



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: 1 День: первый

ЗАВТРАК		
Омлет натуральный	150	253,00
Зеленый горошек консервированный отварной	30	11,82
Хлеб пшеничный обогащенный	20	52,16
Чай с сахаром	200	52,50
Кондитерское изделие (вафля)	20	209,00
Итого за завтрак:		578,48
ЗАВТРАК 2		
Напиток молочный "Чудо-детки" 2,5%	200	160,00
Итого за завтрак 2:		160,00
ОБЕД		
Салат из белокачанной капусты *	60	53,70
Суп из овощей	200	125,02
Плов из птицы	200	448,60
Компот из смеси сухофруктов **	180	131,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	25	49,83
Хлеб пшеничный обогащенный	20	47,00
Итого за обед:		855,15
ПОЛДНИК		
Сок в индивидуальной упаковке	200	92,00
Пирожок с капустой	60	172,37
Итого за полдник:		264,37
УЖИН		
Котлета рубленая из птицы	70	195,00
Соус томатный	50	36,70
Картофельное пюре	150	172,22
Огурец соленый в нарезке	20	4,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	30	59,80
Чай с сахаром	200	52,50
Итого за ужин:		520,22
ПОЗДНИЙ УЖИН		
Фрукт свежий(банан)	150	70,50
Итого за поздний ужин:		70,50
Итого за день:		2448,72

Зав. производством