

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор \_\_\_\_\_

Генеральный директор ООО "СТК"

2023г.

Степанова Е.Г.

2023г.

## Двухнедельное цикличное 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:

8 Вторник

Неделя:

2

№ рецеп.	Присл. 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>						
432	Кофейный напиток	200	1,5	1,3	22,3	107
к/к	Вафли в ассортименте	40	0,3	2	36,3	114
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>		<b>240</b>	<b>1,8</b>	<b>3,3</b>	<b>58,6</b>	<b>221</b>
<b>Обед</b>						
95	Борщ со свежей капустой, картофелем и со сметаной	250/5	6,2	7,6	12,7	115
259	Гуляш из мяса (свинина)	75/50	18,1	19,6	5,6	408,3
331	Макаронные изделия отварные	180	6,7	5,8	43,2	251,5
430	Чай с сахаром	200	0	0	15	60
к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	50	3,25	0,62	19,75	97,8
<b>Итого за Обед</b>		<b>810</b>	<b>34,3</b>	<b>33,6</b>	<b>96,3</b>	<b>932,6</b>
<b>Итого за день</b>			<b>36,1</b>	<b>36,9</b>	<b>154,9</b>	<b>1153,6</b>

Заведующий производством \_\_\_\_\_

СОГЛАСОВАНО

Директор \_\_\_\_\_

10.10

2023г.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО "СТК"

Степанова Е.Г.

2023г.

**Двухнедельное цикличное сбалансированное меню**

бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов для организации питания обучающихся 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 139,8 руб., в том числе: молоко 14,80 руб.

День: 8 Вторник

Неделя: 2

№ 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>						
434	Молоко	200	6,0	8,0	7,0	124,0
к/к	Вафли в ассортименте	40	0,3	2	29,3	114
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>		<b>240</b>	<b>6,3</b>	<b>10</b>	<b>36,3</b>	<b>238</b>
<b>Обед</b>						
95	Борщ со свежей капустой, картофелем со сметаной	200/5	6,1	6,1	2,7	89,6
259	Гуляш из мяса (свинина)	50/50	14,8	17,6	5,8	389
331	Макаронные изделия отварные	150/5	5,6	4,8	48,9	209,61
430	Чай с сахаром	200	0	0	15	60
к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	40	2,6	0,5	15,8	78,24
<b>Итого за Обед</b>		<b>700</b>	<b>29,1</b>	<b>29,0</b>	<b>88,2</b>	<b>826,5</b>
<b>Итого за день</b>			<b>35,4</b>	<b>39,0</b>	<b>124,5</b>	<b>1064,5</b>

Заведующий производством \_\_\_\_\_