,72	6,48	24,36	194	0,16	6	0,047	0,24	56,4	102	34,8	1,3					
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 микроэлементами	40	2,6	0,4	18	90	0,09	0	0	0,9	7,2	7,6	34,8	1,6					
	к/к	Вагон обогащенный микроэлементами	25	2	0,87	13,25	70	0,3	0	0	0	4,75	3,25	16,25	0,25					
<b>Итого за Обед</b>			<b>860</b>	<b>28,20</b>	<b>28,61</b>	<b>120,18</b>	<b>843,55</b>	<b>0,71</b>	<b>37,96</b>	<b>0,28</b>	<b>5,60</b>	<b>166,98</b>	<b>359,15</b>	<b>143,45</b>	<b>5,40</b>					
<b>Итого за день</b>				<b>30,66</b>	<b>34,41</b>	<b>156,68</b>	<b>1051,95</b>	<b>0,71</b>	<b>85,96</b>	<b>0,28</b>	<b>5,80</b>	<b>174,91</b>	<b>372,45</b>	<b>161,95</b>	<b>5,70</b>					

**Дневничное циклическое сбалансированное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов  
для организации питания обучающихся 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района,  
стоимостью 137,00 руб.**

Дата: 4 четверг

Семь:  
Возраст: 12-18

Год наблюдения а	№ рецепта	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	433	Какао с молоком	200	3	2,6	24,8	134,15	0,04	1	0,01	0	121	90	14	1
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
<b>Итого за 2-й завтрак</b>				<b>250</b>	<b>4,5</b>	<b>7,97</b>	<b>299,15</b>	<b>0,065</b>	<b>11</b>	<b>0,05</b>	<b>0,5</b>	<b>131</b>	<b>107,5</b>	<b>20,25</b>	<b>1,4</b>

**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 сибирский со сметаной	250,5	5,97	7,16	13,23	141,3	0,05	9,9	0,21	0,3	55,7	106,4	29,8	1,9
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	180	6,6	5,76	37,5	229,2	0,07	0	0,03	0,9	13,2	43,2	8,4	0,9
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 ржанно-пшеничный обогащенный микроэлементами	40	2,6	0,4	18	90	0,09	0	0	0,9	7,2	7,6	34,8	1,6
	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
<b>Итого за Обед</b>			<b>860</b>	<b>30,41</b>	<b>35,95</b>	<b>117,42</b>	<b>929,10</b>	<b>0,58</b>	<b>22,70</b>	<b>0,36</b>	<b>7,34</b>	<b>112,25</b>	<b>335,85</b>	<b>122,85</b>	<b>8,19</b>
<b>Итого за день</b>				<b>34,91</b>	<b>43,92</b>	<b>169,72</b>	<b>1228,25</b>	<b>0,645</b>	<b>33,7</b>	<b>0,41</b>	<b>7,84</b>	<b>243,25</b>	<b>443,35</b>	<b>143,1</b>	<b>9,59</b>

Двухнедельное недельное сбалансированное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов  
 для организации питания обучающихся 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района.

Дети: 51Питиши  
 Недел: 1

Сезон:  
 Возраст: 12-18

Год изд. сборник в	№ ред.	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	2		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16		
<b>2-й Завтрак</b>																	
2008	402	Компот из сухофруктов	200	0,6	0,1	31,7	131	0,02	0	0,01	0,5	21	23	16	0,7		
	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		
<b>Итого за 2-й завтрак</b>			<b>240</b>	<b>4,6</b>	<b>4,25</b>	<b>42,36</b>	<b>231,6</b>	<b>0,02</b>	<b>45</b>	<b>0,01</b>	<b>0,7</b>	<b>21,53</b>	<b>27,3</b>	<b>29,5</b>	<b>0,9</b>		
<b>Обед</b>																	
2008	35/56	Салат из белокочанной капусты с маслом растительным (по 28.02)/ Кваса 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-поре из овощей с грибами	250/10	5,32	5,07	23,5	163,77	0,07	9,90	0,4	0,24	100,20	96,57	30,90	1,48		
АКП*	3	Тфреши (1й вариант), соус сметанный	100/20	13,17	17,68	15,33	206,33	0,08	23,4	0	0,7	44,2	59,8	21,1	1,12		
2008	323	Каша гречневая рассыпчатая	180	4,36	5,52	45,24	250,2	0,011	0	0,011	0,24	13,2	93,6	31,2	0,72		
2008	430	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60	0	0	0	0	5	8	4	1		
	к/к	Хлеб ржаной-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		
<b>Итого за Обед</b>			<b>875</b>	<b>27,96</b>	<b>32,60</b>	<b>129,96</b>	<b>864,30</b>	<b>0,55</b>	<b>56,70</b>	<b>0,40</b>	<b>3,29</b>	<b>203,95</b>	<b>283,12</b>	<b>138,55</b>	<b>6,17</b>		
<b>Итого за день</b>				<b>32,56</b>	<b>36,85</b>	<b>172,32</b>	<b>1095,90</b>	<b>0,57</b>	<b>101,70</b>	<b>0,41</b>	<b>3,99</b>	<b>225,48</b>	<b>310,42</b>	<b>168,05</b>	<b>7,07</b>		

Детское питание и питание в учреждениях образования и культуры  
 для организации питания обучающихся 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района,  
 стоимостью 137,00 руб.

Дата: 6 Сентября

Срок: 12-18

Год наб. сборник № реч.	Примк пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витаминиз (мг)						Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	
<b>2-й завтрак</b>																
2008	432	Кофейный напиток	200	1,5	1,3	22,3	107	1	0,01	0	0	61	45	7	1	
	к/к	Зефир в ассортименте	50	0,4	0,1	39,9	163	0	0	0	0	12,5	6	3	0,7	
<b>Итого за 2-й завтрак</b>			<b>250</b>	<b>1,9</b>	<b>1,4</b>	<b>62,2</b>	<b>270</b>	<b>1</b>	<b>0,01</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>73,5</b>	<b>51</b>	<b>10</b>	<b>1,7</b>	
<b>Обед</b>																
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	Пшеница кашенной крупы с картофелем и сметаной	250/5	4,23	8,32	13,19	110,2	0,05	6,28	0,21	0,19	46,92	49,98	21,42	0,62	
2008	299	Запеканка картофельная с субпродуктами (печень говяжья)	280	21,46	22,1	49,93	490,56	0,46	40,32	6,6	6,72	38,08	371,8	73,92	8,96	
2008	408	Кисель из сока плодового или ягодного 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 ржанно-пшеничный обогащенный микроэлементами	40	2,6	0,4	18	90	0,09	0	0	0,9	7,2	7,6	34,8	1,6	
	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	
<b>Итого за Обед</b>			<b>860</b>	<b>31,69</b>	<b>36,29</b>	<b>137,27</b>	<b>987,56</b>	<b>0,92</b>	<b>111,60</b>	<b>6,96</b>	<b>10,67</b>	<b>124,75</b>	<b>462,33</b>	<b>159,69</b>	<b>12,43</b>	
<b>Итого за день</b>				<b>33,59</b>	<b>37,69</b>	<b>199,47</b>	<b>1257,56</b>	<b>1,92</b>	<b>111,61</b>	<b>6,96</b>	<b>10,67</b>	<b>198,25</b>	<b>513,33</b>	<b>169,89</b>	<b>14,13</b>	

**Двухнедельное инклиционное сбалансированное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов  
для организации питания обучающихся 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района,  
стоимостью 137,00 руб.**

Приложение №8 к СМПДН 2.32.4.3590-20

Дата: 7 Июне 2018  
Неделя: 2

Сезон:  
Дождя: 12.18

Год наб. сборщик в	№ рецеп.	Продукт пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мкг)										
				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						
<b>2-й завтрак</b>																					
2008	430	Чай с сахаром	200	0	0	15	60	0	0	0	0	5	8	4	1						
	к/к	Вафли в ассортименте	40	1,3	2	15	104	0	45	0	0,2	0,53	4,3	13,5	0,2						
<b>Итого за 2-й завтрак</b>				<b>1,3</b>	<b>2</b>	<b>30</b>	<b>164</b>	<b>0</b>	<b>45</b>	<b>0</b>	<b>0,2</b>	<b>5,53</b>	<b>12,3</b>	<b>17,5</b>	<b>1,2</b>						
<b>Обед</b>																					
2012/ АКТ*	40/369(06)	Салат из моркови и яблок (до 28 02)/ Дол. Парнир: 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	250/15	7,67	4,58	28,22	185,4	0,18	6,00	0,2	0,66	53,23	150,00	40,00	2,19						
АКТ*	305	Бифедроганов в сметанном соусе (филе телят)	100	12	13,1	14	203,77	0,06	1,50	0,11	0,3	21	111	28	1,2						
2008	325	Рис отварной	180	4,44	8,56	37	243,6	0,024	0	0,06	0,36	3,6	73,2	22,8	0,72						
2007	123	Компот из свежих замороженных ягод (яблца)	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 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	Витон обогащенный микронутриентами	25	2	0,87	13,25	70	0,3	0	0	0	4,75	3,25	16,25	0,25						
<b>Итого за Обед</b>			<b>860</b>	<b>29,17</b>	<b>27,67</b>	<b>138,09</b>	<b>925,27</b>	<b>0,68</b>	<b>15,85</b>	<b>0,51</b>	<b>5,89</b>	<b>140,38</b>	<b>381,15</b>	<b>166,55</b>	<b>6,56</b>						
<b>Итого за день</b>				<b>30,47</b>	<b>29,67</b>	<b>168,09</b>	<b>1089,3</b>	<b>0,684</b>	<b>60,85</b>	<b>0,51</b>	<b>6,09</b>	<b>145,91</b>	<b>393,45</b>	<b>184,05</b>	<b>7,76</b>						

**Детское питание**  
**Для организации питания обучающихся 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Вязовского района,**  
**стоимостью 137,00 руб.**

Дата: 8 Вторник

2

Сезон:  
 Весна: 12-18

Возраст: 12-18

Год наб.сборщик № рец.	Проект 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	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16						
<b>2-й завтрак</b>																					
2008	433	Каша с молоком	200	3	2,6	24,8	134,15	0,04	1	0,01	0	121	90	14	1						
	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						
<b>Итого за 2-й завтрак</b>			<b>240</b>	<b>7</b>	<b>6,75</b>	<b>35,46</b>	<b>234,75</b>	<b>0,04</b>	<b>46</b>	<b>0,01</b>	<b>0,2</b>	<b>121,53</b>	<b>94,3</b>	<b>27,5</b>	<b>1,2</b>						

АКСТ*	372/1	Салат из свежих овощей и маслом растительным	60	2	3,6	8,7	100	0,01	3	0,01	1,8	28	28	15	1,1
2008	91	Рисовый суп "Ленинградский" со сметаной	250/5	4	5,77	17,11	152,75	0,08	7,96	0,21	0,2	33,83	78,6	26,8	0,99
2008	275	Котлеты по-хмельному	100	12,77	18	21,11	224,44	0,13	4,44	0,08	0,88	17,77	157,7	24,4	2,2
2008	331	Макаронные изделия отварные	180	6,6	5,76	37,5	229,2	0,07	0	0,03	0,9	13,2	43,2	8,4	0,9
2008	431	Чай с сахаром и лимонном	200/5	0,3	0,1	15,2	62	0	3	0	0	8	10	5	1
	к/к	Хлеб ржанно-пшеничный обогащенный микроэлементами	40	2,6	0,4	18	90	0,09	0	0	0,9	7,2	7,6	34,8	1,6
	к/к	Вагон обогащенный микроэлементами	25	2	0,87	13,25	70	0,3	0	0	0	4,75	3,25	16,25	0,25
<b>Итого за Обед</b>			<b>865</b>	<b>30,27</b>	<b>34,50</b>	<b>130,87</b>	<b>928,39</b>	<b>0,68</b>	<b>18,40</b>	<b>0,33</b>	<b>4,68</b>	<b>112,75</b>	<b>328,35</b>	<b>130,65</b>	<b>8,04</b>
<b>Итого за день</b>				<b>37,27</b>	<b>41,25</b>	<b>166,33</b>	<b>1163,14</b>	<b>0,72</b>	<b>64,4</b>	<b>0,34</b>	<b>4,88</b>	<b>234,28</b>	<b>422,65</b>	<b>158,15</b>	<b>9,24</b>



**Духицельское циклическое сбалансированное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов  
для организации питания обучающихся 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района,  
стоимостью 137,00 руб.**

Приложение №8 к СилДин 2.3/2.4.3.990-20

Дата: 9 Сентя  
Неделя: 2

Сезон:  
Весна: 12.18

Год наб.сборник № п/п	Другие пищ. наименования блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витаминизация (мг)									Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe						
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16					
<b>2-й завтрак</b>																				
2008	430	Чай с сахаром	200	0	0	15	60	0	0	0	0	5	8	4	1					
	к/к	Зефир в ассортименте	50	0,4	0,1	39,9	163	0	0	0	0	12,5	6	3	0,7					
<b>Итого за 2-й завтрак</b>			<b>250</b>	<b>0,4</b>	<b>0,1</b>	<b>54,9</b>	<b>223</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>17,5</b>	<b>14</b>	<b>7</b>	<b>1,7</b>					
<b>Обед</b>																				
2011	71	Овощи пропорционно (отруба свежой)	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	250/5	4,18	5,57	12,04	111,45	0,25	11,81	24,25	2,11	12,81	179,12	33,58	0,99					
2008	258	Жаркое по-домашнему со сметаной	280	19,88	24,9	46	465	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 микроэлементами	40	2,6	0,4	18	90	0,09	0	0	0,9	7,2	7,6	34,8	1,6					
	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					
<b>Итого за Обед</b>			<b>860</b>	<b>29,34</b>	<b>31,83</b>	<b>116,49</b>	<b>849,85</b>	<b>0,77</b>	<b>35,41</b>	<b>24,36</b>	<b>3,37</b>	<b>71,06</b>	<b>238,47</b>	<b>109,33</b>	<b>4,10</b>					
<b>Итого за день</b>				<b>29,74</b>	<b>31,93</b>	<b>171,39</b>	<b>1072,85</b>	<b>0,77</b>	<b>35,41</b>	<b>24,36</b>	<b>3,37</b>	<b>88,56</b>	<b>252,47</b>	<b>116,33</b>	<b>5,80</b>					

**Дружественное циклическое сбалансированное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов  
для организации питания обучающихся 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района,  
стоимостью 137,00 руб.**

Дата: 10 Апрель 2012

Сезон: Весна: 12-18

Год	№ рецептур	Пример пищевого наименования блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)											
				Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)	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**

2008	432	Кофейный напиток	200	1,5	1,3	22,3	107	1	0,01	0	0	61	45	7	1
2008	2	Булочка с джемом	50	1,5	5,37	27,5	165	0,025	10	0,04	0,5	10	17,5	6,25	0,4
<b>Итого за 2-й завтрак</b>			<b>250</b>	<b>3</b>	<b>6,67</b>	<b>49,8</b>	<b>272</b>	<b>1,025</b>	<b>10,01</b>	<b>0,04</b>	<b>0,5</b>	<b>71</b>	<b>62,5</b>	<b>13,25</b>	<b>1,4</b>

**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	250/20	5,64	9,81	23,9	181,5	0,25	11,81	24,25	2,11	12,81	179,12	33,58	0,99
2008	256	Печень по-строгановски	100	14,33	11,8	0,44	151,9	0,34	2,5	0,06	0,5	47,46	189,5	32,5	2,83
2008	323	Каша гречневая рассыпчатая	180	4,36	5,52	45,24	250,2	0,011	0	0,011	0,21	13,2	93,6	31,2	0,72
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 ржаной-пшеничный обогащенный микроэлементами	40	2,6	0,4	18	90	0,09	0	0	0,9	7,2	7,6	34,8	1,6
	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
<b>Итого за Обед</b>			<b>875</b>	<b>29,67</b>	<b>34,66</b>	<b>130,47</b>	<b>922,20</b>	<b>1,02</b>	<b>27,11</b>	<b>24,38</b>	<b>6,79</b>	<b>106,82</b>	<b>494,47</b>	<b>161,93</b>	<b>7,93</b>
<b>Итого за день</b>				<b>32,67</b>	<b>41,33</b>	<b>180,27</b>	<b>1194,20</b>	<b>2,05</b>	<b>37,12</b>	<b>24,42</b>	<b>7,29</b>	<b>177,82</b>	<b>556,97</b>	<b>175,18</b>	<b>9,33</b>

**Детское питание**  
**Для организации питания обучающихся 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района.**  
**Стоймостью 137,00 руб.**

Дата: 11 Января 2012

Сезон: Весна

Год изд. сборника	№ п/п	Продукт, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)					
				Б	Ж	У	В1	С	А		Е	Ca	P	Mg	Fe							
1	2		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16							

**2-й завтрак**

2008	402	Компот из сухофруктов	200	0,6	0,1	31,7	131	0,02	0	0,01	0,5	21	23	16	0,7
	к/к	Пшеница	40	2,16	5,8	21,3	146,4	0	45	0	0,2	0,53	4,3	13,5	0,2
<b>Итого за 2-й завтрак</b>			<b>240</b>	<b>2,76</b>	<b>5,9</b>	<b>53</b>	<b>277,4</b>	<b>0,02</b>	<b>45</b>	<b>0,01</b>	<b>0,7</b>	<b>21,53</b>	<b>27,3</b>	<b>29,5</b>	<b>0,9</b>

**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	Сул-поре из овощей с грибами	250/10	5,32	5,07	23,5	153,77	0,07	9,90	0,4	0,24	100,20	96,57	30,90	1,48
АКП*/2008	289/364	Выпечка "Аппетитная" в соусе томатном	100/20	15,16	15,5	18,32	218,3	0	3,92	0	4,36	10,47	23,45	6,54	0,43
2008	325	Рис отварной	180	4,44	8,56	37	243,6	0,024	0	0,06	0,36	3,6	73,2	22,8	0,72
2008	442	Сок фруктовый в асортименте	200	1	0,2	19,8	86	0,02	4	0	0,2	14	14	8	2,8
	к/к	Хлеб ржанно-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
<b>Итого за Обед</b>			<b>875</b>	<b>30,83</b>	<b>33,56</b>	<b>129,51</b>	<b>885,67</b>	<b>0,50</b>	<b>41,22</b>	<b>0,45</b>	<b>7,27</b>	<b>169,62</b>	<b>232,37</b>	<b>119,59</b>	<b>7,28</b>
<b>Итого за день</b>				<b>33,59</b>	<b>39,46</b>	<b>181,51</b>	<b>1163,07</b>	<b>0,52</b>	<b>86,22</b>	<b>0,46</b>	<b>7,97</b>	<b>191,15</b>	<b>259,67</b>	<b>149,09</b>	<b>8,18</b>

**Дружественное кислородное сбалансированное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов  
для организации питания обучающихся 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района,  
стоимостью 137,00 руб.**

Приложение №8 к СидПдН 2.3/2.4.3590-20

Дата: 12.09.2016  
Номер: 2

Секция: 12-18  
Возраст:

Год наз. сборник № ред.	Примеч. пищ. наименования блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витаминизация (мкг)						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	
АКТ*	4	Чай с молоком	200	1,5	2	15,1	91,2	0,02	0,2	2	0,01	4,54	1,4	3,64	0,18	
	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	
<b>Итого за 2-й завтрак</b>			<b>240</b>	<b>5,5</b>	<b>6,15</b>	<b>25,76</b>	<b>191,8</b>	<b>0,02</b>	<b>45,2</b>	<b>2</b>	<b>0,21</b>	<b>5,07</b>	<b>5,7</b>	<b>17,14</b>	<b>0,38</b>	

Год наз. сборник № ред.	Примеч. пищ. наименования блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витаминизация (мкг)						Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe		
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	Сул.картофельный с черрипомидо	250	3,9	7,3	20	183,5	0,10	8,00	0,3	0,30	23,00	64,00	25,00	1,00	
2004	374	Риса, тушеная в томате с овощами	100	13	12,8	14,88	168,2	0,2	0	0	0,4	36	162	20	2	
2008	335	Картофельное пюре	190	5,1	6,84	25,71	204,3	0,17	6,33	0,05	0,25	59,5	107,6	36,7	1,37	
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 микронутриентами	40	2,6	0,4	18	90	0,09	0	0	0,9	7,2	7,6	34,8	1,6	
	к/к	Битон обогащенный микронутриентами	25	2	0,87	13,25	70	0,3	0	0	0	4,75	3,25	16,25	0,25	
<b>Итого за Обед</b>			<b>865</b>	<b>27,80</b>	<b>32,51</b>	<b>119,64</b>	<b>889,80</b>	<b>0,87</b>	<b>133,93</b>	<b>0,45</b>	<b>4,61</b>	<b>167,25</b>	<b>368,05</b>	<b>148,15</b>	<b>7,42</b>	
<b>Итого за день</b>				<b>33,30</b>	<b>38,66</b>	<b>145,40</b>	<b>1081,60</b>	<b>0,89</b>	<b>179,13</b>	<b>2,45</b>	<b>4,82</b>	<b>172,32</b>	<b>373,75</b>	<b>165,29</b>	<b>7,80</b>	
<b>Итого за 12 дней</b>				<b>393,07</b>	<b>442,41</b>	<b>2057,57</b>	<b>13698,62</b>	<b>11,96</b>	<b>900,59</b>	<b>61,69</b>	<b>80,83</b>	<b>2236,87</b>	<b>4726,95</b>	<b>1916,30</b>	<b>122,93</b>	
<b>Итого среднее за день</b>				<b>32,8</b>	<b>36,9</b>	<b>171,5</b>	<b>1141,6</b>	<b>1,0</b>	<b>75,0</b>	<b>5,1</b>	<b>6,7</b>	<b>186,4</b>	<b>393,9</b>	<b>159,7</b>	<b>10,2</b>	

## **Приложение к циклическому двухдневальному 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 продуктивно для обучения детей во всех образовательных учреждениях Под ред. М.П. Мотильной и В.А. Гусельяна, 2011.

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

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

Сборник рецептов для обучающихся во всех образовательных учреждениях, Москва 2015 год

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

Методические указания города Москва: Организация питания в дошкольных образовательных учреждениях. 2007.

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

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