

СОГЛАСОВАНО

Директор \_\_\_\_\_

2022г.



УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО "СТК" \_\_\_\_\_

Степанова Е.Г.

2022г.



Двухнедельное сбалансированное циклическое меню \*горячее\* 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: Вторник  
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
<b>Завтрак</b>						
225*	Пудинг из творога с изюмом и молоком	120/30	21,3	18,6	47,3	441,3
432*	Кофейный напиток	200	1,5	1,3	22,3	107
к/к	Батон обогащенный	40	3,16	0,4	19,3	94,4
<b>Итого за Завтрак</b>			25,96	20,3	88,9	642,7
<b>2-й Завтрак</b>						
434*	Молоко кипяченое	200	6,0	8,0	7,0	124,0
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>			6	8	7	124
<b>Обед</b>						
91*	Рассольник Ленинградский со сметаной	200/5	5,3	4,4	13,6	114,8
312*	Птица отварная	90	6,04	24,6	0	159,3
351*	Рагу овощное (3 вариант)	150	2,6	7,9	15,4	143,4
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
<b>Итого за Обед</b>			17,4	37,3	63,5	572,9
<b>Полдник</b>						
442*	Сок фруктовый	200	0,3	0	24	96,0
к/к	Кондитерские изделия	40	1,5	2	14,9	83,3
<b>Итого за Полдник</b>			1,8	2	38,9	179,3
<b>Ужин</b>						
291/364*	Фрикадельки в соусе томатном	80/50	5,3	12,9	0,3	167,9
323*	Каша гречневая рассыпчатая	150/5	3,6	4,8	37,1	183,8
430*	Чай с сахаром	200	0	0	15	60
к/к	Батон обогащенный	40	3,16	0,4	19,3	94,4
<b>Итого за Ужин</b>			12,01	18,075	71,65	506,075
<b>2-ой ужин</b>						
к/к	Фрукты сезонные	150	0,4	0,4	9,8	47
<b>Итого за 2-ой ужин</b>			0,4	0,4	9,8	47
<b>Итого за день</b>			63,57	86,08	279,75	2071,98

Заведующий производством \_\_\_\_\_