



СОГЛАСОВАНО
 Директор
 Двухсельское инклюзивное реабилитационное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов
 для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района,
 в том числе: молоко.
 Дата: _____ День: _____ 1 Пензенские
 Инициалы: _____
 Подпись: _____
 ООО «СТК»
 Специализированная организация для детей с ограниченными возможностями здоровья
 Санкт-Петербург

Год нац.сборника	Ме-реч.	Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)					
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe			
2-й Завтрак																		
	к/к	Молоко	200	5,8	6,4	9,4	120,0	0,3	7	0,3	0	240,00	140	950	0			
	к/к	Вафли в ассортименте	40	1,3	2	15	104	0	45	0	0,2	0,53	4,3	13,5	0,2			
Итого за 2-й Завтрак			240	7,1	8,4	24,4	224	0,3	52	0,3	0,2	240,53	144,3	963,5	0,2			

2012/ АКТ*	369(06)	Доп. Гарнир: Горошек зеленый (консервированный)	60	0,51	0,06	4,72	49,5	0,03	3,35	0,02	3,1	22,4	15	13	0,6
2008	99/73	Суп картофельный с горохом и гречками	210	5,22	3,7	18,8	149,8	0,15	4,80	0,2	0,54	43,00	121,20	32,40	1,72
2015	260	Гуляш из свинины	100	10,9	17,1	4,9	235	0,2	0,75	0,17	0,82	19,1	68,6	12,93	0,7
2008	331	Макаронные изделия отварные	150	5,5	4,8	31,3	191	0,06	0	0,03	0,8	11	36	7	0,8
2008	442	Сок фруктовый в ассортименте	200	1	0,2	19,8	86	0,02	4	0	0,2	14	14	8	2,8
	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный минеро/триентами	30	1,95	0,3	13,5	66	0,07	0	0	0,67	5,4	5,7	26,1	1,2
	к/к	Битон обогащенный минеро/триентами	25	2	0,87	13,25	70	0,3	0	0	0	4,75	3,25	16,25	0,25
Итого за Обед			775	27,08	27,03	106,27	847,30	0,83	12,90	0,39	6,13	119,65	263,75	115,68	8,07
Итого за день				34,18	35,43	130,67	1071,3	1,13	64,9	0,69	6,33	360,18	408,05	1079,18	8,27

**Духовное питание обучающихся меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов
для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района**

День: 2 Вторник

Неделя: 1

Год наз.борника	№ реч.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)								
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe								
2-й Завтрак																							
	к/к	Молоко	200	5,8	6,4	9,4	120,0	0,3	7	0,3	0	240,00	140	950	0								
	к/к	Зефир в ассортименте	50	0,4	0,1	30,9	163	0	0	0	0	12,5	6	3	0,7								
Итого за 2-й Завтрак				250	6,2	6,5	49,3	283	0,3	7	0,3	0	252,5	146	953	0,7							
Обед																							
АКП*	372/1	Салат из свежих с изюмом и маслом растительным	60	2	3,6	8,7	100	0,01	3	0,01	1,8	28	28	15	1,1								
2008	84	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	205	2,48	4,48	6,4	76,8	0,048	17,6	0,17	0,16	35,2	42,4	17,6	0,6								
2008	311	Плов из птицы	250	19,83	21,83	46,16	410	0,13	18,3	0,36	7,3	61,7	313,3	61,7	20								
2008	402	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,1	31,7	131	0,02	0	0,01	0,5	21	23	16	0,7								
	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный минеротриентами	30	1,95	0,3	13,3	66	0,07	0	0	0,67	5,4	5,7	26,1	1,2								
	к/к	Батон обогащенный минеротриентами	25	2	0,87	13,25	70	0,3	0	0	0	4,75	3,25	16,25	0,25								
Итого за Обед			770	28,86	31,18	119,71	853,80	0,58	38,90	0,55	10,43	156,05	415,65	152,65	23,85								
Итого за день				35,06	37,68	169,01	1136,8	0,878	45,9	0,85	10,43	408,55	561,65	1105,65	24,55								

**Двухсельное инклюзивное сбалансированное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов
для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района**

Дети: 3 Смена

Итого: 1

Год Изд. сборника	№ реч.	Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)				
				Б	ЖС	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe				
2-й Завтрак																			
	к/к	Молоко	200	5,8	6,4	9,4	120,0	0,3	7	0,3	0	240,00	140	950	0				
	к/к	Приник	40	2,16	5,8	21,3	146,4	0	45	0	0,2	0,53	4,3	13,5	0,2				
Итого за 2-й Завтрак			240	7,96	12,2	30,7	266,4	0,3	52	0,3	0,2	240,53	144,3	963,5	0,2				
Обед																			
2011	71	Овощи порционно (отурец свежие)	60	0,48	0,09	1,5	8,4	0,018	6	0,006	0,06	13,8	25,2	8,4	0,36				
2008	91	Расолюник "Ленинградский" со сметаной	200/5	2,4	4,64	13,76	106,4	0,07	6,4	0,17	0,16	27,2	63,2	21,6	0,8				
АКТ*	345	Рыбные гвезды запеченные с сыром	100	14,2	15	20,26	223,4	0,05	5	0,02	4,1	43	137,5	19,4	0,9				
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	436	Напиток апельсиновый	200	0,2	0	25,7	105	0,01	13	0	0,1	8	5	3	0				
	к/к	Хлеб дражно-пшеничный обогащенный микронулевыми	30	1,95	0,3	13,5	66	0,07	0	0	0,67	5,4	5,7	26,1	1,2				
	к/к	Битон обогащенный микроулевыми	25	2	0,87	13,25	70	0,3	0	0	0	4,75	3,25	16,25	0,25				
Итого за Обед			770	24,33	26,30	108,27	753,20	0,66	35,40	0,24	5,29	149,15	324,85	123,75	4,61				
Итого за день				32,29	38,50	138,97	1019,60	0,96	87,40	0,54	5,49	389,68	469,15	1087,25	4,81				

**Духицельское инклюзивное сбалансированное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов
для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района**

День: 4 Четверг

Неделя: 1

Год наборника	№ реч.	Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витаминизация (мг)					Минеральные вещества (мг)				
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe		
2-й Завтрак																	
	к/к	Молоко	200	5,8	6,4	9,4	120,0	0,3	7	0,3	0	240,00	140	950	0		
2008	2	Бутерброд с джемом	50	1,5	5,37	27,5	165	0,025	10	0,04	0,5	10	17,5	6,25	0,4		
Итого за 2-й Завтрак				250	7,3	11,77	36,9	285	0,325	17	0,34	0,5	250	157,5	956,25	0,4	
Обед																	
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	80	Борщ сибирский со сметаной	200/5	4,8	5,76	10,64	113,6	0,04	8	0,17	0,24	44,8	85,6	24	1,52		
2008	257	Мясо тушеное (говядина)	100	12,5	15,5	5,8	220	0,04	0	0,06	2,2	10	154	20	2		
2008	331	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150	5,5	4,8	31,3	191	0,06	0	0,03	0,8	11	36	7	0,8		
2008	394	Компот из свежих яблок	200	0,2	0,2	27,9	115	0,01	2	0	0,1	7	4	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		
	к/к	Батон обогащенный микроэлементами	25	2	0,87	13,25	70	0,3	0	0	0	4,75	3,25	16,25	0,25		
Итого за Обед				770	27,49	33,49	104,13	839,20	0,54	20,80	0,32	6,95	97,35	305,95	106,95	7,31	
Итого за день				34,79	45,26	141,03	1124,2	0,865	37,8	0,66	7,45	347,35	463,45	1063,2	7,71		

Духицельское инклюзивное сбалансированное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов
для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района

День:

5 Пятница

Неделя:

1

Год Идл. сборника	№ реч.	Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевое вещество (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин (мг)							Минеральные вещества (мг)		
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe		
	к/к	Молоко	200	5,8	6,4	9,4	120,0	0,3	7	0,3	0	240,00	140	950	0		
	к/к	Печенье в ассортименте	40	4	4,15	10,66	100,6	0	45	0	0,2	0,53	4,3	13,5	0,2		
Итого за 2-й завтрак				240	9,8	10,55	20,06	220,6	0,3	52	0,3	0,2	240,53	144,3	963,5	0,2	
Обед																	
2008	56	Икра морковная	60	2,3	4,86	4,5	48	0,018	23,4	0,02	1,44	31,2	16,2	9	0,4		
АКП*/ 2008	291/73	Суп-пюре из овощей с гречками	200/10	4,3	4,1	17,58	134,2	0,06	8,00	0,3	0,20	81,00	78,00	25,00	1,20		
АКП*/ 2008	3	Тфреши (1й вариант), соус сметанный	90/20	11,12	13,8	14,06	165,7	0,08	19,8	0	0,6	38	50,7	17,9	1		
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	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		
	к/к	Батон обогащенный микроэлементами	25	2	0,87	13,25	70	0,3	0	0	0	4,75	3,25	16,25	0,25		
Итого за Обед				785	25,47	28,63	115,59	755,90	0,56	51,20	0,36	3,21	176,35	239,85	124,25	5,65	
Итого за день				35,27	39,18	135,65	976,50	0,86	103,20	0,66	3,41	416,88	384,15	1087,75	5,85		

Духовное питание сбалансированное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов
для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района

День:

6 Суббота

Год наборника	№ рач.	Источ пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамини (мкг)							Минеральные вещества (мг)				
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe				
2-й завтрак	кг/кг	Молоко	200	5,8	6,4	9,4	120,0	0,3	7	0,3	0	240,00	140	950	0				
	кг/кг	Зефир в ассортименте	50	0,4	0,1	39,9	163	0	0	0	0	12,5	6	3	0,7				
Итого за 2-й Завтрак				6,2	6,5	49,3	283	0,3	7	0,3	0	252,5	146	953	0,7				
Обед																			
2008	51	Винегрет овощной	60	0,8	4,1	4	73,8	0,01	9,6	0,15	2,76	22,8	21,6	11,4	0,6				
2008	88	Щи из квашеной капусты с картофелем и сметаной	200/5	3,4	6,3	8,8	87	0,04	5,05	0,17	0,16	37,72	40,18	17,22	0,5				
2008	299	Запеканка картофельная с субпродуктами (печень говяжья)	240	18,4	19	42,8	420/48	0,4	34,56	5,68	5,76	32,64	318,7	63,36	7,68				
2008	408	Кисель из сока плодового или ягодного натурального	200	0,6	0,5	38,9	153	0,01	53,4	0	0,1	5	8,1	2,1	0,4				
	кг/кг	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	30	1,95	0,3	13,3	66	0,07	0	0	0,67	5,4	5,7	26,1	1,2				
	кг/кг	Батон обогащенный микроэлементами	25	2	0,87	13,25	70	0,3	0	0	0	4,75	3,25	16,25	0,25				
Итого за Обед				7,60	27,15	31,07	121,25	870,28	0,83	104,61	6,00	108,31	397,53	136,43	10,63				
Итого за день				33,35	37,57	170,55	1153,28	1,13	111,61	6,3	9,45	360,81	543,53	1089,43	11,33				

**Духовное-питательное сбалансированное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов
для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района**

День: 7 Понедельник

Месяц: 2

Год наборника	Месяц	Продукт пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)		
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe		
	к/к	Молоко	200	5,8	6,4	9,4	120,0	0,3	7	0,3	0	240,00	140	950	0		
	к/к	Вафли в ассортименте	40	1,3	2	15	104	0	45	0	0,2	0,53	4,3	13,5	0,2		
Итого за 2-й Завтрак				240	7,1	8,4	244	0,3	52	0,3	0,2	240,53	144,3	963,5	0,2		

Обед

2012/ АКТ*	369(06)	Доп. Гарнир: Горошек зеленый (консервированный)	60	0,51	0,06	4,72	49,5	0,03	3,35	0,02	3,1	22,4	15	13	0,6	
2008	99/73	Суп картофельный с горохом и грибами	200/10	5,22	3,7	18,8	149,8	0,15	4,80	0,2	0,54	43,00	121,20	32,40	1,72	
АКТ*	305	Бифштексов в сметанном соусе (фрие птица)	100	12	13,1	14	203,77	0,06	1,50	0,11	0,3	21	111	28	1,2	
2008	325	Рис отварной	150	3,7	6,3	30,8	203,0	0,02	0	0,05	0,3	3	61	19	0,6	
2007	123	Компот из свежемороженых ягод (вишня)	200	0,6	0,2	27,4	107	0,02	5	0,08	0,8	30	23	20,4	0,4	
	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	30	1,95	0,3	13,5	66	0,07	0	0	0,67	5,4	5,7	26,1	1,2	
	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	25	2	0,87	13,25	70	0,3	0	0	0	4,75	3,25	16,25	0,25	
Итого за Обед				775	25,98	24,53	122,47	849,07	0,65	14,65	0,43	5,71	129,55	340,15	155,15	5,97
Итого за день				33,08	32,93	146,87	1073,07	0,95	66,65	0,73	5,91	370,08	484,45	1118,65	6,17	

**Двухнедельное циклическое сбалансированное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов
для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района**

День: 8 Вторник
Месяц: 2

Год наборника	№рек.	Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)								
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe								
2-й завтрак																							
	к/к	Молоко	200	5,8	6,4	9,4	120,0	0,3	7	0,3	0	240,00	140	990	0								
	к/к	Печенье в ассортименте	40	4	4,15	10,66	100,6	0	45	0	0,2	0,53	4,3	13,5	0,2								
Итого за 2-й Завтрак			240	9,8	10,55	20,06	220,6	0,3	52	0,3	0,2	240,53	144,3	993,5	0,2								
Обед																							
АКП*	372/1	Салат из свежих овощей с растительным маслом	60	2	3,6	8,7	100	0,01	3	0,01	1,8	28	28	15	1,1								
2008	91	Расолиник "Ленинградский" со сметаной	200/5	2,4	4,64	13,76	106,4	0,07	6,4	0,17	0,16	27,2	63,2	21,6	0,8								
2008	275	Копчености по-хляновски	90	11,5	16,2	19	213	0,12	4	0,08	0,8	16	142	22	2								
2008	331	Макаронные изделия отварные	150	5,5	4,8	31,3	191	0,06	0	0,03	0,8	11	36	7	0,8								
2008	431	Чай с сахаром и лимонном	200/5	0,3	0,1	15,2	62	0	3	0	0	8	10	5	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								
	к/к	Батон обогащенный микроэлементами	25	2	0,87	13,25	70	0,3	0	0	0	4,75	3,25	16,25	0,25								
Итого за Обед			765	25,65	30,51	114,71	808,40	0,63	16,40	0,29	4,23	100,35	288,15	112,95	7,15								
Итого за день				35,45	41,06	134,77	1029	0,93	68,4	0,59	4,43	340,88	432,45	1076,45	7,35								

Двухнедельное циклическое сбалансированное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов
для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района

Год наб.сборника	Ме.реш.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин (мг)					Минеральное вещество (мг)											
				Б	ЖС	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe									
2-й завтрак																								
	к/к	Молоко	200	5,8	6,4	9,4	120,0	0,3	7	0,3	0	240,00	1,40	950	0									
	к/к	Зефир в ассортименте	50	0,4	0,1	39,9	163	0	0	0	0	12,5	6	3	0,7									
Итого за 2-й Завтрак				250	6,2	6,5	49,3	283	0,3	7	0,3	0	252,5	1,46	953	0,7								
Обед																								
2011	71	Овощи пропорционно (огурец свежий)	60	0,48	0,09	1,5	8,4	0,018	6	0,006	0,06	13,8	25,2	8,4	0,36									
2008	95	Борщ со свежей капустой с картофелем и сметаной	200/5	2,56	4,48	17,5	100,6	0,2	9,5	19,5	1,7	10,3	144	27	0,8									
2008	258	Жаркое по-домашнему со свинойной	240	17,04	21,4	30,8	398,6	0,1	4,6	0,1	0,2	24,5	18,3	13,3	0,9									
2008	436	Напиток апельсиновый	200	0,2	0	25,7	105	0,01	13	0	0,1	8	5	3	0									
	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									
	к/к	Батон обогащенный микроэлементами	25	2	0,87	13,25	70	0,3	0	0	0	4,75	3,25	16,25	0,25									
Итого за Обед				760	24,23	27,14	102,25	748,60	0,70	33,10	19,61	2,73	66,75	201,45	94,05	3,51								
Итого за день				30,43	33,64	151,55	1031,60	1,00	40,10	19,91	2,73	319,25	347,45	1047,05	4,21									

**Духовное питание обучающихся меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов
для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района**

День: 10 Сентября

Цели: 2

Год наборника	№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мкг)							Минеральные вещества (мг)			
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe			
2-й завтрак																		
	к/к	Молоко	200	5,8	6,4	9,4	120,0	0,3	7	0,3	0	240,00	140	950	0			
2008	2	Бутерброд с джемом	50	1,5	5,37	27,5	165	0,025	10	0,04	0,5	10	17,5	6,25	0,4			
Итого за 2-й Завтрак				250	7,3	11,77	36,9	285	0,325	17	0,34	0,5	250	157,5	956,25	0,4		
Обед																		
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			
2012	83	Суп картофельный с мясом птицы	200/20	4,6	8	19,5	147,9	0,1	9	0,16	0,26	23,7	103,01	29,4	1,5			
2008	256	Печень по-строгановски	90	12,9	10,6	0,4	136,7	0,31	2,26	0,06	0,45	42,72	170,6	29,3	2,55			
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	394	Компот из свежих яблок	200	0,2	0,2	27,9	115	0,01	2	0	0,1	7	4	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			
	к/к	Батон обогащенный микроэлементами	25	2	0,87	13,25	70	0,3	0	0	0	4,75	3,25	16,25	0,25			
Итого за Обед				775	25,79	30,63	113,99	811,20	0,84	24,06	0,31	4,72	108,97	381,96	140,65	7,64		
Итого за день				33,09	42,40	150,89	1096,20	1,17	41,06	0,65	5,22	358,97	539,46	1096,20	8,04			

**Духовное питание обучающихся сбалансированное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов
для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района**

День:

11 Пятница

Неделя:

2

Год Исх. сборника	№ р-ц.	Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витаминные (мг)							Минеральные вещества (мг)										
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe										
2-й завтрак																									
	к/к	Молоко	200	5,8	6,4	9,4	120,0	0,3	7	0,3	0	240,00	140	930	0										
	к/к	Приник	40	2,16	5,8	21,3	146,4	0	45	0	0,2	0,53	4,3	13,3	0,2										
Итого за 2-й Завтрак			240	7,96	12,2	30,7	266,4	0,3	52	0,3	0,2	240,53	144,3	963,5	0,2										
Обед																									
2008	56	Икра морковная	60	2,3	4,86	4,5	48	0,018	23,4	0,02	1,44	31,2	16,2	9	0,4										
АКП#/ 2008	291/73	Суп-поре из овощей с грибами	200/10	4,3	4,1	17,58	124,2	0,06	8,00	0,3	0,20	81,00	78,00	25,00	1,20										
АКП#/ 2008	289/364	Биточки "Аппетитные" в соусе томатном	90/20	13,9	14,2	16,8	200,1	0	3,3	0	4	9,6	21,5	6	0,4										
2008	325	Рис отварной	150	3,7	6,3	32,8	203,0	0,02	0	0,05	0,3	3	61	19	0,6										
2008	442	Сок фруктовый в ассортименте	200	1	0,2	19,8	86	0,02	4	0	0,2	14	14	8	2,8										
	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	30	1,95	0,3	13,3	66	0,07	0	0	0,67	5,4	5,7	26,1	1,2										
	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	25	2	0,87	13,25	70	0,3	0	0	0	4,75	3,25	16,25	0,25										
Итого за Обед			785	29,15	30,83	118,23	797,30	0,49	38,70	0,38	6,81	148,95	199,65	109,35	6,85										
Итого за день				37,11	43,03	148,93	1063,70	0,79	90,70	0,68	7,01	389,48	343,95	1072,85	7,05										

Двухнедельное циклическое сбалансированное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов
для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района

День:

12 Суббота

Год нац. сборника	№ реч.	Присл. пищ. наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергическая ценность (ккал)	Витамин (мг)						Минеральные вещества (мг)			
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe		
2-й завтрак																	
	к/к	Молоко	200	5,8	6,4	9,4	120,0	0,3	7	0,3	0	240,00	140	950	0		
	к/к	Печенье в ассортименте	40	4	4,15	10,66	100,6	0	45	0	0,2	0,53	4,3	13,5	0,2		
Итого за 2-й Завтрак			240	9,8	10,55	20,06	220,6	0,3	52	0,3	0,2	240,53	144,3	963,5	0,2		
Обед																	
2008	51	Винегрет овощной	60	0,8	4,1	4	73,8	0,01	9,6	0,15	2,76	22,8	21,6	11,4	0,6		
2008	100	Суп картофельный с вермишелью	200	3,12	4,24	16	146,8	0,08	6,40	0,2	0,24	18,40	51,20	20,00	0,80		
2004	374	Рыба, тушеная в томате с овощами	100	13	12,8	14,88	168,2	0,2	0	0	0,4	36	162	20	2		
2008	335	Картофельное пюре	150	3,1	5,4	20,3	174	0,14	5	0,04	0,2	47	85	29	1,1		
2016	1210	Напиток на плодов пшловника	200	0,4	0,2	23,8	100	0	110	0	0	14	2	4	0,6		
	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный минероуглеводами	30	1,95	0,3	13,5	66	0,07	0	0	0,67	5,4	5,7	26,1	1,2		
	к/к	Батон обогащенный минероуглеводами	25	2	0,87	13,25	70	0,3	0	0	0	4,75	3,25	16,25	0,25		
Итого за Обед			765	24,37	27,91	105,73	798,80	0,80	131,00	0,35	4,27	148,35	330,75	126,75	6,55		
Итого за день				34,17	38,46	125,79	1019,40	1,10	183,00	0,65	4,47	388,88	475,05	1090,25	6,75		
Итого за 12 дней				408,27	465,14	1744,68	12794,65	11,75	940,72	32,90	72,33	4450,99	5452,79	13014,61	102,09		
Итого среднее за день				34,0	38,8	145,4	1066,2	1,0	78,4	2,7	6,0	370,9	454,4	1084,6	8,5		

Приложение к дисциплинному двухквартальному меню

* АКТ- акт контрольной проработки

Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга, СПб, 2008, под редакцией Куткиной М.Н.

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях, Могилевский М.П., изд. ЛенинПринт, 2012 год

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

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях, Москва 2015 г

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при образовательных школах 2004г.

Методические указания города Москвы: Организация питания в дошкольных образовательных учреждениях. 2007.

Таблица химического состава и калорийности российских продуктов питания. Справочник. -Москва, ДеЛи принт, 2007. -276с. Редакция С.Куркина И.М.; Т.Гельман В.А.

Допускаются отклонения в случае своей поставки в наименованиях по фруктам, джемам, напиткам, сезонные замены овощей и фруктов.