

СОГЛАСОВАНО

Директор



УТВЕРЖДАЮ

Директор МБУ «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.

3 день

День: Среда

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
2-й Завтрак						
431	Чай с сахаром и лимоном	200/5	0,3	0	15,2	62,0
к/к	Круассан в инд. упаковке	50	2,25	6,85	13,7	126
Итого за 2-й Завтрак			2,55	6,85	28,9	188
Обед						
91	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	250/5	4	5,77	17,11	152,75
345	Рыбные гнезда запеченные с сыром	100	14,2	15	20,26	223,4
335	Картофельное пюре	180	4,72	6,48	24,36	178,2
436	Напиток апельсиновый	200	0,2	0	25,7	105
к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	2,6	0,4	18	90
к/к	Батон обогащенный микронутриентами	25	2	0,87	13,25	70
Итого за Обед			27,72	28,52	118,68	819,35
Полдник						
430	Чай с сахаром	200	0	0	15	60
442	Плюшка Московская	80	6,9	4,36	49,32	263,8
Итого за Полдник			6,9	4,4	64,3	323,8
Итого за день			37,17	39,73	211,90	1331,15

Заведующий производством