

УТВЕРЖДАЮ:

Генеральный директор

ООО "ЛенАгроПрем"

Захарова Е.А.



СОГЛАСОВАНО:



2025г.

Двухнедельное цикличное (вариативное) сбалансированное меню оптового питания горячих завтраков и обедов для организации питания обучающихся 12-18 лет кадетских и спортивных классов в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 180 руб.

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ С СОУСОМ ЯГОДНЫМ	200/30	8,23	6,96	57,18	325,41	184	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,00	0,00	14,52	58,05	430	2008
БАТОН	70	5,25	2,03	35,98	183,40	ТТК	ТТК
Итого за прием пищи:	500	13,68	9,09	108,11	568,81		
Обед							
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60	0,73	0,06	6,75	31,17	41	2012
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	250/10	5,73	4,54	18,75	139,02	99	2008
БУЛЬОН КУРИНЫЙ С ГРЕНКАМИ	250/10/10	3,26	3,10	0,91	44,27	108	2012
МЯСО ТУШЕНОЕ (СВИНИНА)	100	12,07	31,70	2,92	344,93	256	2011
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	10,15	6,66	45,90	283,65	323	2008
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,14	0,02	23,70	98,17	436	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,00	0,00	14,52	58,05	430	2008
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	ТТК	ТТК
Итого за прием пищи:	1300	37,40	51,98	134,76	1156,67		
Полдник							
КЕФИР	200	6,00	0,20	8,00	62,00	435	2008
БУЛЮЧКА ШКОЛЬНАЯ	60	5,21	1,99	36,08	182,77	472	2012
Итого за прием пищи:	260	11,21	2,19	44,08	244,77		
Всего за день:		62,29	63,26	286,95	1970,25		

Экспертный производством: _____