

СОГЛАСОВАНО

Директор _____

15.04.2023г.

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: 1 Понедельник
Неделя: 1

№ рецеп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	5	6	7	8
2-й Завтрак						
433	Какао с молоком	200	3,0	2,6	24,8	134,0
к/к	Печенье в ассортименте	40	5	4,15	16,7	110,6
Итого за 2-й Завтрак		240	8	6,75	41,46	244,6
Обед						
95	Суп из овощей со сметаной	250/5	3,6	3,3	12,1	146
283	Тефтели (1й вариант), соус сметанный	100/50	15,2	20,4	14	258,1
331	Макаронные изделия отварные	180	6,7	5,8	43,2	251,5
394	Компот из свежих яблок	200	0,2	0,2	27,9	111,1
к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	40	2,6	0,5	15,8	78,2
Итого за Обед		825	28,3	30,2	113,0	844,9
Итого за день			36,3	37,0	154,5	1089,5

Заведующий производством _____

СОГЛАСОВАНО

Директор

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 7-11 лет в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 139,8 руб., в том числе: молоко 14,80 руб.

День: 1 Понедельник

Недели: 1

№ 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	Печенье в ассортименте	40	5	4,15	16,7	110,6
Итого за 2-й Завтрак		240	11	12,15	23,66	234,6
Обед						
95	Суп из овощей со сметаной	200/5	2,08	4,2	7,6	126,8
283	Тефтели (1й вариант), соус сметанный	80/50	12,78	17,66	12,8	199,4
331	Макаронные изделия отварные	150/5	5,6	4,8	36	209,6
394	Компот из свежих яблок	200	0,2	0,2	20,9	111,1
к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	2,6	0,5	15,8	78,2
Итого за Обед		730	23,3	27,4	93,1	725,2
Итого за день			34,3	39,5	116,8	959,8

Заведующий производством