

СОГЛАСОВАНО

Директор

2022г.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО "СТК"

Степанова Е.Т.

2022г.

Духнетельное циклическое сбалансированное меню бюджетного питания в столовых завтраков и горячих обедов для организации питания обучающихся 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Уральского областного района, стоимостью 125 руб.

3 день

День: Среда

Неделя: 1

| № п.п. | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества (г) | | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|--------|--------------------------------|--------------|----------------------|---|---|---|--------------------------------|
| | | | Б | Ж | У | Ц | |
| 1 | 2 | 3 | 5 | 6 | 7 | 8 | |

2-й завтрак

| | | | | | | |
|------|-------------------------|-------|-----|---|------|------|
| 431* | Чай с сахаром и лимоном | 200/5 | 0,3 | 0 | 15,2 | 61,0 |
|------|-------------------------|-------|-----|---|------|------|

к/к Кондитерские изделия

40

14,9

2

2-й завтрак

| | | | | | | |
|--|--|--|-----|---|------|-------|
| | | | 1,8 | 2 | 30,1 | 144,3 |
|--|--|--|-----|---|------|-------|

Обед

| | | | | | | |
|-----|---|-------|-----|-----|------|-----|
| 95* | Борщ со свежей капустой, картофелем и со сметаной | 250/5 | 3,2 | 5,6 | 12,1 | 112 |
|-----|---|-------|-----|-----|------|-----|

к/к Рыба, тушеная в томате с овощами

125

4,9

6,9

| | | | | | | |
|------|--------------|-----|-----|-----|------|-------|
| 323* | Рис отварной | 180 | 5,5 | 8,6 | 58,2 | 307,6 |
|------|--------------|-----|-----|-----|------|-------|

к/к Кисель из сока плодово-ягодного

200

38,9

0,5

| | | | | | | |
|------|----------------------|----|-----|-----|------|-------|
| 408* | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 2,6 | 0,5 | 15,8 | 78,24 |
|------|----------------------|----|-----|-----|------|-------|

Итого за Обед

22,20 22,10 129,90 783,84

Итого за день

24,00 24,10 160,00 928,14

Заведующий производством