

СОГЛАСОВАНО

Директор

МОУ «Лицей № 1»

Ферулов С.Е.

4.11.2025г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ «Центр питания "Здоровое детство"»

Павлова Н.М.

2025г.

Двухнедельное цикличное (вариативное) сбалансированное меню бюджетного питания горячих завтраков и обедов для организации питания обучающихся 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 161,00 руб.

5 день

День: Пятница

Неделя: 1

Год изд. сборника	№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
2008/АКП*	184/10	Каша пшеничная «Тихвинка» с ягодным сорусом (свежемороженая ежевика)	250/30	12,2	15,9	32,9	340,0
2008	430	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60
	к/к	Багон обогащенный микронутриентами	70	5,6	2,43	37,1	196
Итого за Завтрак				18	18,43	84,97	596
Обед							
АКП*	68	Салат из моркови с маслом растительным	100	1,22	4,8	6,7	95,8
АКП*	73/02	Суп овощной «Приютинская осень» (с тыквой и цветной капустой)	250	5,8	8,2	20,22	184,87
АКП*	336/04	Бульон куриный со свежей зеленью петрушки	250/10/2	5,3	1,4	1,4	113,4
2008	314	Шницель из филе птицы (куриное)	100	14,2	13,2	19,8	237,3
2008	333	Картофель отварной	180	3,5	5,6	28,2	177,6
АКП*	29,05	Компот яблочно-апельсиновый	200	0,5	0,1	34	131
2008	430	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60
	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	30	1,95	0,3	13,5	66
Итого за Обед				27,17	32,20	122,42	892,57
Итого за день				45,17	50,63	207,39	1488,57

Заведующий производством

СОГЛАСОВАНО

Директор МОУ Лицей №1
Редунев С.Е.
 10.11.2025г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ "Центр питания "Здоровое детство"
Павлова Н.М.
 2025г.

Двухнедельное цикличное (вариативное) сбалансированное меню бюджетного питания горячих завтраков и обедов для организации питания обучающихся 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 161,00 руб.

7 день

День: Понедельник

Неделя: 2

Год изд. сборника	№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
2008/АКП*	189/03	Каша пшеничная «Монрепо» с ягодным соусом (свежемороженый крыжовник)	250/30	12,2	16,2	39,9	345,1
2008	430	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60
	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	70	5,6	2,43	37,1	196
Итого за Завтрак				18	18,73	92	601,1
Обед							
2008/2011	35/71	Салат из белокочанной капусты с маслом растительным до 28.02 Овощи пропорционно: огурец свежий с 01.03	100/100	1,6	5,1	6,9	80
2008	99/73	Суп картофельный с горохом и гречками из батона обогащенного микронутриентами	250/10	8,93	6,1	25,83	185,5
АКП*	336/03	Бульон куриный с гречками из батона обогащенного микронутриентами	250/10/10	11,82	9,46	22,52	213,55
АКП*	281,01	Чахохбили (филе куриное)	100	14,4	13	11,11	187,8
2008	323	Каша гречневая рассыпчатая	180	4,36	5,5	45,24	254,4
2007	123	Компот из свежемороженых ягод (ежевика)	200	0,2	0,08	17,42	69,44
2008	430	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60
	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	30	1,95	0,3	13,5	66
Итого за Обед				31,44	30,08	120,00	843,14
Итого за день				49,44	48,81	212	1444,2

Заведующий производством _____

СОГЛАСОВАНО

Директор

МБОУ «Лицей №1»

Федоткин Редупов С.Е.

11.11.

2025г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ «Центр питания "Здоровое детство"»

Павлова Н.М.

2025г.

Двухнедельное цикличное (вариативное) сбалансированное меню бюджетного питания горячих завтраков и обедов для организации питания обучающихся 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 161,00 руб.

8 день

День: Вторник

Неделя:

2

Год изд. сборника	№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
2008/АКП*	184/11	Каша гречневая молочная «Усадьба Марьино» (с молоком сгущенным)	250/30	10,2	14,4	29,9	320,4
2008	433	Какао с молоком	200	3	2,6	22,9	134,2
	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	70	5,6	2,43	37,1	196
Итого за Завтрак				18,82	19,39	89,94	650,61
Обед							
2008	23	Салат из помидоров и огурцов с растительным маслом (без лука)	100	0,9	8,8	2,9	106
2008	91	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	250/5	2,8	5,77	16,4	181,9
АКП*	336/04	Бульон куриный со свежей зеленью петрушки	250/10/2	5,3	1,4	1,4	113,4
АКП*	232	Шницель рубленый мясной (свинина)	100	16,44	12	31,11	205
2008	335	Картофельное пюре	180	5,04	5	27,2	208,8
2008	331	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	180	6,6	5,76	43,8	235,2
2016	1210	Напиток из плодов сушеных (шиповник)	200	0,4	0,2	23,8	100
2008	430	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60
	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	30	1,95	0,3	13,5	66
Итого за Обед				27,53	32,07	114,91	867,70
Итого за день				46,35	51,46	204,85	1518,31

Заведующий производством

СОГЛАСОВАНО

Директор

МОУ «Школа № 1»

Федоров С.Е.

12.11.2025г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ «Центр питания "Здоровое детство"»

Павлова Н.М.

2025г.

Двухнедельное цикличное (вариативное) сбалансированное меню бюджетного питания горячих завтраков и обедов для организации питания обучающихся 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 161,00 руб.

9 день

День: Среда

Неделя:

2

Год изд. сборника	№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
2008/АКП*	184/05	Каша овсяная (геркулес) «Копорка» с соусом ягодным (свежемороженный ягодный микс)	250/30	12,2	16,0	37,1	305,6
2008	430	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60
	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	70	5,6	2,43	37,1	196
Итого за Завтрак				18	18,53	89,23	561,6
Обед							
2011	52	Салат из свёклы отварной с маслом растительным	100	4,5	9,2	6	90,7
АКП*	73,01	Суп овощной со сладким перцем «посертоловски»	250	5,75	6	14,13	156,25
АКП*	336/04	Бульон куриный со свежей зеленью петрушки	250/10/2	5,3	1,4	1,4	113,4
2008	256	Печень по-строгановски	100	14,3	11	17,8	227,9
2008	323	Каша гречневая рассыпчатая	180	4,36	5,5	45,24	254,4
АКП*	394/01	Компот из свежих яблок и свежемороженой слив	200	0,4	0,2	34,6	133,2
2008	430	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60
	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	30	1,95	0,3	13,5	66
Итого за Обед				31,26	32,20	131,27	928,45
Итого за день				49,26	50,73	220,50	1490,05

Заведующий производством

СОГЛАСОВАНО

Директор

МОУ Лицей №14

Для
Федот / Федотов С.Е.

13.11.2025г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ "Центр питания "Здоровое детство"

Павлова Н.М. /

2025г.

Двухнедельное цикличное (вариативное) сбалансированное меню бюджетного питания горячих завтраков и обедов для организации питания обучающихся 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 161,00 руб.

10 день

День: Четверг

Неделя: 2

Год изд. сборника	№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
2008/АКП*	184/10	Каша пшеничная «Тихвинка» с ягодным сорусом (свежемороженая ежевика)	250/30	12,2	15,9	32,9	340,0
2008	432	Кофейный напиток	200	1,5	1,3	22,3	107
	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	70	5,6	2,43	37,1	196
Итого за Завтрак				19,3	19,63	92,27	643
Обед							
АКП*	68	Салат из моркови с маслом растительным	100	1,22	4,8	6,7	95,8
2008	95	Борщ со свежей капусты с картофелем и сметаной	250/5	5,67	5,6	21,77	204
АКП*	336/03	Бульон куриный с гренками из батона обогащенного микронутриентами	250/10/10	11,82	9,46	22,52	213,55
АКП*	339/01	Филе птицы (индейка) в сметанном соусе	100	15	10,55	18,3	162,2
2008	325	Рис отварной	180	4,44	7,56	38,4	243,6
2007	123	Компот из свежемороженой ягод (клубника)	200	0,2	0,08	17,42	69,44
2008	430	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60
	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	30	1,95	0,3	13,5	66
Итого за Обед				28,48	28,89	116,09	841,04
Итого за день				47,78	48,52	208,36	1484,04

Заведующий производством

СОГЛАСОВАНО

Директор МОУ Лицей №1
Редупов С.Е.
 14.11.2025г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ "Центр питания "Здоровое детство"
Павлова Н.М.
 2025г.

Двухнедельное цикличное (вариативное) сбалансированное меню бюджетного питания горячих завтраков и обедов для организации питания обучающихся 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 161,00 руб.

11 день

День: Пятница

Неделя: 2

Год изд. сборника	№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
2008	210	Макароны с сыром	210/15	15,3	17,0	42,4	354,0
2008	430	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60
2011	338	Яблоко свежее	100	0,54	0,54	13,17	60,84
	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	25	2	0,87	13,25	70
Итого за Завтрак				18,04	18,51	83,85	544,84
Обед							
2011	70/2	Огурец соленый (порционно)	100	0,8	0,1	1,7	13
2008	84	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	250/5	3,08	5,6	12,7	150,26
АКП*	336/04	Бульон куриный со свежей зеленью петрушки	250/10/2	5,3	1,4	1,4	113,4
АКП*	78,01	Мясо духовое (свинина) «по-кронштадтски» с картофелем и овощами	280	22,4	22,16	86,8	522,4
2008	436	Напиток лимонный	200	0,2	0	6,4	68
2008	430	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60
	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	30	1,95	0,3	13,5	66
Итого за Обед				28,43	28,16	121,10	819,66
Итого за день				46,47	46,67	204,95	1364,50

Заведующий производством _____

СОГЛАСОВАНО

Директор

МОУ "Школа № 1"
 Федотов С.Е.
 17.11. 2025г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ "Центр питания "Здоровое детство"

Павлова Н.М.

2025г.

Двухнедельное цикличное (вариативное) сбалансированное меню бюджетного питания горячих завтраков и обедов для организации питания обучающихся 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 161,00 руб.

1 день

День: Понедельник

Неделя: 1

Год изд.сборника	№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
2008/АКП*	189/03	Каша пшеничная «Монрепо» с ягодным соусом (свежемороженый крыжовник)	200/30	8,4	12,1	32,8	283,5
2008	430	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60
	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	70	5,6	2,43	37,1	196
Итого за Завтрак				14,15	14,63	84,9	539,5
Обед							
2011/АКП*	4/1 71/1	Салат из белокочанной капусты, кукурузы и маслом растительным «Переменка» до 28.02 Овощи порционно: помидор свежий с 01.03	100/100	1,7	6,6	10,3	106,7
2008	99/73	Суп картофельный с горохом и гречками из батона обогащенного микронутриентами	250/10	8,93	6,1	25,83	185,5
АКП*	336/03	Бульон куриный с гречками из батона обогащенного микронутриентами	250/10/10	11,82	9,46	22,52	213,55
АКП*	280/04	Гуляш из индейки (филе) «по-вепски»	100	12,1	10,9	1,9	139,2
2008	331	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	180	6,6	5,76	43,8	235,2
АКП*	29/04	Компот из свежемороженых ягод (ягодный микс)	200	0,2	0	25,7	105
2008	430	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60
	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	30	1,95	0,3	13,5	66
Итого за Обед				31,48	29,66	121,03	837,60
Итого за день				45,63	44,29	205,93	1377,1

Заведующий производством

СОГЛАСОВАНО

Директор

МОУ Лицей №1

Федотов С.Е.

18.11.2025г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ "Центр питания "Здоровое детство"

Павлова Н.М.

2025г.

Двухнедельное цикличное (вариативное) сбалансированное меню бюджетного питания горячих завтраков и обедов для организации питания обучающихся 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 161,00 руб.

2 день

День: Вторник

Неделя: 1

Год изд. сборника	№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
2008	210	Макароны с сыром	210/15	15,3	17,0	42,4	354,0
2008	432	Кофейный напиток	200	1,5	1,3	22,3	107
2011	338	Яблоко свежее	100	0,54	0,54	13,17	60,84
	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	25	2	0,87	13,25	70
Итого за Завтрак				19,34	19,71	91,15	591,84
Обед							
2008	20	Салат из соленых огурцов с луком (репчатым) до 28.02 Салат из соленых огурцов с луком (зеленым) с 01.03	100/100	2,7	5,1	2,6	67
2008	95	Борщ со свежей капусты с картофелем и сметаной	250/5	5,67	5,6	21,77	204
АКП*	336/04	Бульон куриный со свежей зеленью петрушки	250/10/2	5,3	1,4	1,4	113,4
2008	241	Котлета рыбная «Ладожская» любительская	100	13,6	8,04	17,4	190
2008	326	Рис припущенный с овощами	180	3,96	13	42,3	234
2008	335	Картофельное пюре	180	5,04	5	27,2	208,8
АКП*	402,02	Компот из свежемороженой ягод (клубника)	200	0,2	0,08	17,42	69,44
2008	430	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60
	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	30	1,95	0,3	13,5	66
Итого за Обед				28,08	32,12	114,99	830,44
Итого за день				47,42	51,83	206,14	1422,28

Заведующий производством

СОГЛАСОВАНО

Директор

Мочалов Н.И.
 Федоткин Редупов С.Е.
 19.11.2025г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ "Центр питания "Здоровое детство"

Павлова Н.М.

2025г.

Двухнедельное цикличное (вариативное) сбалансированное меню бюджетного питания горячих завтраков и обедов для организации питания обучающихся 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 161,00 руб.

3 день

День: Среда

Неделя: 1

Год изд. сборника	№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
2008/АКП*	189/08	Каша рисовая молочная с ягодным соусом (свежемороженый ягодный микс)	250/30	12,2	16,4	29,9	320,4
2008	430	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60
	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	70	5,6	2,43	37,1	196
Итого за Завтрак				18	18,93	82	576,4
Обед							
2008	23	Салат из помидоров и огурцов с растительным маслом (без лука)	100	0,9	8,8	2,9	106
АКП*	86/01	Картофельный крем-суп с ржаными сухариками «Саблинский»	250/10	4,6	5,2	19,44	147,58
АКП*	336/03	Бульон куриный с гренками из батона обогащенного микронутриентами	250/10/10	11,82	9,46	22,52	213,55
АКП*/2008	371/01	Тефтели «Сосновоборские» из филе птицы (куриное) в сметанном соусе	100/30	16,3	12,3	21,7	219,9
2008	323	Каша гречневая рассыпчатая	180	4,36	5,5	45,24	254,4
2008	402	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,1	25,7	131
2008	430	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60
	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	30	1,95	0,3	13,5	66
Итого за Обед				28,71	32,20	128,48	924,88
Итого за день				46,71	51,13	210,48	1501,28

Заведующий производством

СОГЛАСОВАНО

Директор

МОУ Лицей № 1

Гузюк Редупов С.Е.

20.11.2025г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ "Центр питания "Здоровое детство"

Павлова Н.М.

2025г.



Двухнедельное цикличное (вариативное) сбалансированное меню бюджетного питания горячих завтраков и обедов для организации питания обучающихся 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 161,00 руб.

4 день

День: Четверг

Неделя: 1

Год изд. сборника	№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
2008/АКП*	184/05	Каша овсяная (геркулес) «Копорка» с соусом ягодным (свежемороженая клубника)	250/30	10,1	14,6	35,1	305,5
2008	433	Какао с молоком	200	3	2,6	22,9	134,2
	к/к	Батон обогащенный микроэлементами	70	5,6	2,43	37,1	196
Итого за Завтрак				18,7	19,63	95,1	635,7
Обед							
2011	52	Салат из свёклы отварной с маслом растительным	100	4,5	9,2	6	90,7
2008	91	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	250/5	2,8	5,77	16,4	181,9
АКП*	336/04	Бульон куриный со свежей зеленью петрушки	250/10/2	5,3	1,4	1,4	113,4
АКП*	180/01	Плов из булгура со свиной «Корела»	280	22	15,75	61,6	430,7
2007	123	Компот из свежемороженых ягод (крыжовник)	200	0,2	0,08	17,42	69,44
2008	430	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60
	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	30	1,95	0,3	13,5	66
Итого за Обед				31,45	31,10	114,92	838,74
Итого за день				50,15	50,73	210,02	1474,44

Заведующий производством