

УТВЕРЖДАЮ:

Генеральный директор

ООО "ЛенАгроПром"

Захарова Е.А.



2025г.

Двухдневное (вариант) сбалансированное меню бюджетного питания горячих завтраков и обедов для организованных обучающихся 12-18 лет кадетских и спортивных классов в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 180 руб.

12 день

Прим. пища, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ С СОУСОМ ЯГОДНЫМ	200/30	8,75	7,91	52,05	315,42	184	2008
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	0,06	0,01	14,72	60,36	431	2008
БАТОН	70	5,25	2,03	35,98	183,40	ТТК	ТТК
Итого за прием пищи:	507	14,30	10,04	103,23	560,82		
Обед							
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,81	6,09	3,87	74,10	51	2008
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	250	3,97	5,13	22,13	150,70	85	2012
БУЛЬОН КУРИНЫЙ С ГРЕНКАМИ	250/10/2	5,14	4,96	1,12	69,02	108/73	2012
ГНЕЗДА РЫБНЫЕ	100	12,44	9,76	5,99	161,79	541	1983
РИС ОТВАРНОЙ	180	4,44	7,35	39,36	243,60	325	2008
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,16	0,16	27,03	111,13	394	2008
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	ТТК	ТТК
Итого за прием пищи:	1082	28,95	33,71	124,39	921,49		
Полдник							
БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	60	4,88	3,81	34,66	192,20	473	2012
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,20	0,10	15,00	60,00	430	2008
Итого за прием пищи:	260	5,08	3,91	49,66	252,20		
Всего за день:		48,31	46,74	277,28	1734,51		