

«Согласовано»

Зав. производством ООО «Аркада+»

Подпись _____ Власенко М.Н.

Утверждено

«СОШ «ЛЦО»

Подпись _____ Глазунова В.Г.



Двухнедельное циклическое 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.)

«26» июня 2024г.

№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции (г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Завтрак						
225	Пудинг из творога со сгущенным молоком	100/20	10,50	7,00	25,20	205,0
к/к	Йогурт в ассортименте в инд. Упаковке производителя, массовая доля жира 2,5 %	125	3,80	3,10	17,40	113,0
430	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	15,00	60,0
к/к	Батон обогащенный микронутриентами	20	1,58	0,20	9,70	47,0
Итого за прием пищи		465	16,08	10,40	67,30	425,0
Второй завтрак						
к/к	Киви	150	4,20	0,60	12,15	70,5
Итого за прием пищи		150	4,20	0,60	12,15	70,5
Обед						
48	Салат из свеклы с сыром, чесноком и маслом растительным	100	4,70	19,50	7,00	224,0
99	Суп картофельный с фасолью	250	6,40	4,50	18,60	141,00
314	Котлета куриная рубленая	100	18,60	14,20	17,00	270,0
351	Рагу овощное (3-й вариант)	180	4,20	8,20	15,70	153,6
442	Сок в индивидуальной упаковке	200	1,00	0,40	19,80	87,0
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						
54-1в	Ватрушка творожная	50	7,30	12,70	16,30	207,7
54-3гн	Чай с сахаром и лимоном	200/5	0,30	0,00	6,70	27,9
Итого за прием пищи		255	7,60	12,70	23,00	235,60
Всего за день		1740	65,02	70,94	200,52	1699,50