




 УТВЕРЖДАЮ
 Ген. директор ООО "Северная столица"
 Левин Д.А.



Примерное двухнедельное сбалансированное циклическое 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: 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