



Двухнедельное питание (вариативное) балансированное меню бюджетного питания горячих завтраков и обедов для организации питания обучающихся 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 161,00 руб.

День: 2 Вчерашник

Семь: Вперед: 12-18

Год	№ рецепта	Имя пищевого блока	Масса порции	Питательные вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витаминизация (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>Завтрак</b>																	
2008	192	Запеканка рисовая со сгущенным молоком	220/10	7,45	12,2	31,6	269,5	0,05	0	0,09	1,3	14,50	92	25,84			1,6
2008	432	Кофейный напиток	200	1,5	1,3	22,3	107	1	0,01	0	0	61	45	7			1
	к/к	Витон обогащенный микроэлементами	70	5,6	2,43	37,1	196	0,84	0	0	0	13,3	9,1	45,5			0,7
<b>Итого за Завтрак</b>				<b>500</b>	<b>14,55</b>	<b>15,88</b>	<b>90,95</b>	<b>572,5</b>	<b>1,89</b>	<b>0,01</b>	<b>0,09</b>	<b>1,3</b>	<b>88,8</b>	<b>146,1</b>	<b>78,34</b>	<b>3,3</b>	

**Обед ( ПЕРВОЕ БЛЮДО И НАПИТОК НА ВЫБОР)**

2011	52	Салат из свежих овощей с маслом растительным	60	2,7	5,53	3,6	54,4	0,01	2,19	0,01	2,2	21,24	33,6	12,41			1
2008	91	Рисовый суп "Ленинградский" со сметаной	250/5	3	5,77	18	133	0,08	7,96	0,21	0,2	33,83	78,6	26,8			0,99
АКП*	336/04	Бульон куриный с зеленью	250/10/2	5,3	1,4	1,4	113,4	0,00	0,22	0,0	0,00	2,50	0,00	3,70			0,12
2008	314	Шницель рубленый из птицы	100	12,5	13,4	20,5	240	0,1	16	0,13	3,6	82	164	38			2
2008	331	Макрорыбные изделия отварные с маслом сливочным	180	6,6	5,76	43,8	261,3	0,07	0	0,03	0,9	13,2	43,2	8,4			0,9
2007	123	Компот из свежесморожанских ягод (клубника)	200	0,2	0,08	17,42	69,44	0,006	40	0	0,1	7,52	6,6	6,2			0,3
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 микроэлементами	40	2,6	0,4	18	90	0,09	0	0	0,9	7,2	7,6	34,8			1,6
<b>Итого за Обед</b>				<b>835</b>	<b>27,60</b>	<b>30,94</b>	<b>121,32</b>	<b>848,14</b>	<b>0,36</b>	<b>66,15</b>	<b>0,38</b>	<b>7,90</b>	<b>333,60</b>	<b>126,61</b>	<b>6,79</b>		
<b>Итого за день</b>				<b>4215</b>	<b>46,92</b>	<b>212,27</b>	<b>1420,64</b>	<b>2,246</b>	<b>66,16</b>	<b>0,47</b>	<b>9,2</b>	<b>253,79</b>	<b>479,7</b>	<b>204,95</b>	<b>10,99</b>		

**Двунаселенное население (важратинное) балансирующее меню бюджетного питания горячих завтраков и обедов для организации питания обучающихся 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 161,00 руб.**

Денеж. 3 Среда

Среда:

Всего: 12,18

For код/сорт/наименование	Метр.	Пример пищевого назначения блюда	Масса порции	Питательная ценность (г)											
				Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)	В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
<b>Завтрак</b>															
2008/АКП*	184/05	Капша ошпенная "Горючее" с соусом ягодным (ягодное ассорти)	200/30	8,4	12,0	30,5	251,0	0,17	13,22	0,05	0,26	144,00	230,12	70	2,6
2008	430	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60	0	0	0	0	5	8	4	1
	к/к	Батон обогащенный микроэлементами	70	5,6	2,43	37,1	196	0,84	0	0	0	13,3	9,1	45,5	0,7
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>500</b>	<b>14,15</b>	<b>14,53</b>	<b>82,6</b>	<b>507</b>	<b>1,01</b>	<b>13,22</b>	<b>0,05</b>	<b>0,26</b>	<b>162,3</b>	<b>247,22</b>	<b>110,5</b>	<b>4,3</b>
<b>Обед ( ПЕРВОЕ БЛЮДО И НАПИТОК НА ВЫБОР)</b>															
2008	23	Салат из помидоров и огурцов с растительным маслом	60	0,54	5,9	1,74	63,6	0,02	10,8	0,06	2,94	14,4	17,4	9,6	0,54
2008	95	Борщ со свежей капустой с картофелем и сметаной	250/5	4,4	5,57	21	199	0,25	11,81	24,25	2,11	12,81	179,12	33,58	0,99
АКП*	336/04	Бульон куриный с зеленью	250/10/2	5,3	1,4	1,4	113,4	0,00	0,22	0,0	0,00	2,50	0,00	3,70	0,12
2008	265	Плов (свинина)	250	20,1	17,1	46,9	417	0,37	0	0,06	2,25	10,4	160	20,9	2,1
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
2008	430	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60	0	0	0	0	5	8	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
<b>Итого за Обед</b>			<b>805</b>	<b>28,24</b>	<b>29,07</b>	<b>119,34</b>	<b>900,60</b>	<b>0,75</b>	<b>22,61</b>	<b>24,38</b>	<b>8,70</b>	<b>65,81</b>	<b>387,12</b>	<b>114,88</b>	<b>5,93</b>
<b>Итого за день</b>				<b>42,39</b>	<b>43,60</b>	<b>201,94</b>	<b>1407,60</b>	<b>1,76</b>	<b>35,83</b>	<b>24,43</b>	<b>8,96</b>	<b>228,11</b>	<b>634,34</b>	<b>234,38</b>	<b>10,23</b>

**Дополнительное письменное (взвешивание) обследование питания горячих завтраков и обедов  
для организации питания обучающихся 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района,  
стоимостью 161,00 руб.**

Дата: 4 Сентября

Итого:

Сколько: 1

Всего: 12-18

Год наименование №	Месяц	Продукт питания, наименование блюда	Масса порции	Питательные вещества (г)														
				Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)	В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe			
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16			
<b>Завтрак</b>																		
2008	187	Каша "Яггерная" (пшено, яблоко)	230	8,1	12,2	26,5	271,3	0,17	13,22	0,05	0,26	144,00	230,12	70	2,6			
2008	432	Кофейный напиток	200	1,5	1,3	22,3	107	1	0,01	0	0	61	45	7	1			
	к/к	Битон обогащенный микроэлементами	70	5,6	2,43	37,1	196	0,84	0	0	0	13,3	9,1	45,5	0,7			
<b>Итого за Завтрак</b>				500	15,2	15,97	85,85	574,3	2,01	13,23	0,05	0,26	218,3	284,22	122,5	4,3		

**Обед ( ПЕРВОЕ ЕДЛОЮ И НАПИТОК НА ВЫБОР)**

2011	70/2	Огурец соленый (порционно)	60	0,48	0,06	1,02	7,8	0	4,68	0	0	18,78	0	13,32	0,54	
АКП*	73,01	Суп овощной со сливками перцем	250	5,7	5,9	22,62	182,3	0,12	11	0,2	0,32	29,2	126,9	36,2	1,8	
АКП*	336/03	Булочка куриный с грибами	250/10/10	11,82	9,46	22,52	213,55	0,00	0,50	0,0	0,00	3,70	0,00	5,00	0,25	
АКП*	21	Рыба, запеченная по-океански	100	17	18,7	26,4	311	0,055	3,4	0,2	2,7	30	95,9	13,3	0,55	
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	
АКП*	29/04	Компот из свежих замороженных ягод (гроздьев ассорти)	200	0,2	0	25,7	105	0,01	13	0	0,1	8	5	3	0	
2008	430	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60	0	0	0	0	5	8	4	1	
	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	
<b>Итого за Обед</b>				830	34,70	31,54	118,10	890,40	0,44	38,68	0,45	4,26	149,58	337,40	135,42	5,79
<b>Итого за день</b>				45,9	47,51	203,95	1464,4	2,445	51,31	0,497	4,52	367,88	621,62	257,92	10,09	

**Двухдневное дневное (вариативное) сбалансированное меню бюджетного питания горячих завтраков и обедов для организации питания обучающихся 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 161,00 руб.**

Дата: 5.10.2014  
Итого: 1

Сезон: Бюджет 12-18

Год кв. сборщик а	Ж.р.ст.	Пример питания, наименование блюда	Масса порции	Пищевое вещество (г)							Энергетическая ценность (ккал)	Витамин (мг)											
				Б	Ж	У	В	С	А	Е		Ca	Р	Mg	Fe								
1	2		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16								
<b>Завтрак</b>																							
2008/ АКП*	184/06	Каша гречневая молочная с ягодным соусом (ягодника)	200/30	8,4	11,8	24,6	263,2	0,18	1,3	0,05	0,52	128,30	234	112,4	4								
2008	430	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60	0	0	0	0	5	8	4	1								
	к/к	Витон обогащенный микроэлементами	70	5,6	2,43	37,1	196	0,84	0	0	0	13,3	9,1	45,5	0,7								
<b>Итого за завтрак</b>			<b>500</b>	<b>14,15</b>	<b>14,33</b>	<b>76,70</b>	<b>519,2</b>	<b>1,02</b>	<b>1,3</b>	<b>0,05</b>	<b>0,52</b>	<b>146,6</b>	<b>251,1</b>	<b>161,9</b>	<b>5,7</b>								

**Обед (ПЕРВОЕ БЛЮДО И НАПИТОК НА ВЫБОР)**

2008/ 2011	74/ 71	Салат из белокочанной капусты и мясом свиным (до 28.02)/ Овощи порционно (огурец свежий) (с 01.03)	60 (60)	0,96	3,06	4,14	48	0,018	23,4	0,02	1,44	31,2	16,2	9	0,4
2008	116(01)/73	Суп-пюре из тыквы с грибами	250/10	4	3	27,5	159,12	0,04	5,30	0,1	0,30	64,30	51,90	15,10	0,90
АКП*	336/04	Булочка курабий с зеленью	250/10/2	5,3	1,4	1,4	113,4	0,00	0,22	0,0	0,00	2,50	0,00	3,70	0,12
АКП*/ 2008	336/04/364	Виточки (свинина) в соусе томатном	100/50	13,84	15,5	17,57	244,6	0	3,6	0	4,4	10,5	23,4	6,5	0,43
2008	331	Макрорыбные изделия отварные с маслом сливочным	180	6,6	5,76	43,8	261,3	0,07	0	0,03	0,9	13,2	43,2	8,4	0,9
2016	1210	Напиток из плодов шиповника	200	0,4	0,2	23,8	100	0	110	0	0	14	2	4	0,6
2008	430	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60	0	0	0	0	5	8	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
<b>Итого за Обед</b>			<b>880</b>	<b>27,75</b>	<b>27,82</b>	<b>130,31</b>	<b>879,02</b>	<b>0,20</b>	<b>142,30</b>	<b>0,17</b>	<b>7,71</b>	<b>138,60</b>	<b>142,40</b>	<b>69,10</b>	<b>4,43</b>
<b>Итого за день</b>			<b>41,90</b>	<b>42,15</b>	<b>207,01</b>	<b>1398,22</b>	<b>1,22</b>	<b>143,60</b>	<b>0,22</b>	<b>8,23</b>	<b>285,20</b>	<b>393,50</b>	<b>231,00</b>	<b>10,13</b>	

**Двухдневное инвентарное (вариативное) сбалансированное меню бюджетного питания горячих завтраков и обедов для организации питания обучающихся 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района. Стоимость 161,00 руб.**

День: 6 Октября  
Неделя: 1

Сезон: Времен: 12-й

Тол. инвентаризация	Жирот.	Продукты, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)					Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)							Итого за обед
				Б	Ж	У	8	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>Завтрак</b>																	
2008/АКП*	189/04	Каша рисовая молочная с соусом ягодным (сдобника)	200/30	8,4	11,8	24,6	263,2	0,18	1,3	0,05	0,52	128,30	234	112,4	4		
2008	432	Кофейный напиток	200	1,5	1,3	22,3	107	1	0,01	0	0	61	45	7	1		
	к/к	Битон обогащенный микроэлементами	70	5,6	2,43	37,1	196	0,84	0	0	0	13,3	9,1	45,5	0,7		
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>500</b>	<b>15,45</b>	<b>15,53</b>	<b>84</b>	<b>566,2</b>	<b>2,02</b>	<b>1,31</b>	<b>0,05</b>	<b>0,52</b>	<b>202,6</b>	<b>288,1</b>	<b>164,9</b>	<b>5,7</b>		
<b>Обед ( ПЕРВОЕ БЛЮДО И НАПИТОК НА ВЫБОР)</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	100	Суп картофельный с вермишелью	250	6,24	7,5	33	200,3	0,10	8,00	0,3	0,30	23,00	64,00	25,00	1,00		
АКП*	336/04	Булочка курабийная с заливкой	250/10/2	5,3	1,4	1,4	113,4	0,00	0,22	0,0	0,00	2,50	0,00	3,70	0,12		
2008	261/373	Печеня говяжья, тушеная в соусе сметанном с томатом и луком	100	13,4	11,9	12,2	168	0,25	16,00	7	3,30	25,30	304,00	21,30	7,00		
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	394	Компот из свежих яблок	200	0,2	0,2	27,9	115	0,01	2	0	0,1	7	4	4	1		
2008	430	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60	0	0	0	0	5	8	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		
<b>Итого за Обед</b>			<b>820</b>	<b>27,31</b>	<b>30,48</b>	<b>114,96</b>	<b>817,10</b>	<b>0,60</b>	<b>41,60</b>	<b>7,05</b>	<b>7,37</b>	<b>139,90</b>	<b>501,20</b>	<b>122,60</b>	<b>12,10</b>		
<b>Итого за день</b>				<b>42,76</b>	<b>46,01</b>	<b>198,96</b>	<b>1383,3</b>	<b>2,62</b>	<b>42,91</b>	<b>7,097</b>	<b>7,89</b>	<b>342,5</b>	<b>789,4</b>	<b>287,5</b>	<b>17,8</b>		

Двухнедельное ниспанное (вариативное) сбалансированное меню бюджетного питания горячих завтраков и обедов для организации питания обучающихся 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 161,00 руб.

День: 7. Двухнедельник 2 Семья: Вкусит: 12-18

Год двухнедельник № п/п	№ рецепта	Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)							Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)					
				Б	Ж	У	З	С	А	Е		Ca	P	Mg	Fe								
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16								
<b>Завтрак</b>																							
2008/ АКТ*	189/05	Каши пшеничная молочная с соусом яблочным (клубника)	200/30	8,4	12,1	32,8	283,5	0,14	1,3	0,05	0,8	150,80	193,1	38,3	2,6								
2008	430	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60	0	0	0	0	5	8	4	1								
	к/к	Биток обогащенный микроэлементами	70	5,6	2,43	37,1	196	0,34	0	0	0	13,3	9,1	45,5	0,7								
<b>Итого за Завтрак</b>			500	14,15	14,63	84,9	539,5	0,98	1,3	0,05	0,8	169,1	210,2	87,8	4,3								

**Обед ( ПЕРВОЕ ЕДЛОДО И НАПИТОК НА ВЫБОР)**

АКТ*	68	Салат из моркови с маслом растительным	60	0,73	3,25	4	57,5	0,058	4,81	1,95	0,83	26,04	53	36,59	0,6
2008	99/73	Суп картофельный с горохом и грибами	250/10	9,11	4	28,06	189	0,18	6,00	0,2	0,66	53,23	150,00	40,00	2,19
АКТ*	336/03	Булочка курундий с грибами	250/10/10	11,82	9,46	22,52	213,55	0,00	0,50	0,0	0,00	3,70	0,00	5,00	0,25
2015	260	Груши из сывиния	100	12,1	14,9	26,4	235	0,22	0,83	0,19	0,91	21,2	76,2	14,37	0,78
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	436	Напиток лимонный	200	0,2	0	6,4	68	0,01	6,4	0	0	6,88	3,52	1,92	0,17
2008	430	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60	0	0	0	0	5	8	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
<b>Итого за Обед</b>			830	28,53	31,01	115,36	859,10	0,56	18,04	2,44	3,43	116,25	361,62	141,78	5,66
<b>Итого за день</b>				42,68	45,64	200,26	1398,6	1,542	19,34	2,49	4,23	285,45	571,82	229,58	9,96

**Духовенское лицейное (вариативное) финансирование меню бюджетного питания горячих завтраков и обедов  
для организации питания обучающихся 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района,  
стоимостью 161,00 руб.**

Дата: 8 Вступник

Сроки: 2

Всего: 12,18

Год нач. бухгалтер №	№ п/п	Продукт	Масса порции	Питательные вещества (г)												
				Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)	В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe	
<b>Завтрак</b>																
2008	192	Запеканка рисовая со ступеным молоком	220/10	7,45	12,2	31,6	269,5	0,05	0	0,09	1,3	14,50	92	25,84	1,6	
2008	432	Кофейный напиток	200	1,5	1,3	22,3	107	1	0,01	0	0	61	45	7	1	
	к/к	Витон обогащенный микроэлементами	70	5,6	2,43	37,1	196	0,84	0	0	0	13,3	9,1	45,5	0,7	
<b>Итого за Завтрак</b>				<b>500</b>	<b>14,55</b>	<b>15,88</b>	<b>90,95</b>	<b>572,5</b>	<b>1,89</b>	<b>0,01</b>	<b>0,09</b>	<b>1,3</b>	<b>88,8</b>	<b>146,1</b>	<b>78,34</b>	<b>3,3</b>
<b>Обед ( ПЕРВОЕ БЛЮДО И НАПИТОК НА ВЫБОР)</b>																
2011	52	Салат из свежих овощей с маслом растительным	60	2,7	5,53	3,6	54,4	0,01	2,19	0,01	2,2	21,24	33,6	12,41	1	
АКП*	73/01	Суп овощной со сладким перцем	250	5,7	5,9	20	182,3	0,12	11	0,2	0,32	29,2	126,9	36,2	1,8	
АКП*	336/04	Бульон куриный с зеленью	250/10/2	5,3	1,4	1,4	113,4	0,00	0,22	0,0	0,00	2,50	0,00	3,70	0,12	
АКП*	232	Шницель рубленый мясной	100	12	12,3	22,3	205	0,17	0	0,05	3,6	12	153	23,3	2	
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	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	
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 микроэлементами	30	1,95	0,3	13,5	66	0,07	0	0	0,67	5,4	5,7	26,1	1,2	
<b>Итого за Обед</b>				<b>820</b>	<b>27,67</b>	<b>30,61</b>	<b>115,46</b>	<b>832,70</b>	<b>0,55</b>	<b>19,19</b>	<b>0,32</b>	<b>7,53</b>	<b>124,00</b>	<b>444,20</b>	<b>148,81</b>	<b>8,00</b>
<b>Итого за день</b>					<b>42,22</b>	<b>46,49</b>	<b>206,41</b>	<b>1405,2</b>	<b>2,44</b>	<b>19,2</b>	<b>0,407</b>	<b>8,83</b>	<b>212,8</b>	<b>590,3</b>	<b>227,15</b>	<b>11,3</b>



**Дневное меню (завтрак) сбалансированное меню бюджетного питания горячих завтраков и обедов для организации питания обучающихся 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района. Стоимость 161,00 руб.**

Дата: 9 Сентя

Семь

Понимательный код	Место	Пункт меню, наименование блюда	Масса порции	Неклетчатка (г)							Энергетическая ценность (ккал)	Витамин (мг)							Минеральные вещества (мг)						
				В	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										

**Завтрак**

2008/АКП*	184/05	Каша овсяная "Гарбулес" с соусом ягодным (ягодное ассорти)	200/30	8,4	12,0	30,5	251,0	0,17	13,22	0,05	0,26	144,00	230,12	70	2,6
2008	430	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60	0	0	0	0	5	8	4	1
	к/к	Витон обогащенный микроулучшителями	70	5,6	2,43	37,1	196	0,84	0	0	0	13,3	9,1	45,5	0,7
<b>Итого за завтрак</b>			<b>500</b>	<b>14,15</b>	<b>14,53</b>	<b>82,6</b>	<b>507</b>	<b>1,01</b>	<b>13,22</b>	<b>0,05</b>	<b>0,26</b>	<b>162,3</b>	<b>247,22</b>	<b>119,5</b>	<b>4,3</b>

**Обед ( ПЕРВОЕ ЕДЛОЮ И НАПИТОК НА ВЫБОР)**

2011	71	Овощи паровые (огурец свежий)	60	0,5	0,1	1,5	8,4	0,018	6	0,006	0,06	13,8	25,2	8,4	0,36
2008	95	Ворст со свежей капустой с картофелем и сметаной	250/5	3,2	5,57	21	199	0,25	11,81	24,25	2,11	12,81	179,12	33,58	0,99
АКП*	336/04	Вултон куриный с зеленью	250/10/2	5,3	1,4	1,4	113,4	0,00	0,22	0,0	0,00	2,50	0,00	3,70	0,12
2008	256	Печень, по-строгановски	100	14,3	16	20	195,6	0,4	2,8	0,07	0,55	52,7	209,8	36,1	3,1
2008	331	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	180	6,6	5,76	43,8	261,3	0,07	0	0,03	0,9	13,2	43,2	8,4	0,9
2007	123	Компот из свежемороженых ягод (клубника)	200	0,2	0,08	17,42	69,44	0,006	40	0	0,1	7,52	6,6	6,2	0,3
2008	430	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60	0	0	0	0	5	8	4	1
	к/к	Хлеб ржанно-пшеничный обогащенный микроулучшителями	40	2,6	0,4	18	90	0,09	0	0	0,9	7,2	7,6	34,8	1,6
<b>Итого за обед</b>			<b>835</b>	<b>27,40</b>	<b>27,91</b>	<b>121,72</b>	<b>823,74</b>	<b>0,83</b>	<b>60,61</b>	<b>24,36</b>	<b>4,62</b>	<b>107,23</b>	<b>471,52</b>	<b>127,48</b>	<b>7,25</b>
<b>Итого за день</b>				<b>41,55</b>	<b>42,44</b>	<b>204,32</b>	<b>1330,74</b>	<b>1,84</b>	<b>73,83</b>	<b>24,41</b>	<b>4,88</b>	<b>269,53</b>	<b>718,74</b>	<b>246,98</b>	<b>11,55</b>

**Двухнедельное пищевое (вариабельное) сбалансированное меню бюджетного питания горячих завтраков и обедов  
для организации питания обучающихся 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района,  
стоимостью 161,00 руб.**

День: 10 декабря

2

Семь:  
Вопрос: 12-18

Топ продукция №	Жест	Прекл. выпит., замоченные блики	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)								Минеральные вещества (мг)			
				В	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>Завтрак</b>																			
2008	187	Каша "Яггерия" (пшено, яблоко)	230	8,1	12,2	26,5	271,3	0,17	13,22	0,05	0,26	144,00	230,12	70	2,6				
2008	432	Кофейный напиток	200	1,5	1,3	22,3	107	1	0,01	0	0	61	45	7	1				
	к/к	Витон обогащенный микроэлементами	70	5,6	2,43	37,1	196	0,84	0	0	0	13,3	9,1	45,5	0,7				
<b>Итого за завтрак</b>			<b>500</b>	<b>15,2</b>	<b>15,97</b>	<b>85,85</b>	<b>574,3</b>	<b>2,01</b>	<b>13,23</b>	<b>0,05</b>	<b>0,26</b>	<b>218,3</b>	<b>284,22</b>	<b>122,5</b>	<b>4,3</b>				
<b>Обед ( ПЕРВОЕ БЛЮДО И НАПИТОК НА ВЫБОР</b>																			
2008	23	Суп 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	116(01)73	Суп-пюре из тыквы с грибами	250/10	4	3	27,5	159,12	0,04	5,30	0,1	0,30	64,30	51,90	15,10	0,90				
АКП*	336/03	Бульон куриный с грибами	250/10/10	11,82	9,46	22,52	213,55	0,00	0,50	0,0	0,00	3,70	0,00	5,00	0,25				
2008	258	Жаркое по-домашнему со сметаной	280	21,05	21,5	52,08	465	0,1	4,6	0,1	0,2	24,5	18,3	13,3	0,9				
2016	1210	Напиток из плодов шиповника	200	0,4	0,2	23,8	100	0	110	0	0	14	2	4	0,6				
2008	430	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60	0	0	0	0	5	8	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				
<b>Итого за Обед</b>			<b>830</b>	<b>27,94</b>	<b>31,06</b>	<b>118,62</b>	<b>853,72</b>	<b>0,23</b>	<b>130,70</b>	<b>0,28</b>	<b>4,11</b>	<b>122,60</b>	<b>95,30</b>	<b>68,10</b>	<b>4,14</b>				
<b>Итого за день</b>				<b>43,14</b>	<b>47,03</b>	<b>204,47</b>	<b>1428,02</b>	<b>2,24</b>	<b>143,93</b>	<b>0,33</b>	<b>4,37</b>	<b>340,90</b>	<b>379,52</b>	<b>190,60</b>	<b>8,44</b>				



**Духовенское психическое (вариативное) сбалансированное меню бюджетного питания горячих завтраков и обедов  
для организации питания обучающихся 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района,  
стоимостью 161,00 руб.**

День: 12 Октября

Сезон: Весна

12-18

Поч. инд. сборщик №	Журнал	Продукты питания, наименование блюда	Масса порции	Пищевое вещество (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)							
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
<b>Завтрак</b>															
2008/ АСП*	184/06	Каши гречневая молочная с ягодами соусом (журбушка)	200/30	8,4	11,8	24,6	263,2	0,18	1,3	0,05	0,52	128,30	234	112,4	4
2008	431	Чай с сахаром и лимонком	200/5	0,3	0	15,2	62	0	3	0	0	7,4	9	5	0,1
	к/к	Батон обогащенный микроэлементами	65	5,2	2,26	34,45	182	0,78	0	0	0	12,35	8,45	42,25	0,65
<b>Итого за Завтрак</b>			<b>500</b>	<b>13,95</b>	<b>14,06</b>	<b>74,25</b>	<b>507,2</b>	<b>0,96</b>	<b>4,3</b>	<b>0,05</b>	<b>0,52</b>	<b>148,05</b>	<b>251,45</b>	<b>159,65</b>	<b>4,75</b>

**Обед (первое БЛЮДО И НАПИТОК НА ВЫБОР)**

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	71/92	Суп картофельный с клецками	250/15	4,11	3,4	16,9	136,8	0,08	8,4	0,21	0,2	34,32	79,7	27,25	1
АСП*	336/03	Бульон куриный с гречками	250/10/10	11,82	9,46	22,52	213,55	0,09	0,50	0,0	0,09	3,70	0,09	5,09	0,25
АСП*	345	Рыбные пельмени запеченные с сыром	100	15,5	13,6	20,2	223,4	0,05	5	0,02	4,1	43	137,5	19,4	0,9
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	394	Компот из свежих яблок	200	0,2	0,2	27,9	115	0,01	2	0	0,1	7	4	4	1
2008	430	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60	0	0	0	0	5	8	4	1
	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
<b>Итого за Обед</b>			<b>835</b>	<b>27,09</b>	<b>30,16</b>	<b>119,50</b>	<b>852,60</b>	<b>0,24</b>	<b>25,09</b>	<b>0,44</b>	<b>8,19</b>	<b>116,12</b>	<b>321,70</b>	<b>110,95</b>	<b>5,42</b>
<b>Итого за день</b>			<b>40,85</b>	<b>44,22</b>	<b>193,75</b>	<b>1359,80</b>	<b>1,20</b>	<b>29,30</b>	<b>0,49</b>	<b>8,71</b>	<b>264,17</b>	<b>573,15</b>	<b>270,60</b>	<b>10,17</b>	
<b>Итого за 12 дней</b>			<b>506,11</b>	<b>537,59</b>	<b>2433,76</b>	<b>16736,32</b>	<b>22,30</b>	<b>694,11</b>	<b>63,57</b>	<b>81,50</b>	<b>3394,31</b>	<b>6818,41</b>	<b>2883,34</b>	<b>129,13</b>	
<b>Итого среднее за день</b>			<b>42,3</b>	<b>44,8</b>	<b>202,8</b>	<b>1394,7</b>	<b>1,9</b>	<b>57,8</b>	<b>5,3</b>	<b>6,8</b>	<b>282,9</b>	<b>568,2</b>	<b>240,3</b>	<b>10,8</b>	

**Приложение к инвентарному документальному меню**

**\* АСП- акт контрольной проверки**

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания, 1983 г

Методические указания города Москвы: Организация питания в дошкольных образовательных учреждениях, 2007

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 общественного питания. М. П. Могильный Изд. 2-е, Делфи плюс, 2016

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

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