

СОГЛАСОВАНО
 Директор _____

 _____ 2022г.

УТВЕРЖДАЮ
 Генеральный директор ООО "СТК"

 Степанова Е.Г.
 _____ 2022г.

12/09
 Двухнедельное сбалансированное цикличное меню для горячего питания
 (завтрак, завтрак 2, обед, полдник, ужин, поздний ужин)

для обучающихся 12-18 лет в образовательных организациях Ленинградской области в 2022 году
 стоимостью 297 руб.00 коп.

День: Понедельник
 Неделя: 2

№ рец.	Примем 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 манная молочная с маслом сливочным	200/5	7,5	6,3	41,1	249,7
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			13,66	9,3	85,2	478,25
2-й Завтрак						
434*	Кефир	200	6,1	0,2	8	62
Итого за 2-й Завтрак			6,1	0,2	8	62
Обед						
100*	Суп картофельный с вермишелью	250	3,6	2,6	22,5	134,1
211*	Плов из птицы	250	25,5	28,8	46,9	535
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			32,30	31,80	103,92	824,50
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						
299*	Запеканка картофельная с мясом	250	30,8	14,4	34,1	388,6
431*	Чай с сахаром и лимоном	200/5	200/5	0,3	0	15,2
к/к	Батон обогащенный	40	3,16	0,4	19,3	94,4
Итого за Ужин			33,96	15,1	53,4	498,2
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			88,22	58,80	299,22	2089,25

Заведующий производством _____