

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор

директор М.А.О.У. «Центр питания

"Здоровое детство"

Павлова Н.М. /

2023г.

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.

2 день

День: Вторник

Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	5	6	7	8
<b>2-й Завтрак</b>						
432	Кофейный напиток	200	1,5	1,3	22,3	107
к/к	Пряник	40	2,16	5,8	21,3	146,4
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>			3,66	7,1	43,6	253,4
<b>Обед</b>						
84	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	250/5	3,08	5,6	7,96	95,53
289/364	Биточки "Аппетитные" в соусе томатном	100/20	15,16	15,5	18,32	218,3
325	Рис отварной	180	4,44	7,56	39,36	243,6
402	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,1	31,7	131
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
<b>Итого за Обед</b>			27,23	29,93	124,09	824,43
<b>Полдник</b>						
435	Ряженка	200	6,0	8,0	7,0	124,0
428	Булочка школьная	60	5,8	4,6	30,5	187,7
<b>Итого за Полдник</b>			11,8	12,6	37,5	311,7
<b>Итого за день</b>			42,69	49,63	205,19	1389,53

Заведующий производством \_\_\_\_\_