

СОГЛАСОВАНО

Директор _____

Для

2023г.

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:

9 Среда

Недели:

2

| № рец. | 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 | | | | | | |
| 11,2* | Чай с молоком и сахаром | 200 | 1,5 | 2 | 15,1 | 91,2 |
| к/к | Пряник | 40 | 1,1 | 2,2 | 18,4 | 137,6 |
| Итого за 2-й Завтрак | | 240 | 2,6 | 4,16 | 33,5 | 228,8 |
| Обед | | | | | | |
| 88 | Щи из квашеной капусты с картофелем и сметаной | 250/5 | 5,2 | 8,3 | 4,3 | 136,9 |
| 241/364 | Котлеты рыбные любительские с соусом томатным | 100/50 | 20,2 | 14,8 | 11,6 | 223 |
| 325 | Рис отварной | 180 | 5,5 | 8,6 | 48,2 | 267,6 |
| 408 | Кисель из сока плодово-ягодного | 200 | 0,6 | 0,5 | 38,9 | 163 |
| к/к | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами | 40 | 2,6 | 0,5 | 15,8 | 78,24 |
| Итого за Обед | | 825 | 34,1 | 32,7 | 118,8 | 868,7 |
| Итого за день | | | 36,7 | 36,9 | 152,3 | 1097,5 |

Заведующий производством _____

СОГЛАСОВАНО

Директор

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: 9 Среда

Недели: 2

| № рецеп. | 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 | | | | | | |
| 88 | Щи из квашеной капусты с картофелем и сметаной | 200/5 | 2,8 | 8,4 | 7,4 | 94 |
| 241/364 | Котлеты рыбные любительские с соусом томатным | 80/50 | 18,2 | 10,4 | 7 | 194 |
| 325 | Рис отварной | 150 | 4,6 | 7,6 | 34,8 | 256,3 |
| 408 | Кисель из сока плодово-ягодного | 200 | 0 | 0,5 | 38,9 | 163 |
| к/к | Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами | 40 | 2,6 | 0,5 | 15,8 | 78,24 |
| Итого за Обед | | 730 | 28,2 | 27,4 | 103,9 | 785,5 |
| Итого за день | | | 35,3 | 37,6 | 129,3 | 1047,1 |

Заведующий производством