



СОГЛАСОВАНО

Директор
«СОШ «Сертоловский ЦО № 2»

2023г.

В.Н. Волкова

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО «СТК»

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:

4 Четверг

Неделя:

1

№ 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						
433	Какао с молоком	200	3,0	2,6	24,8	134,0
к/к	Печенье в ассортименте	40	1,5	2,1	16,7	110,6
Итого за 2-й Завтрак		240	4,5	4,7	41,46	244,6
Обед						
59/73	Суп картофельный с горохом и гречками	250/20	9,3	7,6	18,1	232,1
258	Жаркое по-домашнему со свининой	250	16,5	23,1	28,5	485,6
436	Напиток апельсиновый	200	0,2	0	25,7	104,0
к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	40	2,6	0,5	15,8	78,24
к/к	Батон нарезной обогащённый микронутриентами	40	3	1,2	25,1	104,8
Итого за Обед		800	31,6	32,4	113,2	1004,7
Итого за день			36,1	37,1	154,7	1249,3

Заведующий производством

Редас