

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор _____

Директор МАУ «Центр питания "Здоровое детство"» _____

Павлова Н.М. /

2023г.

Двухнедельное циклическое сбалансированное меню
 бюджетного питания вторых завтраков, горячих обедов, полдников для организации питания
 обучающихся 12 лет и старше кадетских и спортивных классов в муниципальных
 образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 130 руб.

9 день

День: Среда

Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	5	6	7	8
2-й Завтрак						
431	Чай с сахаром и лимоном	200/5	0,3	0,1	15,2	62
к/к	Пряник	40	2,16	5,8	21,3	146,4
Итого за 2-й Завтрак			2,46	5,9	36,5	208,4
Обед						
83/70	Суп с фрикадельками из мяса птицы	250/25	5,62	9,8	25,83	200,7
241	Котлеты рыбные любительские	100	13,6	10,27	12,33	177,8
235	Картофельное пюре	180	4,72	6,48	24,36	188,2
436	Напиток апельсиновый	200	0,2	0	25,7	105
к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	30	1,95	0,3	13,5	66
к/к	Батон обогащенный микронутриентами	25	2	0,87	13,25	70
Итого за Обед			28,09	27,72	114,97	807,70
Полдник						
402	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,1	31,7	131
442	Плюшка Московская	80	6,9	4,36	49,32	263,8
Итого за Полдник			7,5	4,5	81,0	394,8
Итого за день			38,05	38,08	232,49	1410,90

Заведующий производством _____