

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор

Директор

МОБУ «СОЦ» Сертоловский ЦО № 2»

Генеральный директор ООО "СТК"

Степанова Е.Г.

10

2023г. В.Н. Волкова

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

№ 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						
432	Кофейный напиток	200	1,5	1,3	22,3	107
к/к	Вафли в ассортименте	40	0,3	2	36,3	114
Итого за 2-й Завтрак		240	1,8	3,3	58,6	221
Обед						
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 обогащённый микронутриентами	50	3,25	0,62	19,75	97,8
Итого за Обед		810	34,3	33,6	96,3	932,6
Итого за день			36,1	36,9	154,9	1153,6

Заведующий производством

Редас