



Директор _____

06.09

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: 3 Среда
Неделя: 1

№ п.п.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	5	6	7	8
2-й Завтрак						
434	Молоко	200	6,0	8,0	7,0	124,0
к/к	Пряник	40	1,1	2,2	18,4	137,6
Итого за 2-й Завтрак		240	7,1	10,16	25,4	261,6
Обед						
76	Борщ со свежей капустой, картофелем и со сметаной	200/5	4,3	12,5	5,7	118,7
231	Рыба, тушенная в томате с овощами	100	16,4	8,3	2,8	120,5
325	Рис отварной	150	4,6	7,6	40,2	256,3
408	Кисель из сока плодового или ягодного натурального	200	0,6	0,5	32,9	163
к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	50	3,25	0,62	19,75	97,8
Итого за Обед		705	29,2	29,5	101,4	756,3
Итого за день			36,3	39,7	126,8	1017,9

Заведующий производством _____

СОГЛАСОВАНО

Директор _____

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО "СТК"

_____ Степанова Е.Г.

_____ 2023г.

06 сентября 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: 3 Среда

Неделя: I

№ рецеп.	Присл. пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	5	6	7	8
2-й завтрак						
431	Чай с сахаром и лимоном	200/5	0,3	0	15,2	62,0
к/к	Пряник	40	1,1	2,2	18,4	180,4
Итого за 2-й Завтрак		245	1,4	2,16	33,6	242,4
Обед						
76	Борщ со свежей капустой, картофелем и со сметаной	250/5	5,6	10,6	3,7	148,4
231	Рыба, тушеная в томате с овощами	125	19,8	14,9	6,1	152,6
325	Рис отварной	180	5,5	8,6	58,2	307,6
408	Кисель из сока плодового или ягодного натурального	200	0,6	0,5	32,9	163
к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	50	3,25	0,62	19,75	97,8
Итого за Обед		805	34,8	35,2	120,7	869,4
Итого за день			36,2	37,4	154,3	1111,8

Ведущий производством _____