

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО "Продторг СПб"

Тетеруков С.В.



СОГЛАСОВАНО

*Директор МОУ СОШ №6
Помин Голубых СВ*



Примерное двухнедельное циклическое сбалансированное меню горячих обедов для организации бюджетного питания учащихся в муниципальных образовательных учреждениях Лужского района, стоимостью 117 руб.

Дата " ___ " _____ 2022 г.

Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Завтрак + Обед 11-18 лет						
Голубцы ленивые (из свинины) (240/10) со сметаной	240/10	10,91	26,31	10,56	337,72	306-2008
Чай с сахаром (200)	200			12,97	51,87	430-2008
Фрукты свежие	150	2,25	0,75	31,5	144	к/к
Бутерброд с сыром (20/30)	20/30	7,95	3,24	14,49	120,5	3-2008
Хлеб ржано-пшеничный (50)	50	2,8	0,55	24,7	116	к/к
Итого за Обед		13,71	26,86	48,23	505,59	
Итого за день		23,91	30,85	94,22	770,09	

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО "Продторг СПб"

Тетеруков С.В.

СОГЛАСОВАНО

Директор МОУ СОШ № 6
Общ. Школы
Советского района
В.П. Гусев

Примерное двухнедельное циклическое сбалансированное меню горячих обедов для организации бюджетного питания учащихся в муниципальных образовательных учреждениях Лужского района, стоимостью 117 руб.

Дата " ____ " _____ 2022 г.

Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Завтрак + Обед 11-18 лет						
Салат из капусты квашеной (40)	40	0,64	2,04	3,3	35,05	40-2008
Гуляш из свинины (50/50)	50/50	10,64	27,26	2,93	301,3	443-2009
Изделия макаронные отварные (150)	150	5,41	4,68	22,47	169,83	331-2008
Фрукты свежие	150	2,25	0,75	31,5	144	к/к
Бутерброд с сыром (20/30)	20/30	7,95	3,24	14,49	120,5	3-2008
Чай с сахаром (200)	200			12,97	51,87	430-2008
Хлеб ржано-пшеничный (50)	50	2,8	0,55	24,7	116	к/к
Итого за Обед		19,49	34,53	66,37	674,05	
Итого за день		28,45	45,62	107,59	976,95	

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО "Продторг СПб"

Тетеруков С.В.

СОГЛАСОВАНО



МОУ СОШ № 6
Толубок СВ

Примерное двухнедельное циклическое сбалансированное меню горячих обедов для организации бюджетного питания учащихся в муниципальных образовательных учреждениях Лужского района, стоимостью 117 руб.

Дата " ____ " _____ 2022 г.

Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Завтрак + Обед 11-18 лет						
Жаркое по-домашнему из свинины (50/200)	50/200	13,54	31,65	24,21	447,56	258-2008
Чай с сахаром (200)	200			12,97	51,87	430-2008
Фрукты свежие	150	0,6	0,6	14,7	70,5	к/к
Бутерброд с сыром (20/30)	20/30	7,95	3,24	14,49	120,5	3-2008
Хлеб ржано-пшеничный (40)	40	2,24	0,44	19,76	92,8	к/к
Итого за Обед		15,78	32,09	56,94	592,23	
Итого за день		24,33	35,93	86,13	783,23	

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО "Продторг СПб"

Тетеруков С.В.

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ СОШ № 6
Толубов В.В.

Примерное двухнедельное циклическое сбалансированное меню горячих обедов для организации бюджетного питания учащихся в муниципальных образовательных учреждениях Лужского района, стоимостью 117 руб.

Дата " ____ " _____ 2022 г.

Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Завтрак + Обед 11-18 лет						
Оладьи с молоком сгущенным (200/50)	200/50	15,23	14,85	95,25	571,05	444-2008
Чай с лимоном (200/7)	200/7	0,05	0,01	13,12	53,57	431-2008
Печенье (70) / фрукты свежие (100)	70/100	5,25	6,86	52,08	291,9	к/к
Йогурт (125)	125	5,13	3,13	7,38	71,25	к/к
Яблоки свежие (255)	255	1,02	1,02	24,99	119,85	к/к
Итого за Обед		16,3	15,88	133,36	744,47	
Итого за день		26,68	25,87	192,82	1107,62	

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО "Продторг СПб"
Тетеруков С.В.

СОГЛАСОВАНО

Директор МОУ СОШ № 6

Толубова Е.В.

Примерное двухнедельное циклическое сбалансированное меню горячих обедов для организации бюджетного питания учащихся в муниципальных образовательных учреждениях Лужского района, стоимостью 117 руб.

Дата " ____ " _____ 2022 г.

Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.
		Б	Ж	У		
Завтрак + Обед 11-18 лет						
Оладьи с джемом (200/50)	200/50	11,99	11,03	89,86	500,4	444-2008
Чай с лимоном (200/7)	200/7	0,05	0,01	13,12	53,57	431-2008
Пряники (70)/фрукты свежие(100)	70/100	4,13	3,29	52,5	256,2	к/к
Йогурт (125)	125	5,13	3,13	7,38	71,25	к/к
Бананы (250)	250	3,75	1,25	52,5	240	к/к
Итого за Обед		25,05	18,71	215,36	1121,42	
Итого за день		25,05	18,71	215,36	1121,42	