

УТВЕРЖДЕНО

Директор МКОУ «Ульяновская ООШ №2»

2025 г. Л. Д. Коваленно  
(Ф.И.О.)



УТВЕРЖДАЮ

Генеральным директором ООО «СТК»

Для Степанова Е.Г.  
документов 1 2025 г.



Двухнедельное вариативное циклическое сбалансированное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов для организации питания обучающихся от 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Тосненского района.

День: Понедельник  
Неделя: 1

Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
<b>2-й Завтрак</b>						
Чай с сахаром	200	0	0	15	60	430
Печенье в ассортименте	40	5	4,15	16,7	110,6	к/к
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>	<b>240</b>	<b>5</b>	<b>4,15</b>	<b>31,66</b>	<b>170,6</b>	
<b>Обед</b>						
Суп из овощей со сметаной на мясном бульоне	255	3,6	5,3	12,1	146	95
*Бульон куриный с гренками	250/15/15	11,82	9,46	22,52	213,55	АКП**
Тефтели (1й вариант), соус сметанный	120	16,4	16,1	20,3	199,4	283/371
Доп. гарнир: Огурец соленый	20	0,2	0	0,3	2,6	к/к
Макаронные изделия отварные	180	6,7	5,8	43,2	251,5	331
Компот из свежих яблок	200	0,2	0,2	27,9	111,1	394
*Чай с сахаром	200	0	0	15	60	430
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	2,6	0,5	15,8	78,2	к/к
<b>Итого за Обед</b>	<b>815</b>	<b>29,7</b>	<b>27,9</b>	<b>119,6</b>	<b>788,9</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>34,7</b>	<b>32,1</b>	<b>151,3</b>	<b>959,5</b>	

Заведующий производством \_\_\_\_\_



СОГЛАСОВАНО  
Директор

Директор

МКОУ «Ульяновская ООШ №2»

2025 г.

Л. Д. Новаленно  
(Ф.И.О.)



УТВЕРЖДАЮ  
Генеральный директор ООО «СТК»  
Степанова Е.Г.  
2025 г.

Двухнедельное вариативное цикличное сбалансированное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов для организации питания обучающихся от 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Тосненского района.

День: Вторник

Неделя: 1

Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
<b>2-й Завтрак</b>						
Чай с сахаром	200	0	0	15	60	430
Вафли в ассортименте	40	1,3	2	27,3	114	к/к
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>	<b>240</b>	<b>1,3</b>	<b>2</b>	<b>42,3</b>	<b>174</b>	
<b>Обед</b>						
Рассольник Ленинградский со сметаной на курином	255	5,3	7,2	21,4	167	91
*Бульон куриный с гренками	250/15/15	11,82	9,46	22,52	213,55	АКП**
Доп. гарнир: Икра свекольная	20	0,8	1,6	2	26,0	56
Птица, тушеная в соусе с овощами	280	16,9	18,2	49,2	408,3	308
Компот из сухофруктов	200	0,6	0,1	31,7	146	402
*Чай с сахаром	200	0	0	15	60	430
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	60	3,9	0,7	23,7	117,4	к/к
<b>Итого за Обед</b>	<b>815</b>	<b>27,5</b>	<b>27,8</b>	<b>128</b>	<b>864,7</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>28,8</b>	<b>29,8</b>	<b>170,3</b>	<b>1038,7</b>	

Заведующий производством \_\_\_\_\_

ДЮЖИТАСОВАНО

Директор МКОУ «Ульяновская ООШ №2»

2025 г. Л. Д. Новаленко  
(Ф.И.О.)

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО "СТК"

Стананова Е.Г.

2025 г.

Двухнедельное вариативное цикличное сбалансированное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов для организации питания обучающихся от 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Тосненского района.

День: Среда

Неделя: 1

Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
<b>2-й Завтрак</b>						
Чай с сахаром	200	0	0	15	60	430
Пряник	40	1,1	2,2	18,4	137,6	к/к
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>	<b>240</b>	<b>1,1</b>	<b>2,16</b>	<b>33,4</b>	<b>197,6</b>	
<b>Обед</b>						
Борщ со свежей капустой, картофелем и со сметаной	255	5,6	10,6	3,7	148,4	76
*Бульон куриный с гренками	250/15/15	11,82	9,46	22,52	213,55	АКП**
Рыба, тушенная в томате с овощами	120	15,3	8,5	5,1	152,6	231
Доп. гарнир: Горошек консервированный	20	0,6	0,1	1,4	10,0	к/к
Рис отварной	180	5,5	8,6	58,2	307,6	325
Кисель из сока плодового или ягодного натурального	200	0,6	0,5	32,9	163	408
*Чай с сахаром	200	0	0	15	60	430
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	2,6	0,5	15,8	78,2	к/к
<b>Итого за Обед</b>	<b>815</b>	<b>30,2</b>	<b>28,8</b>	<b>117,1</b>	<b>859,9</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>31,3</b>	<b>31,0</b>	<b>150,5</b>	<b>1057,5</b>	

Заведующий производством \_\_\_\_\_

СОГЛАСОВАНО

Директор \_\_\_\_\_ Директор

МКОУ «Ульяновская ООШ №2»

2025 г.

Л. Д. Коваленко

Двухнедельное вариативное (циклическое) сбалансированное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов для организации питания обучающихся от 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Тосненского района.

УТВЕРЖДАЮ  
Генеральный директор ООО «СТК»  
\_\_\_\_\_ Степанова Е.Г.  
Для \_\_\_\_\_ документов  
\_\_\_\_\_ 2025 г.



День: Четверг  
Неделя: 1

Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
<b>2-й Завтрак</b>						
Чай с сахаром	200	0	0	15	60	430
Печенье в ассортименте	40	5	4,1	16,7	110,6	к/к
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>	<b>240</b>	<b>5</b>	<b>4,1</b>	<b>31,66</b>	<b>170,6</b>	
<b>Обед</b>						
Суп картофельный с горохом и гречками на мясном	270	8,9	6,2	22,8	199,6	99/73
*Бульон куриный с гречками	250/15/15	11,82	9,46	22,52	213,55	АКП**
Доп. гарнир: Салат из кв. капусты с маслом	20	0,3	1	1,5	16,6	40
Жаркое по-домашнему со свиной	280	16,8	25,1	46,1	496,2	258
Напиток апельсиновый	200	0,2	0	25,7	104,0	436
*Чай с сахаром	200	0	0	15	60	430
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	2,6	0,5	15,8	78,24	к/к
<b>Итого за Обед</b>	<b>810</b>	<b>28,8</b>	<b>32,8</b>	<b>111,9</b>	<b>894,6</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>33,8</b>	<b>36,9</b>	<b>143,6</b>	<b>1065,2</b>	

Заведующий производством \_\_\_\_\_

СОГЛАСОВАНО

Директор

Директор

МКОУ «Ульяновская ООШ №2»

2025 г.

Л. Д. Новаленно  
(Ф.И.О.)

Двухнедельное вариативное циклическое сбалансированное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов для организации питания обучающихся от 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Тосненского района.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО «СТК»

Степанова Е.Г.

2025 г.



День: Пятница

Неделя: 1

Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
<b>2-й Завтрак</b>						
Чай с сахаром	200	0	0	15	60	430
Вафля в ассортименте	40	1,3	2	24,3	114	к/к
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>	<b>240</b>	<b>1,3</b>	<b>2</b>	<b>39,3</b>	<b>174</b>	
<b>Обед</b>						
Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной на	255	6,3	5,3	7,1	96,5	84
*Бульон куриный с гречками	250/15/15	11,82	9,46	22,52	213,55	АКП**
Котлеты рубленые из птицы с соусом молочным	120	16,5	14,6	17,8	303,6	314/366
Доп.гарнир: Икра морковная	20	0,8	1,6	1,5	23,6	56
Каша гречневая рассыпчатая	180	4,3	6	44,5	229,8	323
Компот из сухофруктов	200	0,6	0,1	31,7	146	402
*Чай с сахаром	200	0	0	15	60	430
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый	40	2,6	0,5	15,8	78,2	к/к
<b>Итого за Обед</b>	<b>815</b>	<b>31,1</b>	<b>28,1</b>	<b>118,4</b>	<b>877,74</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>32,4</b>	<b>30,1</b>	<b>157,7</b>	<b>1051,7</b>	

Заведующий производством \_\_\_\_\_

СОГЛАСОВАНО  
Директор

Директор  
МКОУ «Ульяновская ООШ №2»

2025 г.

Л. Д. Новаленю  
(Ф.И.О.)

Двухнедельное вариативное циклическое сбалансированное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов для организации питания обучающихся от 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Госненского района.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО «СТК»  
Степанова Е.Г.  
2025 г.

День: Понедельник

Неделя: 2

Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ ред.
		Б	Ж	У		
<b>2-й Завтрак</b>						
Чай с сахаром	200	0	0	15	60	430
Печенье в ассортименте	40	0,1	4,2	16,7	110,6	к/к
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>	<b>240</b>	<b>0,1</b>	<b>4,15</b>	<b>31,66</b>	<b>170,6</b>	
<b>Обед</b>						
Суп картофельный с вермишелью на курином	250	4,2	2,9	12,9	134,1	100
*Бульон куриный с гречками	250/15/15	11,82	9,46	22,52	213,55	АКП**
Доп.гарнир: Салат из кв.капусты с маслом	20	0,3	1	1,5	16,6	40
Плов из птицы (филе)	280	21,8	25,6	50,3	538,9	311
Компот из свежих яблок	200	0,2	0,2	27,9	111,1	394
*Чай с сахаром	200	0	0	15	60	430
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	50	3,3	0,6	19,8	97,8	к/к
<b>Итого за Обед</b>	<b>800</b>	<b>29,8</b>	<b>30,3</b>	<b>112,4</b>	<b>898,5</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>29,9</b>	<b>34,5</b>	<b>144,0</b>	<b>1069,1</b>	

Заведующий производством \_\_\_\_\_

СОГЛАСОВАНО

Директор \_\_\_\_\_  
Директор

МБОУ «Ульяновская ООШ №2»

2025 г.

П. Л. Коваленко  
(Ф.И.О.)

Двухдневное вариативное циклическое сбалансированное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов для организации питания обучающихся от 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Госненского района.



УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО "СТК"

Степанова Е.Г.

2025 г.

День: Вторник

Неделя: 2

Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
<b>2-й Завтрак</b>						
Чай с сахаром	200	0	0	15	60	430
Вафли в ассортименте	40	1,3	2	27,3	114	к/к
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>	<b>240</b>	<b>1,3</b>	<b>2</b>	<b>42,3</b>	<b>174</b>	
<b>Обед</b>						
Борщ со свежей капустой, картофелем и со сметаной	255	5,6	10,6	8,7	148,4	76
*Бульон куриный с гречками	250/15/15	11,82	9,46	22,52	213,55	АКП**
Гуляш из мяса (свинина)	100	11,8	12,6	29,8	245,3	259
Доп. гарнир: Огурец свежий	20	0,2	0	0,3	2,6	к/к
Макаронные изделия отварные	180	6,7	5,8	43,2	251,5	331
Напиток апельсиновый	200	0,2	0	25,7	104,0	436
*Чай с сахаром	200	0	0	15	60	430
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	50	3,3	0,6	19,8	97,8	к/к
<b>Итого за Обед</b>	<b>805</b>	<b>27,8</b>	<b>39,1</b>	<b>165,0</b>	<b>1123,15</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>29,1</b>	<b>41,1</b>	<b>207,3</b>	<b>1297,2</b>	

Заведующий производством \_\_\_\_\_

СОГЛАСОВАНО

Директор \_\_\_\_\_ Директор \_\_\_\_\_

МКОУ «Ульяновская ООШ №2»

2025 г.

Л. Д. Коваленко

Двухнедельное вариативное циклическое сбалансированное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов для организации питания обучающихся от 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Тосненского района.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО «СТК»

Степанов Е.Г.

2025 г.

День: Среда

Неделя: 2

Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
<b>2-й Завтрак</b>						
Чай с сахаром	200	0	0	15	60	430
Пряник	40	1,1	2,2	18,4	137,6	к/к
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>	<b>240</b>	<b>1,1</b>	<b>2,16</b>	<b>33,4</b>	<b>197,6</b>	
<b>Обед</b>						
Щи из квашеной капусты с картофелем и сметаной	255	3,4	10,4	9,2	116,9	88
*Бульон куриный с гренками	250/15/15	11,82	9,46	22,52	213,55	АКП**
Котлеты рыбные любительские с соусом томатным	120	15,2	7,4	6,7	144,8	241/364
Доп. гарнир: Икра свекольная	20	0,8	1,6	2	26,0	56
Рис отварной	180	5,5	8,6	58,2	307,6	325
Кисель из сока плодового или ягодного натурального	200	0,6	0,5	32,9	163	408
*Чай с сахаром	200	0	0	15	60	430
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	2,6	0,5	15,8	78,2	к/к
<b>Итого за Обед</b>	<b>815</b>	<b>28,1</b>	<b>29,0</b>	<b>124,8</b>	<b>836,5</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>29,2</b>	<b>31,2</b>	<b>158,2</b>	<b>1034,1</b>	

Заведующий производством \_\_\_\_\_



СОГЛАСОВАНО  
Директор

Директор \_\_\_\_\_

МКОУ «Ульяновская ООШ №2»

2025 г.

Л. Д. Новаленко  
(Ф.И.О.)

УТВЕРЖАЮ

Генеральный директор ООО "СТК"  
Степанова Е.Г.

2025 г.

Двухнедельное вариативное циклическое сбалансированное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов для организации питания обучающихся от 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Госненского района.

День: Четверг  
Неделя: 2

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
<b>2-й Завтрак</b>						
Чай с сахаром	200	0	0	15	60	430
Печенье в ассортименте	40	5	4,15	16,66	110,6	к/к
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>	<b>240</b>	<b>5</b>	<b>4,15</b>	<b>31,66</b>	<b>170,6</b>	
<b>Обед</b>						
Рассольник Ленинградский со сметаной на курином	255	5,3	7,2	21,4	167	91
*Бульон куриный с гречками	250/15/15	11,82	9,46	22,52	213,55	АКП**
Доп. гарнир: Горошек консервированный	20	0,6	0,1	1,4	10,0	к/к
Рагу из птицы	280	18,6	19,4	24,4	396,3	309
Компот из сушеных плодов и ягод	200	0,6	0,1	45,7	176	402
*Чай с сахаром	200	0	0	15	60	430
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	50	3,3	0,6	19,8	97,8	к/к
<b>Итого за Обед</b>	<b>805</b>	<b>28,4</b>	<b>27,4</b>	<b>112,7</b>	<b>847,1</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>33,4</b>	<b>31,6</b>	<b>144,3</b>	<b>1017,7</b>	

Заведующий производством \_\_\_\_\_

СОГЛАСОВАНО

Директор

Директор

МНОУ «Ульяновская ООШ №2»

2025 г.

Л. Д. Коваленко

Двухнедельное вариативное циклическое сбалансированное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов для организации питания обучающихся от 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Тосненского района.



День: Пятница  
Неделя: 2

Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
<b>2-й Завтрак</b>						
Чай с сахаром	200	0	0	15	60	430
Вафли в ассортименте	40	1,3	2	27,3	114	к/к
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>	<b>240</b>	<b>1,3</b>	<b>2</b>	<b>42,3</b>	<b>174</b>	
<b>Обед</b>						
Суп картофельный с горохом и гречками на мясном	270	8,9	6,2	22,8	199,6	99/73
*Бульон куриный с гречками	250/15/15	11,82	9,46	22,52	213,55	АКП**
Доп. гарнир: Огурец соленый	20	0,2	0	0,3	2,6	к/к
Голубцы ленивые (свинина)	280	18,1	21,2	51,8	471	306
Напиток лимонный	200	0,1	0	24,3	97,5	436
*Чай с сахаром	200	0	0	15	60	430
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	2,6	0,5	15,8	78,2	к/к
<b>Итого за Обед</b>	<b>810</b>	<b>29,9</b>	<b>27,9</b>	<b>115,0</b>	<b>848,9</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>31,2</b>	<b>29,9</b>	<b>157,3</b>	<b>1022,9</b>	

Заведующий производством \_\_\_\_\_