

УТВЕРЖДАЮ:

Генеральный директор

ООО "ЛенАгроПром"

Захарова Е.А.



2025г.

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

11 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|--------------------------------------|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ С СОУСОМ ЯГОДНЫМ | 200/30 | 5,73 | 6,83 | 55,56 | 307,82 | 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 | 11,18 | 8,96 | 106,54 | 551,22 | | |
| Обед | | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАШНОЙ КАПУСТЫ | 60 | 0,90 | 3,06 | 5,34 | 53,01 | 35 | 2008 |
| БУЛЬОН КУРИНЫЙ С ЗЕЛЕНЬЮ | 250/10/2 | 5,14 | 4,96 | 1,12 | 69,02 | 108 | 2012 |
| РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ | 250/5 | 2,40 | 5,13 | 16,64 | 122,62 | 91 | 2008 |
| КОТЛЕТЫ ИЗ СВИНИНЫ | 100 | 12,85 | 29,78 | 15,09 | 379,43 | 272 | 2008 |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 180 | 10,15 | 7,45 | 45,91 | 290,90 | 323 | 2008 |
| КОМНОГ ИЗ СВЕЖЕЗАМОРОЖЕННЫХ ЯГОД | 200 | 0,16 | 0,10 | 20,97 | 86,33 | 375 | 2012 |
| 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: | 1287 | 33,59 | 50,74 | 132,31 | 1120,55 | | |
| Полдник | | | | | | | |
| КРЕПДЕЛЬ САХАРНЫЙ | 75 | 5,86 | 10,34 | 42,74 | 287,21 | 460 | 2012 |
| ПАНИТОК ИЗ ПЛОДОВ ПИЦОВНИКА | 200 | 0,70 | 0,30 | 24,40 | 103,00 | 441 | 2008 |
| Итого за прием пищи: | 275 | 6,56 | 10,64 | 67,14 | 390,21 | | |
| Всего за день: | | 51,33 | 70,34 | 306,30 | 2062,40 | | |