



СОГЛАСОВАНО
 Директор *Ирина Александровна Давыдова*
Давыдова И.В.

2025 г.




УТВЕРЖДАЮ
 Генеральный директор ООО «СТК»
 Для *Степанова Е.Г.*
 документов
 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 Томского района.

День: Понедельник
 Неделя: 1

Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
2-й Завтрак						
Чай с сахаром	200	0	0	15	60	430
Печенье в ассортименте	40	5	4,15	16,7	110,6	к/к
Итого за 2-й Завтрак	240	5	4,15	31,66	170,6	
Обед						
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
Итого за Обед	815	29,7	27,9	119,6	788,9	
Итого за день		34,7	32,1	151,3	959,5	

Заведующий производством _____


СОГЛАСОВАНО
 Директор Ирина Владимировна Давлеткина
 2025 г.


УТВЕРЖДАЮ
 Генеральный директор ООО «СТК»
 Степанова Е.Г.
 Для документов
 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: Вторник
 Неделя: 1

Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рсц.
		Б	Ж	У		
2-й Завтрак						
Чай с сахаром	200	0	0	15	60	430
Вафли в ассортименте	40	1,3	2	27,3	114	к/к
Итого за 2-й Завтрак	240	1,3	2	42,3	174	
Обед						
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: 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
Итого за Обед	815	27,5	27,8	128	864,7	
Итого за день		28,8	29,8	170,3	1038,7	

Заведующий производством _____

СОГЛАСОВАНО

Директор Иван Александрович Давыдов
Иван Александрович Давыдов
 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ

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 Тосненского района.

День: Среда
 Неделя: 1

Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
2-й Завтрак						
Чай с сахаром	200	0	0	15	60	430
Пряник	40	1,1	2,2	18,4	137,6	к/к
Итого за 2-й Завтрак	240	1,1	2,16	33,4	197,6	
Обед						
Борщ со свежей капустой, картофелем и со сметаной	255	5,6	10,6	3,7	148,4	76
*Бульон куриный с гречками	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
Итого за Обед	815	30,2	28,8	117,1	859,9	
Итого за день		31,3	31,0	150,5	1057,5	

Заведующий производством _____


СОГЛАСОВАНО
 Директор Ирина Владимировна Давлеткина
 2025 г.


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

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 Тосненского района.

День: Четверг
 Неделя: 1

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
2-й Завтрак						
Чай с сахаром	200	0	0	15	60	430
Печенье в ассортименте	40	5	4,1	16,7	110,6	к/к
Итого за 2-й Завтрак	240	5	4,1	31,66	170,6	
Обед						
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 свининой	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
Итого за Обед	810	28,8	32,8	111,9	894,6	
Итого за день		33,8	36,9	143,6	1065,2	

Заведующий производством _____

СОГЛАСОВАНО

Директор Ирина Владимировна Давлеткина *Ирина Владимировна Давлеткина*

2025 г.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО «СТК»
Степанова Е.Г.

2025 г.

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 Тосненского района.

День: Пятница
 Неделя: 1

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецеп.
		Б	Ж	У		
2-й Завтрак						
Чай с сахаром	200	0	0	15	60	430
Вафли в ассортименте	40	1,3	2	24,3	114	к/к
Итого за 2-й Завтрак	240	1,3	2	39,3	174	
Обед						
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 обогащенный	40	2,6	0,5	15,8	78,2	к/к
Итого за Обед	815	31,1	28,1	118,4	877,74	
Итого за день		32,4	30,1	157,7	1051,7	

Заведующий производством _____

СОГЛАСОВАНО

Директор Ирина Владимировна Давлеткина *Ирина Владимировна Давлеткина*

2025 г.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО «СТК» *Степанова Е.Г.*

Для документов

2025 г.

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 Тосненского района.

День: Понедельник
Неделя: 2

Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
2-й Завтрак						
Чай с сахаром	200	0	0	15	60	430
Печенье в ассортименте	40	0,1	4,2	16,7	110,6	к/к
Итого за 2-й Завтрак	240	0,1	4,15	31,66	170,6	
Обед						
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
Итого за Обед	800	29,8	30,3	112,4	898,5	
Итого за день		29,9	34,5	144,0	1069,1	

Заведующий производством _____


 СОГЛАСОВАНО
 Директор Ирина Владимировна Шолова
 Давлетшина К. В.
 2025 г.


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

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 Тосненского района.

День: Вторник
 Неделя: 2

Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
2-й Завтрак						
Чай с сахаром	200	0	0	15	60	430
Вафли в ассортименте	40	1,3	2	27,3	114	к/к
Итого за 2-й Завтрак	240	1,3	2	42,3	174	
Обед						
Борщ со свежей капустой, картофелем и со сметаной	255	5,6	10,6	8,7	148,4	76
*Бульон куриный с гренками	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
Итого за Обед	805	27,8	39,1	165,0	1123,15	
Итого за день		29,1	41,1	207,3	1297,2	

Заведующий производством _____



СОГЛАСОВАНО

Директор Ирина Владимировна Давлеткина *Ирина Владимировна Давлеткина* ЧОУ
 2025 г.



УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО «СТК»
 Для Степанова Е.Г.
 документов
 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: Среда
 Неделя: 2

Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
2-й Завтрак						
Чай с сахаром	200	0	0	15	60	430
Пряник	40	1,1	2,2	18,4	137,6	к/к
Итого за 2-й Завтрак	240	1,1	2,16	33,4	197,6	
Обед						
Щи из квашеной капусты с картофелем и сметаной	255	3,4	10,4	9,2	116,9	88
*Бульон куриный с гречками	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
Итого за Обед	815	28,1	29,0	124,8	836,5	
Итого за день		29,2	31,2	158,2	1034,1	

Заведующий производством _____

СОГЛАСОВАНО

Директор Ирина Александровна Давыденко
Ирина Александровна Давыденко
 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ

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 Тосненского района.

День: Четверг
 Неделя: 2

Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
2-й Завтрак						
Чай с сахаром	200	0	0	15	60	430
Печенье в ассортименте	40	5	4,15	16,66	110,6	к/к
Итого за 2-й Завтрак	240	5	4,15	31,66	170,6	
Обед						
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: 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
Итого за Обед	805	28,4	27,4	112,7	847,1	
Итого за день		33,4	31,6	144,3	1017,7	

Заведующий производством _____

СОГЛАСОВАНО

Директор Ирина Александровна Давлеткина *Ирина Александровна Давлеткина*

2025 г.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО «СТК» *Степанова Е.Г.*

Для документов

2025 г.

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 Тосненского района.

День: Пятница
Неделя: 2

Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
2-й Завтрак						
Чай с сахаром	200	0	0	15	60	430
Вафли в ассортименте	40	1,3	2	27,3	114	к/к
Итого за 2-й Завтрак	240	1,3	2	42,3	174	
Обед						
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
Итого за Обед	810	29,9	27,9	115,0	848,9	
Итого за день		31,2	29,9	157,3	1022,9	

Заведующий производством _____