СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Ген. директор ООО "Северная столица"

Левин Д.А.

Примерное двухнедельное сбалансированное цикличное меню горячего питания (завтрак, завтрак 2, обед, полдник, ужин, поздний ужин)

для обучающихся в образовательных организациях Ленинградской области в 2021 году

Возрастная категория: 7-11 лет

Неделя: 2 **День: пятый**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (гр)	Энергетич. ценность, ккал
1	2	6
ЗАВТРАК		
Котлета рубленая из птицы	70	195,00
Соус томатный	50	36,70
Макаронные изделия отварные	150	210,72
Овощи натуральные свежие (помидоры)	30	3,50
Хлеб пшеничный обогащенный	20	52,16
Чай с лимоном	200	52,50
Итого за завтрак:		**550,58**
ЗАВТРАК 2		
Напиток молочный "Чудо-детки" 2,5%	200	142,00
Итого за завтрак 2:		**142,00**
ОБЕД		
Салат из свеклы с растительным маслом	60	63,00
Щи из свежей капусты с картофелем	200	142,31
Печень по-строгановски	100	203,60
Каша гречневая рассыпчатая	150	265,91
Компот из смеси сухофруктов **	180	131,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	25	49,83
Хлеб пшеничный обогащенный	20	52,16
Итого за обед:		**907,81**
ПОЛДНИК		
Сок в индивидуальной упаковке	200	92,00
Пирожок с капустой	60	172,37
Итого за полдник:		**264,37**
УЖИН		
Рагу из птицы	200	275,00
Огурец соленый в нарезке	20	4,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	59,80
Чай с сахаром	200	52,50
Итого за ужин:		**391,30**
ПОЗДНИЙ УЖИН		
Фрукт свежий(груша)	150	70,50
Итого за поздний ужин:		**70,50**
Итого за день:		**2256,06**

Зав. производством