

СОГЛАСОВАНО

Директор



19 сентября 2022г.

УТВЕРЖДАЮ



Генеральный директор ООО "СТК"

Степанова Е.Г.

2022г.

Двухнедельное сбалансированное циклическое меню горячего питания
(завтрак, завтрак 2, обед, полдник, ужин, поздний ужин)
для обучающихся 7-11 лет в образовательных организациях Ленинградской области в 2022 году
стоимостью 297 руб.00 коп.

День: Понедельник
Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
184*	Каша вязкая геркулесовая с маслом сливочным	150/5	5,1	7,5	23	180,44
433*	Какао с молоком	200	3	2,6	24,8	134,15
к/к	Батон обогащенный	40	3,16	0,4	19,3	94,4
Итого за Завтрак			11,26	10,5	67,1	408,99
2-й Завтрак						
к/к	Йогурт фруктовый (шт.)	125	3,75	3,1	17,4	101
Итого за 2-й Завтрак			3,75	3,1	17,4	101
Обед						
95*	Суп из овощей со сметаной	200/5	2,08	4,2	17,6	116,8
283/364*	Тефтели мясные с соусом молочным	80/50	11,63	9,67	48,4	328
331*	Макаронные изделия отварные	150/5	5,6	4,8	36	209,61
к/к	Напиток каркаде	200	0,04	0	15,22	61
к/к	Батон обогащенный	40	3,16	0,4	19,3	94,4
Итого за Обед			22,51	19,07	136,52	809,81
Полдник						
442*	Сок фруктовый	200	0,3	0	24	96,0
к/к	Кондитерские изделия	40	1,5	2	14,9	83,3
Итого за Полдник			1,8	2	38,9	179,3
Ужин						
254*	Изделия колбасные вареные (сосиски)	50	11,3	24,6	0,4	268,5
335*	Картофельное пюре	150/5	3,4	8,3	22,4	150,55
431*	Чай с сахаром и лимоном	200/5	0,3	0	15,2	61,0
к/к	Батон обогащенный	40	3,16	0,4	19,3	94,4
Итого за Ужин			18,16	33,3	57,3	574,47
2-ой ужин						
к/к	Фрукты сезонные	150	0,4	0,4	9,8	47
Итого за 2-ой ужин			0,4	0,4	9,8	47
Итого за день			57,88	68,37	327,02	2120,57

Заведующий производством