



УТВЕРЖДАЮ
 Ген. директор ООО «Северная столица»
 Левин Д.А.



Применение двухнедельное сбалансированное циклическое меню горячего питания (завтрак, завтрак, обед, полдник, ужин, поздний ужин)
 для обучающихся в образовательных организациях Ленинградской области в 2021 году
 Возрастная категория: 12 лет и старше
 Неделя: 2 День: четвергый

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (гр)	Энергетич. ценность, ккал
1	2	6
ЗАВТРАК		
Пудинг из творога запеченный	150	395,40
Соус молочный (сладкий)	50	50,80
Хлеб пшеничный обогащенный	20	47,00
Чай с сахаром	200	52,50
Кондитерское изделие (печенье, вафля, пряник)	75	209,00
Итого за завтрак:		754,70
ЗАВТРАК 2		
Йогурт питьевой «Агуша» 2,7%	200	160,00
Итого за завтрак 2:		160,00
ОБЕД		
Салат из белокочанной капусты *	100	89,14
Уха с крупой	250	162,00
Бефстроганов	100	314,54
Рис отварной	180	286,68
Компот из свежих плодов (яблоки) **	180	61,20
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	25	49,83
Хлеб пшеничный обогащенный	20	52,16
Итого за обед:		1015,55
ПОЛДНИК		
Сок в индивидуальной упаковке	200	92,00
Пирожки с картошкой	60	172,37
Итого за полдник:		264,37
УЖИН		
Жаркое по-домашнему	200	425,08
Огурец соленый в нарезке	20	4,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	59,80
Чай с сахаром	200	52,50
Итого за ужин:		541,38
ПОЗДНИЙ УЖИН		
Фрукт свежий	150	70,50
Итого за поздний ужин:		70,50
Итого за день:		2806,50

Зав. производством 