



Директор

Светлана Сергеевна

Десятидневное инвентарное (взвешивание) снабженное меню бюджетного питания горячих завтраков и обедов для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Веселовского района, стоимостью 164,00 руб., в том числе: молоко 16,00 руб.

Дата: 1 Повешение

Семь: Водяной 7-11



Член ИДП

«Здоровое питание»

ИНН 4700053016

ОБЛАСТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

«Здоровое питание»

ИНН 4700053016

ОБЛАСТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

«Здоровое питание»

ИНН 4700053016

ОБЛАСТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

«Здоровое питание»

ИНН 4700053016

ОБЛАСТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

«Здоровое питание»

ИНН 4700053016

ОБЛАСТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

«Здоровое питание»

ИНН 4700053016

ОБЛАСТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

«Здоровое питание»

ИНН 4700053016

ОБЛАСТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

«Здоровое питание»

ИНН 4700053016

ОБЛАСТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

«Здоровое питание»

ИНН 4700053016

ОБЛАСТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

«Здоровое питание»

ИНН 4700053016

ОБЛАСТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

«Здоровое питание»

ИНН 4700053016

ОБЛАСТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

«Здоровое питание»

ИНН 4700053016

ОБЛАСТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

«Здоровое питание»

ИНН 4700053016

ОБЛАСТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

«Здоровое питание»

ИНН 4700053016

ОБЛАСТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

Год	№ рецепта	Продукты питания	Масса порции	Пищевые вещества (г)							Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)					
				Б	Ж	У	8	В1	С	А		Е	Ca	Р	Mg	Fe							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16								

Завтрак

2008/	189/05	Каша пшеничная молочная с соусом ягодным (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
АКТ*	к/к	Молоко питьевое	200	5,3	5	9,6	108	0,08	2,6	0,04	0	240	180	28	0,2
	к/к	Биттон обогащенный микроэлементами	70	5,6	2,43	37,1	196	0,84	0	0	0	13,3	9,1	45,5	0,7
Итого за завтрак			500	19,25	19,5	79,5	587,5	1,06	3,9	0,09	0,8	404,1	382,2	111,8	3,5

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 горошком и грибами	200/10	7,22	3,2	20,86	149,8	0,15	4,80	0,2	0,54	43,00	121,20	32,40	1,72
АКТ*	336/03	Бульон куриный с гречками	200/10/10	9,5	7,6	18,1	171,6	0,00	0,40	0,0	0,00	3,00	0,00	4,00	0,20
АКТ*	78	Мясоед тушеное (свинина)	90	9,81	14,4	18,04	211	0,2	0,75	0,17	0,82	19,1	68,6	12,93	0,7
2008	323	Каша гречневая рассыпчатая	150	3,6	4,6	37,7	212	0,03	0	0,03	0,3	11	78	26	0,6
2008	436	Напиток лимонный	200	0,2	0	6,4	68	0,01	6,4	0	0	6,88	3,32	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 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
Итого за Обед			740	23,51	25,75	100,50	764,30	0,52	16,76	2,32	3,16	111,42	330,02	135,94	4,99
Итого за день				42,76	45,28	180	1351,8	1,578	20,66	2,41	3,96	515,52	712,22	247,74	8,49

**Десятидневное цикличное (вариативное) сбалансированное меню бюджетного питания горячих завтраков и обедов
для организации питания обучающихся 7-11 в муниципальных образовательных учреждениях Великолукского района,
стоимостью 164,00 руб., в том числе: молоко 16,00 руб.**

День: 2 Вторник

Семь: 7-11

Год кв.б/к	№-рек.	Продукт вида, наименование Бюджет	Масса порции	Пшеничные вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витаминные (мг)							
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
1	2		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16

Завтрак															
2008	192	Запеканка рисовая со ступищенским молоком	220/10	7,45	12,2	31,6	269,5	0,65	0	0,09	1,3	14,50	92	23,84	1,6
	н/к	Молоко пшеничное	200	5,3	5	9,6	108	0,08	2,6	0,04	0	240	180	28	0,2
	н/к	Батон обогащенный микроэлементами	70	5,6	2,43	37,1	196	0,34	0	0	0	13,3	9,1	45,5	0,7
Итого за завтрак			500	18,35	19,88	78,3	573,5	0,97	2,6	0,13	1,3	267,8	281,1	99,34	2,5

Обед (ПЕРВОЕ ЕДЛОЮ 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	Расолылик "Ленинградский" со сметаной	200/5	2,4	4,64	13,2	106,4	0,07	6,4	0,17	0,16	27,2	63,2	21,6	0,8
АКТ*	336/04	Бульон куриный с зеленью	200/10/2	4,3	1,1	1,1	92	0,00	0,18	0,0	0,00	2,00	0,00	3,00	0,10
2008	314	Шницель рубленый из птицы	90	10,72	12,1	17,8	213,58	0,09	14,4	0,12	3,24	73,8	147,6	34,2	1,8
2008	331	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150	5,5	4,8	36,5	196	0,06	0	0,03	0,8	11	36	7	0,8
2007	123	Компот из свежесморожаных 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
	н/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
Итого за Обед			735	23,47	27,45	102,02	705,82	0,31	62,99	0,33	7,17	146,16	292,70	107,51	5,90
Итого за день.				41,82	47,03	180,27	1279,32	1,276	65,59	0,46	8,47	413,96	573,8	206,85	8,40

Десятидневное меню (вариативное) сбалансированное меню бюджетного питания горячих завтраков и обедов для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 164,00 руб., в том числе: молоко 16,00 руб.

Дата: 3 Среда
Итого: 7-11
Средн: 7-11
Всего: 7-11

Год	№ рецепта	Продукты питания, наименование бренда	Масса порции	Пищевые вещества (г)					Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)				
				Б	Ж	У	В1	С		А	Е	Са	Р	Мg	Fe						
1	2		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16						
Завтрак																					
2008/	184/05	Каша овсяная "Терра" 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	220,12	70	2,6						
АКП*																					
	к/к	Молоко питьевое	200	5,3	5	9,6	108	0,08	2,6	0,04	0	240	180	28	0,2						
	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						
Итого за завтрак			500	19,25	19,43	77,2	555,0	1,09	15,82	0,09	0,26	397,3	419,22	143,5	3,5						
Обед (ПЕРВОЕ ЕЩЕДО И НАПИТОК НА ВЫБОР)																					
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	200/5	3,56	4,88	17,5	160	0,2	9,5	19,5	1,7	10,3	144	27	0,8						
АКП*	336/04	Булочка курабийная с заливкой	200/10/2	4,3	1,1	1,1	92	0,00	0,18	0,0	0,00	2,00	0,00	3,00	0,10						
2008	265	Плов (говядина)	240	19	16,4	45	401	0,036	0	0,06	2,16	9,96	153,6	20,04	2,04						
2008	402	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,1	25,7	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 ржанко-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						
Итого за обед			735	25,65	27,18	103,44	821,60	0,35	20,30	19,63	7,97	61,06	343,70	98,74	5,28						
Итого за день				44,90	46,61	180,64	1370,60	1,44	36,12	19,72	8,23	458,36	762,92	242,24	8,78						

Десятидневное циклическое (вариативное) сбалансированное меню бюджетного питания горячих завтраков и обедов для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Великолукского района.

Дни: 4 Четверг
Неделя: 1

Семь:
Вторник 7-11

Год плат.обороте д	Месяц	Продукт	Масса порции	Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)	Витаминизация (мг)						Макроэлементы (мг)					
				Б	Ж	У	В1	С	А		Е	Са	Р	Мg	Fe							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16							
Завтрак																						
2008	187	Каша "Нитария" (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							
	к/к	Молоко питьевое	200	5,3	5	9,6	108	0,08	2,6	0,04	0	240	180	28	0,2							
	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							
Итого за завтрак				500	19	19,67	73,15	575,3	1,09	15,82	0,09	0,26	397,3	419,22	143,5	3,5						

Обед (ПЕРВОЕ БЛЮДО И НАПИТОК НА ВЫБОР)

2011	70/2	Огурец соевый (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 сладким перцем	200	4,6	4,8	16,18	147,9	0,1	9	0,16	0,26	23,7	103,01	29,4	1,5
АКП*	336/03	Булочка курабий с гренами	200/10/10	9,5	7,6	18,1	171,6	0,00	0,40	0,0	0,00	3,00	0,00	4,00	0,20
АКП*	21	Рыба, запеченная по-онежски	90	15,9	16,8	23,8	280	0,05	3,1	0,02	2,5	27	86,3	12	0,5
2008	335	Картофельное пюре	150	3,1	5,4	20,3	174	0,14	5	0,04	0,2	47	85	29	1,1
АКП*	29/04	Компот из свежемороженых ягод (ягодное 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 ржанко-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
Итого за Обед			730	26,23	27,36	100,50	780,70	0,23	29,78	0,18	3,53	82,88	200,01	83,82	2,44
Итого за день				45,23	47,03	173,65	1356	1,32	45,6	0,27	3,79	480,18	619,23	227,32	5,94

**Десятидневное пищевое (вариантное) сбалансированное меню бюджетного питания горячих завтраков и обеда
для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района,
стоимостью 164,00 руб., в том числе: молоко 16,00 руб.**

Дата: 5.11.2014
Исчисл: 5.11.2014

Счет:

Вопрос: 7-11

Год	Материал	Пример пищевого назначения блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)							Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)				
				Б	Ж	У	8	В1	С	А		Е	Ca	Р	Mg	Fg							
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16								
Завтрак																							
2008/	184/06	Каша гречневая молочная с ягодным соусом (клубника)	200/30	8,4	11,8	24,6	263,2	0,18	1,3	0,05	0,52	128,30	234	112,4	4								
АКП*	к/к	Молоко питьевое	200	5,3	5	9,6	108	0,08	2,6	0,04	0	240	180	28	0,2								
	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								
Итого за Завтрак				500	19,25	19,23	71,3	567,2	1,1	3,9	0,09	0,52	381,6	423,1	185,9	4,9							

Обед (ПЕРВОЕ БЛЮДО И НАПИТОК НА ВЫБОР)

2008/	74/	Салат из белокочанной капусты и маслом растительным (до 28.02/)	60	0,96	3,06	4,14	48	0,018	23,4	0,02	1,44	31,2	16,2	9	0,4
2011	71	Овощи порционно (суперс еженд) (с.01.03)	(40)												
2008	116(01)/73	Суп-пюре из тыквы с грибами	200/10	3,03	2,5	22	127,3	0,03	4,20	0,1	0,18	51,00	41,10	12,00	0,70
АКП*	336/04	Булочка крупный с зеленью	200/10/2	4,3	1,1	1,1	92	0,00	0,18	0,0	0,00	2,00	0,00	3,00	0,10
АКП*/	336/04/364	Выпечка (свинина) в соусе томатном	90/40	12	13,5	16,4	212	0	3,3	0	4	9,6	21,5	6	0,4
2008	331	Макроронные изделия отварные с маслом сливочным	150	5,5	4,8	36,5	196	0,06	0	0,03	0,8	11	36	7	0,8
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
Итого за Обед			780/760	23,84	24,36	116,34	749,30	0,18	140,90	0,12	7,99	122,20	122,50	64,10	4,10
Итого за день				43,09	43,59	187,64	1316,50	1,28	144,80	0,21	7,61	503,80	545,60	250,00	9,00

**Десятидневное пищевое (вариабельное) сбалансированное меню бюджетного питания горячих завтраков и обедов
для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района,
стоимостью 164,00 руб., в том числе: молоко 16,00 руб.**

Дата: 6 Июля 2011
Итого: 2

Сезон:
Весна: 7-11

Год	Месяц	Пример пищи, наименование блюд	Месяц порции	Пищевая ценность (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витаминизация (мг)									
				Б	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/	189/05	Каша пшеничная молочная с соусом ягодам	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		
АКП*	к/к	Молоко питьевое	200	5,3	5	9,6	108	0,08	2,6	0,04	0	240	180	28	0,2		
	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		
Итого за завтрак				500	19,25	19,53	79,5	587,5	1,06	3,9	0,09	0,8	404,1	382,2	111,8	3,5	

Обед (ПЕРВОЕ БЛЮДО И НАПИТОК НА ВЫБОР)

АКП*	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 гречками	200/10	7,22	3,2	20,86	149,8	0,15	4,80	0,2	0,54	43,00	121,20	32,40	1,72	
АКП*	336/03	Бульон куриный с гречками	200/10/10	9,5	7,6	18,1	171,6	0,00	0,40	0,0	0,00	3,00	0,00	4,00	0,20	
2015	260	Гуляш из свинины	90	10,9	13,39	23,74	211,5	0,2	0,75	0,17	0,82	19,1	68,6	12,93	0,7	
2008	325	Рис отварной	150	3,7	6,3	32	203,0	0,02	0	0,05	0,3	3	61	19	0,6	
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 ржанко-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	
Итого за Обед				740	24,70	26,44	100,50	755,80	0,51	16,76	2,34	3,16	103,42	213,02	128,94	4,99
Итого за день					43,95	45,97	180	1343,3	1,568	20,66	2,43	3,96	507,52	695,22	240,74	8,49

Десятидневное инвентарное (паритетное) сбалансированное меню бюджетного питания горячих завтраков и обедов для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 164,00 руб., в том числе: молоко 16,00 руб.

Семь: Итого: 7 Вспоме Итого: 7-11 Вспоме Итого: 7-11

Год и полугодие	№ п/п	Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевое вещество (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин (мг)								Минеральное вещество (мг)		
				Б	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	192	Запеканка рисовая со ступченными 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			
	к/к	Молоко питьевое	200	5,3	5	9,6	108	0,08	2,6	0,04	0	240	180	28	0,2			
	к/к	Биттон обогащенный микроэлементами	70	5,6	2,43	37,1	196	0,84	0	0	0	13,3	9,1	45,5	0,7			
Итого за завтрак			500	18,35	19,6	78,3	573,5	0,97	2,6	0,13	1,3	267,8	281,1	99,34	2,5			

Обед (ПЕРВОЕ БЛЮДО И НАПИТОК НА ВЫБОР)

2011	52	Салат из свежих отварной 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 сливками перцем	200	4,6	4,8	18,1	147,9	0,1	9	0,16	0,26	23,7	103,01	29,4	1,5
АКП*	336/04	Бульон куриный с зеленью	200/10/2	4,3	1,1	1,1	92	0,00	0,18	0,0	0,00	2,00	0,00	3,00	0,10
АКП*	232	Щипель рубленый мясной	90	10,15	11	21,9	184,5	0,16	0	0,05	3,24	10,8	138	21	1,8
2008	335	Картофельное пюре	150	3,1	5,4	20,3	174	0,14	5	0,04	0,2	47	85	29	1,1
2008	402	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,1	25,7	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 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
Итого за Обед			730	23,10	27,13	103,10	757,80	0,50	16,19	0,27	7,23	129,14	388,31	133,91	7,30
Итого за день				41,45	46,71	181,35	1331,3	1,47	18,79	0,4	8,53	396,94	669,41	233,25	9,8

Десятидневное циклическое (вариативное) сбалансированное меню бюджетного питания горячих завтраков и обедов для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 164,00 руб., в том числе: молоко 16,00 руб.

Дата: 8 Октя

2

Срок: 7-11
Возраст: 7-11

Год квартал д	№ п/п	Присл. пище. инвентаризации бланк	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)								Минеральные вещества (мг)			
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	Р	Mg	Fe				
1	2		4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16				

2008/ АКП*	к/к	Каша овсяная "Геркулес" с соусом ягодным (ягодное ассорти)	200/20	8,4	12,0	30,5	221,0	0,17	13,22	0,05	0,26	144,00	230,12	70	2,6
к/к	Битон обогащенный микроэлементами	70	5,6	2,43	37,1	196	0,384	0	0	0	0	13,3	9,1	45,5	0,7
Итого за завтрак			500	19,25	19,43	77,2	555	1,09	15,82	0,09	0,26	397,3	419,22	143,5	3,5

Обед (ПЕРВОЕ ЕДИНОЕ И НАПИТОК НА ВЫБОР)

2011	71	Омлет пропорционно (отрубя свежий)	40	0,48	0,09	1,5	8,4	0,018	6	0,006	0,06	13,8	25,2	8,4	0,36
АКП*	336/04	Бульон куриный с зеленью	200/10/2	4,3	1,1	1,1	92	0,00	0,18	0,0	0,00	2,00	0,00	3,00	0,10
2008	256	Печенье по-строгановски	90	12,9	14	18	205,16	0,34	2,5	0,06	0,5	47,4	188,8	32,5	2,8
2008	331	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150	5,5	4,8	36,5	196	0,06	0	0,03	0,8	11	36	7	0,8
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	к/к	Хлеб ржанко-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
Итого за Обед			715	23,59	23,75	104,42	705,00	0,69	58,00	19,60	3,83	95,42	406,30	107,20	6,26
Итого за день				42,84	43,18	181,62	1260,00	1,78	73,82	19,69	4,09	492,72	825,52	250,70	9,76

Десятидневное диетическое (вариативное) сбалансированное меню бюджетного питания горячих завтраков и обедов для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 164,00 руб., в том числе: молоко 16,00 руб.

Днем: 9 Четверг

Сумм:
Волнерг: 7-11

Год	№ рецептур	Продукты, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)						Макроэлементы (мг)			
				Б	Ж	У	В1	С	А		Е	Са	Р	Мg	Fe					
	1		3	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16					
Завтрак																				
2008	187	Капша "Янтарная" (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					
	к/к	Молоко питьевое	200	5,3	5	9,6	108	0,08	2,6	0,04	0	240	180	28	0,2					
	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					
Итого за завтрак				500	19,00	19,67	73,15	575,3	1,09	15,82	0,09	0,26	397,3	419,22	143,5	3,5				

Обед (ПЕРВОЕ БЛЮДО И НАПИТОК НА ВЫБОР)

2008	23	Салат 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	200/10	3,03	2,5	22	127,3	0,03	4,20	0,1	0,18	51,00	41,10	12,00	0,70	
АКП*	336/03	Бульон куриный с грибами	200/10/10	9,5	7,6	18,1	171,6	0,00	0,40	0,0	0,00	3,00	0,00	4,00	0,20	
2008	238	Жаркое по-домашнему со свинойной	240	18,05	18,4	50	398,6	0,1	4,6	0,1	0,2	24,5	18,3	13,3	0,9	
2016	1210	Напиток на плодах 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 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	
Итого за Обед				740	23,97	27,46	111,04	755,50	0,22	129,60	0,23	3,09	109,30	84,50	65,00	3,94
Итого за день				42,97	47,13	184,19	1330,80	1,31	145,42	0,32	4,25	506,60	503,72	208,50	7,44	

Десятидневное циклическое (вариативное) сбалансированное меню бюджетного питания горячих завтраков и обедов для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 164,00 руб., в том числе: молоко 16,00 руб.

Дата: 10 Января

Срок: 7-11

Год	№ рецептурной	Продукт, наименование блюда	Масса порции	Пищевое вещество (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)								Минеральные вещества (мг)			
				В	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	Р	Мg	Fe				
2008/2011	74/71	Салат из белокочанной капусты и маслом растительным (до 28,02)/ Овощи порционно (огурец свежий) (с 01.03)	60	0,96	3,06	4,14	48	0,018	23,4	0,02	1,44	31,2	16,2	9	0,4				
2008	91	Расходник "Ленинградский" со сметаной	200/5	2,4	4,64	13,2	106,4	0,07	6,4	0,17	0,16	27,2	63,2	21,6	0,8				
АКП*	336/04	Булочка кунжутная с зеленью	200/10/2	4,3	1,1	1,1	92	0,00	0,18	0,0	0,00	2,00	0,00	3,00	0,10				
АКП*	611,01	Котлеты мясные (говядина)	90	14,04	11,7	13,5	192,42	0	3,3	0	4	9,6	21,5	6	0,4				
2008	323	Каши гречневая рассыпчатая	150	3,6	4,6	37,7	212	0,03	0	0,03	0,3	11	78	26	0,6				
АКП*	29/04	Компот из свежемороженых ягод (ягодное 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	30	1,95	0,3	13,5	66	0,07	0	0	0,67	5,4	5,7	26,1	1,2				
Итого за Обед			735/715	23,15	24,30	107,74	729,82	0,20	46,10	0,22	6,67	92,40	189,60	91,70	3,40				
Итого за день				42,35	42,53	179,04	1297,02	1,30	50,00	0,31	7,19	474,00	612,70	277,60	8,30				
Итого за 10 дней				431,36	486,06	1808,40	13242,64	14,32	621,46	46,22	60,08	4739,60	6520,34	2384,94	84,40				
Итого среднее за день				43,1	48,6	180,8	1324,3	1,4	62,1	4,6	6,0	473,9	652,0	238,5	8,4				

Обед (ПЕРВОЕ ЕДИНОЕ И НАПИТОК НА ВЫБОР)

Год	№ рецептурной	Продукт, наименование блюда	Масса порции	Пищевое вещество (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)								Минеральные вещества (мг)			
				В	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	Р	Мg	Fe				
2008/2011	189/04	Каша рисовая молочная с соусом яблочным (кашубинка)	200/30	8,3	11,8	24,6	263,2	0,18	1,3	0,05	0,52	128,30	23,4	112,4	4				
	к/к	Молоко питьевое	200	5,3	5	9,6	108	0,08	2,6	0,04	0	240	180	28	0,2				
	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				
Итого за завтрак			500	19,20	19,23	71,30	567,2	1,1	3,9	0,09	0,52	381,6	423,1	185,9	4,9				

Приложение к циклическому диетическому меню

* АКП- акт контрольной проверки

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

Методические указания по организации 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 для обучающихся во всех образовательных учреждениях Пол ред. М.П. Мотыльков и В.А. Турецкая, 2011

Сборник рецептов на продукцию общественного питания М. П. Мотыльков Изд. 2-е, Дели плюс, 2016

Таблица химического состава и калорийности российских продуктов питания Справочник-Москва, Дели принт, 2007 -276с Редакция Суржихина И.М., Турецкая В.А.
Допускаются отклонения в случае сбоя поставки в наименованиях по фруктам, джемам, напиткам, сезонные замены овощей и фруктов.