

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор

*МРОУ "Ульяновская СОШ №2"*  
*Роваленко Л. Д.*

Генеральный директор ООО "СТК"

*Степанова Е.Г.*

2022г.

2022г.

Двухнедельное циклическое сбалансированное меню бюджетного горячего питания для организации питания обучающихся от 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Тосненского района, стоимостью 125 руб.

День: Понедельник

Неделя: 1

№ 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>						
433*	Какао с молоком	200	3	2,6	24,8	134,15
к/к	Кондитерские изделия	40	1,5	2	14,9	83,3
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>			4,5	4,6	39,7	217,45
<b>Обед</b>						
95*	Суп из овощей со сметаной на мясном бульоне	250/5	2,6	5,3	22	146
283/364*	Тефтели мясные с соусом молочным	100/50	14,5	12,1	60,5	410
331*	Макаронные изделия отварные	180	6,7	5,8	43,2	251,5
к/к	Напиток каркаде	200	0,04	0	15,22	61
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,6	0,5	15,8	78,24
<b>Итого за Обед</b>			26,44	23,70	156,72	946,74
<b>Итого за день</b>			30,94	28,3	196,42	1164,19

Заведующий производством \_\_\_\_\_

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор

Генеральный директор ООО "СТК"

Степанова Е.Г.

2022г.

2022г.

Двухнедельное цикличное сбалансированное меню бюджетного горячего питания для организации питания обучающихся от 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Тосненского района, стоимостью 125 руб.

День: Вторник

Неделя: 1

№ 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
к/к	Кондитерские изделия	40	1,5	2	14,9	83,3
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>			3	3,3	37,2	190,3
<b>Обед</b>						
91*	Рассольник Ленинградский со сметаной на курином бульоне	250/5	6,6	5,5	17	143,5
312*	Птица отварная	100	7,6	30,6	0	199,1
351*	Рагу овощное (3 вариант)	180	3,1	9,5	18,5	172,1
431*	Чай с сахаром и лимоном	200/5	0,3	0	15,2	61,0
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,6	0,5	15,8	78,24
<b>Итого за Обед</b>			20,20	46,10	66,50	653,94
<b>Итого за день</b>			23,2	49,4	103,7	844,24

Заведующий производством \_\_\_\_\_



СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО "СТК"

Степанова Е.Г.

2022г.

2022г.

Двухнедельное циклическое сбалансированное меню бюджетного горячего питания для организации питания обучающихся от 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Тосненского района, стоимостью 125 руб.

День: Среда

Неделя: 1

№ 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	40	1,5	2	14,9	83,3
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>			1,8	2	30,1	144,3
<b>Обед</b>						
95*	Борщ со свежей капустой, картофелем и со сметаной на мясном бульоне	250/5	3,2	5,6	12,1	112
231*	Рыба, тушеная в томате с овощами	125	10,3	6,9	4,9	123
323*	Рис отварной	180	5,5	8,6	58,2	307,6
408*	Кисель из сока плодово-ягодного	200	0,6	0,5	38,9	163
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,6	0,5	15,8	78,24
<b>Итого за Обед</b>			22,20	22,10	129,90	783,84
<b>Итого за день</b>			24,00	24,10	160,00	928,14

Заведующий производством \_\_\_\_\_

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО "СТК"

Директор

*МКОУ, Ульяновская СОШ №2**Коваленко Л.Р.*

2022г.

Степанова Е.Г.

2022г.

Двухнедельное циклическое сбалансированное меню бюджетного горячего питания для организации питания обучающихся от 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Тосненского района, стоимостью 125 руб.

День: Четверг

Неделя: 1

№ 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>						
433*	Какао с молоком	200	3	2,6	24,8	134,15
к/к	Кондитерские изделия	40	1,5	2	14,9	83,3
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>			4,5	4,6	39,7	217,45
<b>Обед</b>						
99*	Суп картофельный с горохом и гречками на мясном бульоне	250/20	11,6	10,1	31,1	253,8
258*	Жаркое по-домашнему со свининой	250	20,5	46,1	28,5	610,6
436*	Напиток апельсиновый	200	0,1	0	25,7	104,0
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,6	0,5	15,8	78,24
<b>Итого за Обед</b>			34,80	56,70	101,10	1046,64
<b>Итого за день</b>			39,3	61,3	140,8	1264,09

Заведующий производством \_\_\_\_\_

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО "СТК"



Директор

*Директор ДКОУ "Ульяновская ООШ №2"*  
*Коваленко Л.Д.*

2022г.

*Е.Г. Степанова*

Степанова Е.Г.

2022г.

Двухнедельное циклическое сбалансированное меню бюджетного горячего питания для организации питания обучающихся от 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Тосненского района, стоимостью 125 руб.

День: Пятница

Неделя: 1

№ 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	40	1,5	2	14,9	83,3
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>			1,5	2	29,9	143,3
<b>Обед</b>						
84*	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной на мясном бульоне	250/5	2,3	5,3	10,1	97,4
314/366*	Котлеты рубленые из птицы с соусом молочным	100/50	18,5	18,3	25	492
323*	Каша гречневая рассыпчатая	180	4,3	6	44,5	229,8
402*	Компот из сухофруктов	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>			28,30	30,20	141,10	1073,44
<b>Итого за день</b>			29,80	32,20	171,00	1216,74

Заведующий производством \_\_\_\_\_



СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО "СТК"

Директор

МКОУ "Ульяновская СОШ №2"

/ Ковалева Л.Р.

2022г.

Степанова Е.Г.

2022г.

Двухнедельное циклическое сбалансированное меню бюджетного горячего питания для организации питания обучающихся от 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Тосненского района, стоимостью 125 руб.

День: Суббота

Неделя: 1

№ реп.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
1	2	3	5	6	7	8
<b>2-й Завтрак</b>						
к/к	Напиток каркаде	200	0,04	0	15,22	61
к/к	Кондитерские изделия	40	1,5	2	14,9	83,3
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>			1,54	2	30,12	144,3
<b>Обед</b>						
92*	Суп картофельный с рыбой	250/20	10,6	2,9	20,1	148,8
257*	Печень по-строгановски	75/50	20,9	14	10,2	250,7
335*	Картофельное пюре	180	4,1	9,9	26,9	180,7
431*	Чай с сахаром и лимоном	200/5	0,3	0	15,2	61,0
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,6	0,5	15,8	78,24
<b>Итого за Обед</b>			38,50	27,30	88,20	719,44
<b>Итого за день</b>			40,04	29,3	118,32	863,74

Заведующий производством \_\_\_\_\_

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО "СТК"

Директор

*МКУ Ульновская ООШ №2**Коваленко Л.Р.*

2022г.

Степанова Е.Г.

2022г.

Двухнедельное циклическое сбалансированное меню бюджетного горячего питания для организации питания обучающихся от 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Тосненского района, стоимостью 125 руб.

День: Понедельник

Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
1	2	3	5	6	7	8
<b>2-й Завтрак</b>						
433*	Какао с молоком	200	3	2,6	24,8	134,15
к/к	Кондитерские изделия	40	1,5	2	14,9	83,3
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>			4,5	4,6	39,7	217,45
<b>Обед</b>						
100*	Суп картофельный с вермишелью на мясном бульоне	250	3,6	2,6	22,5	134,1
211*	Плов из птицы	250	25,5	28,8	46,9	535
к/к	Напиток каркаде	200	0,04	0	15,22	61
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,6	0,5	15,8	78,24
<b>Итого за Обед</b>			31,74	31,90	100,42	808,34
<b>Итого за день</b>			36,24	36,5	140,12	1025,79

Заведующий производством \_\_\_\_\_

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО "СТК"

Директор

Степанова Е.Г.

2022г.

2022г.

Двухнедельное циклическое сбалансированное меню бюджетного горячего питания для организации питания обучающихся от 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Тосненского района, 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
к/к	Кондитерские изделия	40	1,5	2	14,9	83,3
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>			3	3,3	37,2	190,3
<b>Обед</b>						
95*	Борщ со свежей капустой, картофелем и со сметаной на мясном бульоне	250/5	3,2	5,6	12,1	112
259*	Гуляш из свинины	75/50	18,5	44,1	4,6	486,3
331*	Макаронные изделия отварные	180	6,7	5,8	43,2	251,5
438*	Напиток яблочный	200	0,3	0,7	24	104
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,6	0,5	15,8	78,24
<b>Итого за Обед</b>			31,30	56,70	99,70	1032,04
<b>Итого за день</b>			34,3	60	136,9	1222,34

Заведующий производством \_\_\_\_\_



СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор

МКОУ "Ульяновская СОШ №2"

Генеральный директор ООО "СТК"

Коваленко Л.Д.

Степанова Е.Г.

2022г.

2022г.

Двухнедельное цикличное сбалансированное меню бюджетного горячего питания для организации питания обучающихся от 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Тосненского района, 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>						
11,22**	Чай с молоком и сахаром	200/15	1,5	1,7	17,4	91,2
к/к	Кондитерские изделия	40	1,5	2	14,9	83,3
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>			3	3,7	32,3	174,5
<b>Обед</b>						
99*	Суп картофельный с фасолью со сметаной на мясном бульоне	250/5	5,5	6,4	18,6	153,9
241/364*	Котлеты рыбные любительские с соусом томатным	100/50	17,5	12,4	27	194
325*	Рис отварной	180	5,5	8,6	58,2	307,6
408*	Кисель из сока плодово-ягодного	200	0,6	0,5	38,9	163
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,6	0,5	15,8	78,24
<b>Итого за Обед</b>			31,70	28,40	158,50	896,74
<b>Итого за день</b>			34,70	32,10	190,80	1071,24

Заведующий производством \_\_\_\_\_

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор

*М.Ю.У. Умиевская* *ООО "СТК"*

Генеральный директор ООО "СТК"

*Степанова Е.Г.*

2022г.

2022г.

Двухнедельное цикличное сбалансированное меню бюджетного горячего питания для организации питания обучающихся от 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Тосненского района, стоимостью 125 руб.

День: Четверг

Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
1	2	3	5	6	7	8
<b>2-й Завтрак</b>						
433*	Какао с молоком	200	3	2,6	24,8	134,15
к/к	Кондитерские изделия	40	1,5	2	14,9	83,3
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>			4,5	4,6	39,7	217,45
<b>Обед</b>						
91*	Рассольник Ленинградский со сметаной на курином бульоне	250/5	6,6	5,5	17	143,5
275/364*	Рагу из птицы	250	21,6	11,4	21,9	353,8
402*	Компот из сухофруктов	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>			31,40	17,50	100,40	751,54
<b>Итого за день</b>			35,90	22,10	140,10	968,99

Заведующий производством \_\_\_\_\_

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор

МКОУ "Ульяновская ООШ №2"

Генеральный директор ООО "СТК"

Степанова Е.Г.

2022г.

2022г.

Двухнедельное циклическое сбалансированное меню бюджетного горячего питания для организации питания обучающихся от 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Тосненского района, 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>						
к/к	Напиток каркаде	200	0,04	0	15,22	61
к/к	Кондитерские изделия	40	1,5	2	14,9	83,3
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>			1,54	2	30,12	144,3
<b>Обед</b>						
99*	Суп картофельный с горохом и гречками на мясном бульоне	250/20	11,6	10,1	31,1	253,8
273/366*	Котлеты особые мясные с соусом молочным	100/50	27,3	36,3	11,6	445
323*	Каша гречневая рассыпчатая	180	4,3	6	44,5	229,8
436*	Напиток лимонный	200	0,1	0	24,3	97,5
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,6	0,5	15,8	78,24
<b>Итого за Обед</b>			45,90	52,90	127,30	1104,34
<b>Итого за день</b>			47,44	54,90	157,42	1248,64

Заведующий производством \_\_\_\_\_



СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор

*М.Ю. Ч., Ульяновская ООШ № 2*  
*И.И. Коваленко Л.Д.*

Генеральный директор ООО "СТК"

*Е.Г. Степанова*  
Степанова Е.Г.

2022г.

2022г.

Двухнедельное цикличное сбалансированное меню бюджетного горячего питания  
для организации питания обучающихся от 12 лет и старше в муниципальных образовательных  
учреждениях Тосненского района, стоимостью 125 руб.

День: Суббота  
Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность
			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	40	1,5	2	14,9	83,3
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>			1,5	2	29,9	143,3
<b>Обед</b>						
84*	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной на мясном бульоне	250/5	2,3	5,3	10,1	97,4
266*	Плов по-узбекски со свининой	250	14,4	38,4	48,5	597,3
438*	Напиток из свежих фруктов	200	0,3	0,7	24	104
к/к	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,6	0,5	15,8	78,24
<b>Итого за Обед</b>			19,60	44,90	98,40	876,94
<b>Итого за день</b>			21,10	46,90	128,30	1020,24
<b>Итого за 12 дней</b>			396,96	477,10	1783,88	12838,38
<b>Итого среднее за день</b>			33,1	39,8	148,7	1069,9

Заведующий производством \_\_\_\_\_