

ООО "СТК"

Приложение №8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

"СОГЛАСОВАНО"

Директор МБОУ:



"УТВЕРЖДАЮ"

Генеральный директор ООО "СТК"



Примерное двухнедельное циклическое сбалансированное меню бюджетного горячего питания для организации питания обучающихся 7-11 лет 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
<b>2-й Завтрак</b>						
430	Чай с сахаром	200	0	0	15	60
к/к	Кондитерские изделия	30	1,13	1,47	11,16	62,5
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>			1,13	1,47	26,16	122,5
<b>Обед</b>						
98*	Суп картофельный с рисом	200	2,8	3,6	17,6	113,97
273*	Котлеты мясные с соусом томатным	80/25	9,38	12,38	7,38	178,75
331	Макаронные изделия отварные	150/5	5,6	4,8	36	209,61
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
<b>Итого за Обед</b>			20,98	21,38	122,48	756,57
<b>Итого за день</b>			22,105	22,845	148,635	879,07

"СОГЛАСОВАНО"  
Директор МБОУ*Александр Владимирович Григорьев*

"УТВЕРЖДАЮ"

Генеральный директор ООО "СТК"

*01.05.2022 г.**01.05.2022 г.*  
Степанова Е.Г.

Примерное двухнедельное цикличное сбалансированное меню бюджетного горячего питания  
для организации питания обучающихся 7-11 лет 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
<b>2-й Завтрак</b>						
432*	Кофейный напиток	200	1,5	1,3	22,3	107
2*	Бургерброд с джемом	40	1,3	4,6	21,6	132,36
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>			2,8	5,9	43,9	239,36
<b>Обед</b>						
99*	Суп картофельный с фасолью со сметаной	200/5	5,17	4,6	13	14,4
314/366*	Биточки рубленые из пшеницы с соусом молочным	80/25	14,8	14,6	20,2	393,6
323*	Каша гречневая рассыпчатая	150/5	3,6	4,8	37,1	183,8
430*	Чай с сахаром	200	0	0	15	60
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,6	0,5	15,8	78,24
<b>Итого за Обед</b>			26,17	24,50	101,10	730,04
<b>Итого за день</b>			28,97	30,4	145	969,4

ООО "СТК"

Приложение №8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

"СОГЛАСОВАНО"  
Директор МБОУ

*Людмила Сергеевна Григорьева*  
*01.05.2022 г.*

"УТВЕРЖДАЮ"

Генеральный директор ООО "СТК"

*Е.Г. Степанова*  
*01.05.2022 г.*

Примерное двухнедельное циклическое сбалансированное меню бюджетного горячего питания для организации питания обучающихся 7-11 лет 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
<b>2-й Завтрак</b>						
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
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>			1,43	1,47	26,36	123,5
<b>Обед</b>						
100*	Суп картофельный с вермишелью	200	2,9	2,1	18	107,27
241/364*	Котлеты рыбные любительские с соусом томатным	80/25	17,5	12,4	27	194
335*	Картофельное пюре	150/5	3,4	8,3	22,4	150,55
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
<b>Итого за Обед</b>			27,00	23,40	128,90	706,06
<b>Итого за день</b>			28,43	24,87	155,26	829,56

ООО "СТК"

Приложение №8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

"СОГЛАСОВАНО"  
Директор МБОУ

*Анна Владимировна Григорьева*

"УТВЕРЖДАЮ"  
Генеральный директор ООО "СТК"



Примерное двухнедельное циклическое сбалансированное меню бюджетного горячего питания для организации питания обучающихся 7-11 лет 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
<b>2-й Завтрак</b>						
430*	Чай с сахаром	200	0	0	15	60
3*	Бутерброд с сыром	30	4,5	4,5	7,4	88
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>			4,5	4,5	22,4	148
<b>Обед</b>						
91*	Рассольник Ленинградский со сметаной	200/5	5,3	4,4	13,6	114,8
275/364*	Котлеты мясо-картофельные по-хлыновски с соусом томатным	80/25	17,3	9,1	17,5	283
331*	Макаронные изделия отварные	150/5	5,6	4,8	36	209,61
394*	Компот 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
<b>Итого за Обед</b>			31,00	19,00	110,80	800,65
<b>Итого за день</b>			35,50	23,50	133,20	948,65

ООО "СТК"

Приложение №8 к СанПиН 2.3/2.4 3590-20

"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 7-11 лет 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
<b>2-й Завтрак</b>						
430*	Чай с повидлом	200	0,3	0,1	11	43
к/к	Кондитерские изделия	30	1,13	1,47	11,16	62,5
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>			1,43	1,57	22,16	105,5
<b>Обед</b>						
99*	Суп картофельный с горохом и гречками	200/20	9,3	8,1	24,9	203,04
312*	Птица, тушеная в сметанном соусе	50/50	13,1	16,5	3,6	215
323*	Каша гречневая рассыпчатая	150/5	3,6	4,8	37,1	183,8
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
<b>Итого за Обед</b>			29,20	30,00	127,10	856,08
<b>Итого за день</b>			30,63	31,57	149,26	961,58