

«Согласовано»

Зав. производством ООО «Аркада+»

Подпись  Власенко М.Н.

Утверждено

Директор МОУ «СОШ «ЛЦО»

Подпись  Глазунова В.Г.

Двухнедельное цикличное сбалансированное меню горячих завтраков, вторых завтраков, обедов для организации питания детей в детском оздоровительном лагере и трудовой бригаде с дневным пребыванием в МОУ «СОШ «ЛЦО» Всеволожского района на летний период (стоимостью 308,00 руб.)

«05» июня 2024г.

№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции (г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
<b>Завтрак</b>						
214	Омлет натуральный с зеленым горошком	110/20	11,21	17,77	3,31	217,57
432	Кофейный напиток	200	1,50	1,30	22,40	107,0
к/к	Кондитерские изделия (пряник)	75	2,10	2,48	57,98	265,5
к/к	Батон обогащенный микронутриентами	30	2,40	0,30	14,55	70,5
к/к	Груша свежая	160	1,20	0,48	16,48	75,2
Итого за прием пищи		595	18,41	22,33	114,72	735,77
<b>Обед</b>						
50	Салат «Свеколка» с маслом растительным	100	8,0	10,10	15,20	184,0
99/73	Суп картофельный с горохом и гренками	250/20	7,50	3,60	16,50	118,0
298	Суфле из печени, соус сметанный	100	13,47	8,01	7,84	158,21
331	Макаронные изделия отварные	180	6,60	5,80	37,60	229,0
442	Сок в индивидуальной упаковке	200	1,00	0,20	20,20	92,0
к/к	Зефир	70	0,56	0,07	55,86	228,2
к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	2,24	0,44	19,97	92,8
Итого за прием пищи		960	39,37	28,22	173,17	1102,21
<b>Второй завтрак</b>						
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200/5	0,30	0,00	6,70	27,9
54-1в	Ватрушка творожная	50	7,30	12,70	16,30	207,7
Итого за прием пищи		255	7,60	12,70	23,00	235,60
Всего за день		1810	65,38	63,25	310,89	2073,58