

СОГЛАСОВАНО
 Директор _____
 16 сентября 2022г.

УТВЕРЖДАЮ
 Генеральный директор ООО "СТК"
 Степанова Е.Г.
 16 сентября 2022г.

Двухнедельное сбалансированное цикличное меню 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: Пятница
 Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
210*	Макароны с сыром	200	23,5	17,7	116,5	718,2
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 Завтрак			26,70	18,10	151,02	873,60
2-й Завтрак						
434*	Кефир	200	6,1	0,2	8	62
Итого за 2-й Завтрак			6,1	0,2	8	62
Обед						
99*	Суп картофельный с горохом и гречками	250/20	11,6	10,1	31,1	253,8
273/366*	Котлеты особые мясные с соусом молочным	100/50	27,3	36,3	11,6	445
323*	Каша гречневая рассыпчатая	180	4,3	6	44,5	229,8
436*	Напиток лимонный	200	0,1	0	24,3	97,5
к/к	Батон обогащенный	40	3,16	0,4	19,3	94,4
Итого за Обед			46,46	52,8	130,8	1120,5
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						
402***	Сердце в соусе	75/50	27,2	10,7	6,5	230
335*	Картофельное пюре	180	4,1	9,9	26,9	180,7
11,22**	Чай с молоком и сахаром	200/15	1,5	1,7	17,4	91,2
к/к	Батон обогащенный	40	3,16	0,4	19,3	94,4
Итого за Ужин			35,96	22,7	70,1	596,3
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			134,82	33,60	130,30	991,50

Заведующий производством _____

Handwritten signature