



МЕДИЦИНСКИЙ КОЛЛЕДЖ № 2

ООО «ФУД-СЕРВИС»

Меню для организации питания обучающихся



Согласовано

Директор СПб ГБПОУ МК №2

Ряскин А.Н.



Утверждено

Ген. Директор ООО "Фуд-Сервис"

Бохман М.П.

МЕНЮ БЮДЖЕТНОЕ ПИТАНИЕ (12-18 лет) КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД

1 день							
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СОЛЕНЫМИ ОГУРЦАМИ И МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	100	1,3	7,9	8,5	139,8	37	2011
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	250/0/5	2,7	5,7	7,2	92,3	83	2008
БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	16,6	23,4	16,2	340,5	314	2008
РАГУ ОВОЩНОЕ	180	3,6	11,2	17,9	188,2	349	2008
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,6	0,3	21,9	92,6	441	2008
ВАФЛИ	20	6,2	3,7	25,9	123,8		2008
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,6	0,9	10,4	57,5	802	к/к
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	2,4	1,3	15,3	69,0	801	к/к
ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,5	45,6	2	2011
Итого за прием пищи:	985	34,9	54,6	134,4	1 148,7		
Всего за день:		34,9	54,6	134,4	1 148,7		



МЕДИЦИНСКИЙ КОЛЛЕДЖ № 2

ООО «ФУД-СЕРВИС»

Меню для организации питания обучающихся

Согласовано

Директор СПб ГБПОУ МК №2
Ряскин А.Н.



Утверждено
Ген. Директор ООО "Фуд-Сервис"
Бохман М.П.

МЕНЮ БЮДЖЕТНОЕ ПИТАНИЕ (12-18 лет) КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД

2 день							
Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	100	1,2	5,1	10,7	93,5	41	2008
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ И КУРОЙ	250/0/10	4,5	5,3	16,9	133,7	98	2008
ФИЛЕ ПТИЦЫ ЗАПЕЧЕННОЕ	100	24,5	27,6	0,0	346,6	313	2008
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,9	4,9	26,3	165,2	335	2008
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТ. С	180	0,0	0,0	21,0	83,6	402	2008
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,6	0,9	10,4	57,5	802	к/к
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	2,4	1,3	15,3	69,0	801	к/к
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,8	2,5	4,5	56,5	012	2008
Итого за прием пищи:	970	28,8	28,9	118,6	841,8		
Всего за день:		28,8	28,9	118,6	841,8		



МЕДИЦИНСКИЙ КОЛЛЕДЖ № 2

ООО «ФУД-СЕРВИС»

Меню для организации питания обучающихся

Согласовано

Директор СПб ГБПОУ МК №2

Ряскин А.Н.



Утверждено

Ген. Директор ООО "Фуд-Сервис"

Бохман М.П.



МЕНЮ БЮДЖЕТНОЕ ПИТАНИЕ (12-18 лет) КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД

3 день							
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	100	1,7	15,3	12,9	196,4	43	2008
БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	250/0/5	2,1	5,6	10,0	100,8	75	2008
РУЛЕТ ИЗ ГОВЯДИНЫ С ЛУКОМ И ЯЙЦОМ	100	13,2	15,2	10,3	229,8	280	2008
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,5	4,4	41,8	233,4	331	2008
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,6	0,3	21,9	92,6	441	2008
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,6	0,9	10,4	57,5	802	к/к
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	2,4	1,3	15,3	69,0	801	к/к
МАНДАРИН	85	0,7	0,0	6,4	32,3	6	2011
Итого за прием пищи:	950	28,8	43,0	129,0	1 011,8		
Всего за день:		28,8	43,0	129,0	1 011,8		



МЕДИЦИНСКИЙ КОЛЛЕДЖ № 2

ООО «ФУД-СЕРВИС»

Меню для организации питания обучающихся



Согласовано

Директор СПб ГБПОУ МК №2

Ряскин А.Н.



Утверждено

Ген. Директор ООО «Фуд-Сервис»

Бохман М.П.

МЕНЮ БЮДЖЕТНОЕ ПИТАНИЕ (12-18 лет) КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД

4 день							
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ, ФИЛЕ СЕЛЬДИ	80/20	4,5	6,4	6,8	102,6	52	2011
СУП ОВОЩНОЙ	250	2,4	4,8	10,9	97,6	95	2008
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	250	22,3	31,3	44,4	548,4	311	2008
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТ. С	180	0,0	0,0	21,0	83,6	402	2008
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,6	0,9	10,4	57,5	802	к/к
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	2,4	1,3	15,3	69,0	801	к/к
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,8	2,5	4,5	56,5	012	2008
Итого за прием пищи:	930	36,1	47,3	114,7	1 024,3		
Всего за день:		36,1	47,3	114,7	1 024,3		



МЕДИЦИНСКИЙ КОЛЛЕДЖ № 2

ООО «ФУД-СЕРВИС»

Меню для организации питания обучающихся



Согласовано
Директор СПб ГБПОУ МК №2
Ряскин А.Н.

Утверждено
Ген. Директор ООО "Фуд-Сервис"
Бохман М.П.

МЕНЮ БЮДЖЕТНОЕ ПИТАНИЕ (12-18 лет) КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД

5 день							
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	100	1,6	5,0	8,0	85,1	62/83	1999
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КУРОЙ	250/0/10	4,7	6,8	15,4	142,5	105	2008
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ СО СВИНИНОЙ	250	13,1	28,7	41,3	438,8	315/631	1999
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,1	0,1	24,4	100,0	394	2008
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,6	0,9	10,4	57,5	802	к/к
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	2,4	1,3	15,3	69,0	801	к/к
АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	100	0,9	0,2	8,1	43,0	16	2011
Итого за прием пищи:	940	24,4	43,0	122,9	935,9		
Всего за день:		24,4	43,0	122,9	935,9		



МЕДИЦИНСКИЙ КОЛЛЕДЖ № 2

ООО «ФУД-СЕРВИС»

Меню для организации питания обучающихся



Согласовано

Директор СПб ГБПОУ МК № 2

Ряскин А.Н.



Утверждено

Ген. Директор ООО "Фуд-Сервис"

Бохман М.П.

МЕНЮ БЮДЖЕТНОЕ ПИТАНИЕ (12-18 лет) КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД

6 день							
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	100	0,8	0,1	1,7	13,0	14	2008
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	250	3,0	3,5	19,3	121,6	93	2008
БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	16,6	23,4	16,2	340,5	314	2008
РИС ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	4,3	4,2	45,2	236,2	325	2008
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ С ВИТАМИНОМ С	180	0,2	0,0	23,1	94,5	437	2008
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,6	0,9	10,4	57,5	802	к/к
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	2,4	1,3	15,3	69,0	801	к/к
ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,5	45,6	2	2011
Итого за прием пищи:	960	25,8	15,9	131,2	764,7		
Всего за день:		25,8	15,9	131,2	764,7		



МЕДИЦИНСКИЙ КОЛЛЕДЖ № 2

ООО «ФУД-СЕРВИС»

Меню для организации питания обучающихся

Согласовано

Директор СПб ГБПОУ МК №2

Ряскин А.Н.



Утверждено

Ген. Директор ООО "Фуд-Сервис"

Бохман М.П.

МЕНЮ БЮДЖЕТНОЕ ПИТАНИЕ (12-18 лет) КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД

7 день							
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	100	1,3	10,1	7,3	126,8	51	2008
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	250/0/5	2,6	6,6	14,1	126,0	94	2008
ПЕЧЕНЬ, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ	100/0/20	19,1	12,0	3,8	200,2	261	2011
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,5	4,4	41,8	233,4	331	2008
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,6	0,3	21,9	92,6	441	2008
ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	1,9	14,5	80,9	к/к	к/к
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,6	0,9	10,4	57,5	802	к/к
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	2,4	1,3	15,3	69,0	801	к/к
АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	100	0,9	0,2	8,1	43,0	16	2011
Итого за прием пищи:	1005	36,0	37,5	138,8	1 028,8		
Всего за день:		36,0	37,5	138,8	1 028,8		



МЕДИЦИНСКИЙ КОЛЛЕДЖ № 2

ООО «ФУД-СЕРВИС»

Меню для организации питания обучающихся

Согласовано

Директор СПб ГБПОУ МК №2

Ряскин А.Н.



Утверждено

Ген. Директор ООО "Фуд-Сервис"

Бохман М.П.



МЕНЮ БЮДЖЕТНОЕ ПИТАНИЕ (12-18 лет) КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД

8 день							
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	100	1,5	5,1	9,4	90,5	35	2008
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	250/0/10	4,4	3,0	19,3	122,6	92	2008
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	16,6	23,4	16,2	340,5	305	2008
РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	180	4,3	4,2	45,2	236,2	326	2008
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТ. С	180	0,0	0,0	21,0	83,6	402	2008
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,6	0,9	10,4	57,5	802	к/к
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	2,4	1,3	15,3	69,0	801	к/к
ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,5	45,6	2	2011
Итого за прием пищи:	970	31,2	38,3	146,3	1 045,5		
Всего за день:		31,2	38,3	146,3	1 045,5		



МЕДИЦИНСКИЙ КОЛЛЕДЖ № 2

ООО «ФУД-СЕРВИС»

Меню для организации питания обучающихся

Согласовано

Директор СПб ГБПОУ МК №2

Ряскин А.Н.



Утверждено

Ген. Директор ООО «Фуд-Сервис»

Бохман М.П.



МЕНЮ БЮДЖЕТНОЕ ПИТАНИЕ (12-18 лет) КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД

9 день							
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	100	1,7	15,3	12,9	196,4	43	2008
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	250/0/5	3,0	6,0	16,6	133,1	91	2008
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ, СОУС ТОМАТНЫЙ	100/0/20	13,2	18,5	10,6	260,6	283	2008
ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ	180	3,8	11,3	21,0	202,0	351	2008
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,6	0,3	21,9	92,6	441	2008
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,6	0,9	10,4	57,5	802	к/к
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	2,4	1,3	15,3	69,0	801	к/к
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,8	2,5	4,5	56,5	012	2008
Итого за прием пищи:	985	28,5	55,9	114,8	1 067,0		
Всего за день:		28,5	55,9	114,8	1 067,0		



МЕДИЦИНСКИЙ КОЛЛЕДЖ № 2

ООО «ФУД-СЕРВИС»

Меню для организации питания обучающихся

Согласовано

Директор СПб ГБПОУ МК №2

Ряскин А.Н.



Утверждено

Ген. Директор ООО «Фуд-Сервис»

Бохман М.П.



МЕНЮ БЮДЖЕТНОЕ ПИТАНИЕ (12-18 лет) КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД

10 день							
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	100	2,7	5,1	2,6	67,0	20	2008
БОРЩ СИБИРСКИЙ СО СВИНИНОЙ И СМЕТАНОЙ	250/10/5	5,6	8,6	18,4	168,2	80	2008
ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ РУБЛЕННЫЕ	100	11,4	11,0	13,0	197,2	243	2008
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,9	4,9	26,3	165,2	335	2008
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,1	0,1	24,4	100,0	394	2008
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,6	0,9	10,4	57,5	802	к/к
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	2,4	1,3	15,3	69,0	801	к/к
МАНДАРИН	85	0,7	0,0	6,4	32,3	6	2011
Итого за прием пищи:	960	28,4	31,9	116,8	856,4		
Всего за день:		28,4	31,9	116,8	856,4		



МЕДИЦИНСКИЙ КОЛЛЕДЖ № 2

ООО «ФУД-СЕРВИС»

Меню для организации питания обучающихся

Согласовано

Директор СПб ГБУОУ МК №2

Ряскин А.Н.



Утверждено

Ген. Директор ООО «Фуд-Сервис»

Бохман М.П.



МЕНЮ БЮДЖЕТНОЕ ПИТАНИЕ (12-18 лет) КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД

11 день							
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ С ЯЙЦОМ, С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	100	2,6	7,3	7,3	103,3	33	2012
СУП ГОРОХОВЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	250	6,3	5,1	18,8	147,1	99	2008
ФИЛЕ ПТИЦЫ ЗАПЕЧЕННОЕ	100	24,5	27,6	0,0	346,6	313	2008
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,5	4,4	41,8	233,4	331	2008
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТ. С	180	0,0	0,0	21,0	83,6	402	2008
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,6	0,9	10,4	57,5	802	к/к
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	2,4	1,3	15,3	69,0	801	к/к
ЙОГУРТ ЖИРН. 2,5%	100	2,8	2,5	4,5	56,5	012	2008
Итого за прием пищи:	960	46,8	49,2	121,6	1 105,4		
Всего за день:		46,8	49,2	121,6	1 105,4		



МЕДИЦИНСКИЙ КОЛЛЕДЖ № 2

ООО «ФУД-СЕРВИС»

Меню для организации питания обучающихся

Согласовано

Директор СПб ГБПОУ МК №2

Ряскин А.Н.



Утверждено

Ген. Директор ООО «Фуд-Сервис»

Бохман М.П.



МЕНЮ БЮДЖЕТНОЕ ПИТАНИЕ (12-18 лет) КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД

12 день							
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность, ккал	№ рецеп- туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Обед							
САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	100	3,6	10,2	7,8	137,0	30	2008
ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	250/0/5	2,3	5,8	7,4	92,7	88	2008
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ ПОД МОЛОЧНЫМ СОУСОМ.	100	9,6	15,8	9,6	219,2	273	2011
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	10,6	6,4	47,8	290,8	323	2008
НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ С ВИТАМИНОМ С	180	0,2	0,0	22,6	91,8	436	2008
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,6	0,9	10,4	57,5	802	к/к
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	2,4	1,3	15,3	69,0	801	к/к
ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,5	45,6	2	2011
Итого за прием пищи:	965	30,7	40,8	130,4	1 003,6		
Всего за день:		30,7	40,8	130,4	1 003,6		