

СОГЛАСОВАНО

Директор



УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО "СТК"

Степанова Е.Г.

2023г.



## Двухнедельное циклическое сбалансированное меню

бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов для организации питания обучающихся 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 125 руб.

День: 5 Пятница

Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	5	6	7	8
<b>2-й Завтрак</b>						
430	Чай с сахаром	200	0	0	15	62
к/к	Вафли в ассортименте	40	1,3	2	20,3	114
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>		<b>240</b>	<b>1,3</b>	<b>2</b>	<b>35,3</b>	<b>176</b>
<b>Обед</b>						
84	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	250/5	6,3	5,3	7,1	96,5
314/366	Котлеты рубленые из птицы с соусом молочным	100/50	21,1	22,9	5,6	362
323	Каша гречневая рассыпчатая	180	4,3	6	44,5	229,8
402	Компот из сухофруктов	200	0,6	0,1	45,7	176
к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	40	2,6	0,5	15,8	78,24
<b>Итого за Обед</b>		<b>825</b>	<b>34,9</b>	<b>34,8</b>	<b>118,7</b>	<b>942,5</b>
<b>Итого за день</b>			<b>36,2</b>	<b>36,8</b>	<b>154,0</b>	<b>1118,5</b>

Заведующий производством