

УТВЕРЖДАЮ:

Генеральный директор

ООО "Лен

Захарова



2025г.

Двухнедельное (вариативное) сбалансированное меню бюджетного 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.

9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Завтрак</b>							
КАША ОВСЯНАЯ ВЯЗКАЯ ГЕРКУЛЕС, С СОУСОМ ЯГОДНЫМ	200/30	8,89	9,42	54,35	338,88	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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>500</b>	<b>14,34</b>	<b>11,55</b>	<b>105,28</b>	<b>582,28</b>		
<b>Обед</b>							
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,32	0,04	1,00	5,58	ТТК	ТТК
БОРИЦ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ И СО СМЕТАНОЙ	250/5	1,89	4,91	12,61	102,67	76	2008
БУЛЬОН КУРИНЫЙ С ЗЕЛЕНЬЮ	250/10/2	5,14	4,96	1,12	69,02	108	2012
ПЕЧЕНЬ ПО СТРОГАНОВСКИ	50/50	12,98	7,46	0,42	136,67	619	1983
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,75	5,60	43,14	250,08	209	2008
ПАНИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,66	0,27	28,73	132,51	441	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,00	0,00	14,52	58,05	430	2008
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	ТТК	ТТК
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1277</b>	<b>31,58</b>	<b>25,82</b>	<b>122,69</b>	<b>876,13</b>		
<b>Полдник</b>							
КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕЗАМОРОЖЕННЫХ ЯГОД	200	0,16	0,10	20,97	86,33	375	2012
БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	80	6,46	5,80	46,18	262,52	471	2008
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>280</b>	<b>6,62</b>	<b>5,90</b>	<b>67,15</b>	<b>348,85</b>		
<b>Всего за день:</b>		<b>52,55</b>	<b>43,27</b>	<b>295,12</b>	<b>1807,26</b>		

Директор И.И. Иванов