



СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖАЮ

Директор

Генеральный директор ООО "СТК"

Степанова А.Г.

Степанова Е.Г.

2025 г.

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.

Днем: 1 Понедельник

Несем:

Возраст: 7-11

Год исчисления и	Месяц	Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая плотность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe		
Завтрак																	
2008/ АКТ*	189/05	Каша пшеничная молочная с соусом ягодным (кейуника)	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		
	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	19,5	79,5	587,5	1,06	3,9	0,09	0,8	404,1	382,2	111,8	3,5	

Обед (ПЕРВОЕ ЕЛЮДО 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 горохом 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	Булочка куручий с греческими	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	Мясо 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 рассычатая	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	3,52	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 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			740	23,51	25,75	108,50	764,30	0,52	16,76	2,22	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 циклическое (вариативное) сбалансированное меню бюджетного питания горных 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: 2 Выходок
Неделя: 1

Возраст: 7-11

Год наблюдения а	№ ред.	Пример типич. наименования блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)				
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe				
Завтрак																			
2008	192	Запеканка рисовая со свежим 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	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	18,35	19,58	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	70/2	Отвар говядины (порционно)	60	0,48	0,06	1,02	7,8	0	4,68	0	0	18,78	0	13,32	0,54					
2008	91	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	200/5	2,4	4,64	13,2	116,4	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	233,88	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 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	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	26,75	23,18	115,54	861,22	0,30	65,66	0,32	4,97	150,70	267,10	115,42	6,54					
Итого за день				44,1	42,76	193,79	1434,72	1,366	68,36	0,45	6,27	418,5	548,2	214,76	9,04					

Десятидневное икисичное (варпанное) стапанованное 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.

Дети: 3 Средн
Несен: 1
Возраст: 7-11

Лич исследо н	Ме. раз.	Продукт, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe		

Завтрак

2008/ АКТ*	184/05	Каша овсяная "Т-сервис" 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	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	19,25	19,43	77,2	555,0	1,09	15,82	0,09	0,26	397,3	419,22	143,5	3,5

Обед (ПЕРВОЕ БЛЮДО 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	4,48	17,5	160	0,2	9,5	19,5	1,7	10,3	144	27	0,8
АКТ*	336/04	Буллон 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	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 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			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	1376,60	1,44	36,12	19,72	8,23	458,36	762,92	242,24	8,78

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

День: 4 Четверг
Неделя: 1
Возраст: 7-11

Исходные данные																				
Год наблюдения в	№ п/п	Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)								Минеральные вещества (мг)				
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe					
Завтрак																				
2008	187	Каша "Ягларная" (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					
	н/к	Молоко питьевое	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	0,84	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	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				
АКТ*	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				
АКТ*	336/03	Булочка 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				
АКТ*	21	Рыба, запеченная по-омски	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				
АКТ*	29/04	Компот из свежих замороженных 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				
	н/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	26,23	27,36	100,50	780,70	0,23	29,78	0,18	3,53	82,88	200,01	82,82	2,44				
Итого за день				45,23	47,03	173,65	1356	1,32	45,6	0,27	3,79	480,18	619,23	227,22	5,94				

**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.**

Дети: 51 Витамин
Несение: 1
Возраст: 7-11

Год наблюдения	Месяц	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				
Завтрак																			
2008/ АКТ*	184/06	Каши гречневая молочноя 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				
	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)

2011	71	Овощи порционные (супрац свежий)	60	0,7	0,1	2,3	12,6	0,03	9	0,009	0,09	20,7	37,8	12,6	0,54				
2008	116(0)/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				
АКТ*	336/04	Булочка курный с яблоком	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				
АКТ*/ 2008	336,04/364	Выпечка (сдобная) 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	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				
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 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			780/760	23,58	21,40	114,50	712,90	0,19	126,50	0,11	5,74	111,70	144,10	67,70	4,24				
Итого за день				42,83	40,63	185,80	1281,10	1,29	130,40	0,20	6,26	493,30	567,20	253,60	9,14				

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

День:	6 Января
Начало:	2
Вопрос:	7-11

Пробег																	
Год наблюдения	№ п/п	Проба пшеницы, пшеничного хлеба	Масса пробы	Пшеница пшеница (г)			Длина стебля пшеницы (см)	Витамин (мг)					Минеральные вещества (мг)				
				В	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe		
Завтрак																	
2008/ АКСТ-	189/05	Каша пшеничная молотая с соусом яблочным (курица)	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		
	к/к	Молоко пшеничное	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)

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 горохом 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	Булдон куринный 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
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 ржаной-пшеничный обогащенный микроулучшенным	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	313,02	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

**Каскадное 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.**

Дети: 7 Выходок
Неделя: 2
Выходок: 7,11

Год наблюдения	№ п/п	Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Питательные вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe		
Завтрак																	
2008	192	Запеканка рисовая со густым 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	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	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 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				
АКТ*	73,01	Суп овощной со свежим картофелем	200	4,6	4,8	18,1	147,9	0,1	9	0,16	0,26	23,7	103,01	29,4	1,5				
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				
АКТ*	232	Шиндель 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				

**Детский дневной рацион (вариативное) образовательное меню образовательного питания городских 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 Среда
Время: 7-11
Возраст: 2
Пол: 2

Формы: 2																	
Год исследования	№ п/п	Пример тип. наименования блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		
Завтрак																	
2008/ АКТ*	184/05	Каша овсяная "Горькие" 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	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 микроулучшителями	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	1,09	15,82	0,09	0,26	397,3	419,22	143,5	3,5		
Обед (ПЕРВОЕ БЛЮДО и НАПИТОК НА ВЫБОР)																	
2011	71	Овощи порционно (отвар, свежий)	60	0,7	0,1	2,3	12,6	0,03	9	0,009	0,09	20,7	37,8	12,6	0,54		
2008	95	Борщ со свежей капустой с картофелем и сметаной	200/5	2,56	4,48	17,5	160	0,2	9,5	19,5	1,7	10,3	144	27	0,8		
АКТ*	336/04	Булочка круглая с изюмом	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 (изюбинка)	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	Хлеб ржаной-пшеничный обогащенный микроулучшителями	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	23,81	23,76	105,22	709,20	0,71	61,00	19,60	3,86	102,32	419,90	111,40	6,44		
Итого за день				43,06	43,19	182,42	1264,20	1,80	76,82	19,69	4,12	499,62	838,12	254,90	9,94		

**Десятидневное питание (вариативное) сбалансированное меню бюджетного питания горных 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.**

Дети: 9 человек
Недель: 2
Выраст: 7-11

Протокол № _____																	
Год наблюдения а	№ рел.	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	Mg	Fe		
Завтрак																	
2008	187	Каша "Ягларная" (пшено, яблоко)	230	8,1	12,2	26,5	271,3	0,17	13,22	0,05	0,26	144,00	280,12	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	Ватон 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 растопленным 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				
АКТ*	336/03	Булочка круглая с начинкой	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	258	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 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 ржаной-пшеничный обогащенный микроэлементами	30	1,95	0,3	13,5	66	0,07	0	0	0,67	5,4	3,7	26,1	1,2				
Итого за Обед			740	23,97	27,46	111,04	755,50	0,22	129,60	0,23	3,99	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				

**Десертный десерт (вариантное) 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 2016
Всего: 2
Возраст: 7-11

Год наблюдения а	№ рецепта	Продукты питания, наименование, бренд	Масса порции	Питательные вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
				Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe		
Завтрак																	
2008/ АКТ*	189/04	Каша рисовая молочная с соусом ягодным (клубника)	200/30	8,3	11,8	24,6	263,2	0,18	1,3	0,05	0,52	128,30	234	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		

Обед (ПЕРВОЕ БЛЮДО И НАПИТОК НА ВЫБОР)

2011	32	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				
2008	91	Рассольник "Ленинградский" со свежей	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	Булочка кулеш с жареной	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				
АКТ*	611,01	Котлеты мясные (свинина)	90	14,04	11,7	13,5	192,42	0	3,3	0	4	9,6	21,5	6	0,4				
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				
АКТ*	29/04	Компот из свежих замороженных 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	24,89	26,77	107,20	736,22	0,19	24,89	0,21	7,43	82,44	207,00	95,11	4,00				
Итого за день				44,09	46,00	178,50	1303,42	1,29	28,79	0,30	7,95	464,04	630,10	281,01	8,90				
Итого за 10 дней				435,34	451,31	1820,34	13373,34	14,32	591,52	46,19	57,32	4740,58	6346,34	2404,06	85,96				
Итого среднее за день				43,5	45,1	182,0	1337,3	1,4	59,2	4,6	5,7	474,1	634,6	240,4	8,6				

Приложение к инвентарному документу

* АКТ - акт контрольной проверки

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

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

Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга СПб. 2008 год редакция Куткина М.Н.

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Под ред. М.П. Мотыльковой и В.А. Гусельникова, 2011

Таблица химического состава и калорийности российских продуктов питания. Справочник. Москва. Делли принт. 2007. -276с. Редакция Серыхина И.М.; Гусельникова В.А.

Допускаются отклонения в случае сбора поставок в наименованиях по фруктам, овощам, зерновым, семенным заменителям овощей и фруктов.