

"СОГЛАСОВАНО"

Директор МБОУ



Ташуляева С.С. Григорьева И.В.

01.05.2022г.

"УТВЕРЖДАЮ"

Генеральный директор ООО "СТК"



Степанова Е.Г.

01.05.2022г.

Примерное двухнедельное циклическое сбалансированное меню бюджетного горячего питания для организации питания обучающихся 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях, стоимостью 125 руб.

День: Понедельник

Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	5	6	7	8
2-й Завтрак						
430	Чай с сахаром	200	0	0	15	60
к/к	Кондитерские изделия	30	1,13	1,47	11,16	62,5
Итого за 2-й Завтрак			1,13	1,47	26,16	122,5
Обед						
98*	Суп картофельный с рисом	250	3,5	5,5	21,19	151,49
273*	Котлеты мясные с соусом томатным	110/25	9,38	12,38	7,38	178,75
331*	Макаронные изделия отварные	180/5	6,72	5,76	43,2	251,532
402*	Компот из сухофруктов с витамином "С"	200	0,6	0,1	45,7	176
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,6	0,5	15,8	78,24
Итого за Обед			22,80	24,24	133,27	836,01
Итого за день			23,925	25,705	159,425	958,512

"СОГЛАСОВАНО"
Директор МБОУ



01.05.2022 г.

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор ООО "СТК"



Степанова Е.Г.
01.05.2022 г.

Примерное двухнедельное циклическое сбалансированное меню бюджетного горячего питания для организации питания обучающихся 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях, стоимостью 125 руб.

День: Вторник

Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	5	6	7	8
2-й Завтрак						
432*	Кофейный напиток	200	1,5	1,3	22,3	107
2*	Бутерброд с джемом	40	1,3	4,6	21,6	132,36
Итого за 2-й Завтрак			2,8	5,9	43,9	239,36
Обед						
99*	Суп картофельный с фасолью со сметаной	250/5	6,8	6,9	16,7	155,62
314/366*	Биточки рубленые из птицы с соусом молочным	110/25	14,8	14,6	20,2	393,6
323*	Каша гречневая рассыпчатая	180/5	4,32	5,76	44,52	220,56
430*	Чай с сахаром	200	0	0	15	60
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,6	0,5	15,8	78,24
Итого за Обед			28,52	27,76	112,22	908,02
Итого за день			31,32	33,66	156,12	1147,38

ООО "СТК"

Приложение №8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

"СОГЛАСОВАНО"

Директор МБОУ

Васильева С.М. Тригорьева А.В.

"УТВЕРЖДАЮ"

Генеральный директор ООО "СТК"



Примерное двухнедельное циклическое сбалансированное меню бюджетного горячего питания для организации питания обучающихся 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях, стоимостью 125 руб.

День: Среда
Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	5	6	7	8
2-й Завтрак						
431*	Чай с сахаром и лимоном	200/5	0,3	0	15,2	61,0
к/к	Кондитерские изделия	30	1,13	1,47	11,16	62,5
Итого за 2-й Завтрак			1,43	1,47	26,36	123,5
Обед						
100*	Суп картофельный с вермишелью	250	3,63	2,63	22,50	134,10
241/364*	Котлеты рыбные любительские с соусом томатным	110/25	17,5	12,4	27	194
335*	Картофельное пюре	180/5	4,08	9,96	26,88	180,66
402*	Компот из сухофруктов с витамином "С"	200	0,6	0,1	45,7	176
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,6	0,5	15,8	78,24
Итого за Обед			28,41	25,59	137,88	763,00
Итого за день			29,84	27,06	164,24	886,50

"СОГЛАСОВАНО"
Директор МБОУ*Рашида Сами Тимурова об*"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор ООО "СТК"

Примерное двухнедельное циклическое сбалансированное меню бюджетного горячего питания
для организации питания обучающихся 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях,
стоимостью 125 руб.

День: Четверг

Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	5	6	7	8
2-й Завтрак						
430*	Чай с сахаром	200	0	0	15	60
3*	Бутерброд с сыром	30	4,5	4,5	7,4	88
Итого за 2-й Завтрак			4,5	4,5	22,4	148
Обед						
91*	Рассольник Ленинградский со сметаной	250/5	6,7	6	17,2	149,33
275/364*	Котлеты мясо-картофельные по-хлыновски с соусом томатным	110/25	17,3	9,1	17,5	283
331*	Макаронные изделия отварные	180/5	6,72	5,76	43,2	251,532
394*	Комлот из свежих фруктов с витамином "С"	200	0,2	0,2	27,9	115
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,6	0,5	15,8	78,24
Итого за Обед			33,52	21,56	121,60	877,10
Итого за день			38,02	26,06	144,00	1025,10

ООО "СТК"

Приложение №8 к СанПиН 2 3/2 4 3590-20

"СОГЛАСОВАНО"

Директор МБОУ

Тамара Владимировна Григорьева

"УТВЕРЖДАЮ"

Генеральный директор ООО "СТК"



Примерное двухнедельное циклическое сбалансированное меню бюджетного горячего питания для организации питания обучающихся 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях, стоимостью 125 руб.

День: Пятница
Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	5	6	7	8
2-й Завтрак						
430*	Чай с повидлом	200	0,3	0,1	11	43
к/к	Кондитерские изделия	30	1,13	1,47	11,16	62,5
Итого за 2-й Завтрак			1,43	1,57	22,16	105,5
Обед						
99*	Суп картофельный с горохом и гречками	250/20	11,4	10,2	19,7	216,29
312*	Птица, тушеная в сметанном соусе	90/50	19,65	24,75	5,4	322,5
323*	Каша гречневая рассыпчатая	180/5	4,32	5,76	44,52	220,56
402*	Компот из сухофруктов с витамином "С"	200	0,6	0,1	45,7	176
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,6	0,5	15,8	78,24
Итого за Обед			38,57	41,31	131,12	1013,59
Итого за день			40,00	42,88	153,28	1119,09