

«Согласовано»

Зав. производством ООО «Аркада+»

Подпись М.Н. Власенко Власенко М.Н.

Утверждено

Директор МОУ «СОШ «ЛЦО»

Подпись В.Г. Глазунова 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.)

«10» июня 2024г.

№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции (г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
306	Голубцы ленивые со свежей капусты	150	12,90	25,70	7,63	314,15
430	Чай с сахаром	200	3,80	3,10	17,40	113,0
к/к	Кондитерские изделия (вафли)	60	2,95	2,35	37,50	183,0
к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	2,24	0,44	19,97	92,8
Итого за прием пищи		450	18,29	28,59	80,10	649,95
2 Завтрак						
к/к	Банан	170	3,10	0,85	35,70	163,2
Итого за прием пищи		170	3,10	0,85	35,70	163,2
Обед						
22	Салат из помидоров с луком и растительным маслом	100	1,00	10,20	3,30	109,0
95	Суп из овощей со сметаной	250/10	3,30	5,70	10,60	107,0
283	Тефтели из говядины с соусом сметанным	100	10,27	15,35	11,60	226,07
331	Макаронные изделия отварные	180	6,60	5,80	37,60	229,0
401	Компот из кураги	200	1,00	0,10	34,20	142,0
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		870	37,14	47,24	98,07	968,4
Полдник						
435	Ряженка	200	6,00	2,0	8,4	80,0
471	Булочка «Веснушка»	50	7,10	8,6	56,7	335,0
Итого за прием пищи		250	13,10	10,60	65,10	415,00