

СОГЛАСОВАНО

Директор

Директор МАУ "Центр питания "Здоровое детство"

УТВЕРЖДАЮ

/ Павлова Н.М. /

2024г.

2024г.

Двухнедельное циклическое сбалансированное меню бюджетного питания вторых завтраков и горячих обедов для организации питания обучающихся 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 137 руб.

5 день

День: Пятница

Неделя: 1

№ реп.	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>						
402	Компот из сухофруктов	200	0,6	0,1	31,7	131
к/к	Печенье в ассортименте	40	4	4,15	10,66	100,6
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>			4,6	4,25	42,36	231,6
<b>Обед</b>						
35	Салат из белокочанной капусты с маслом растительным	60	0,96	3,06	4,14	48
291/73	Суп-пюре из овощей с гренками	250/10	5,32	5,07	23,5	163,77
3	Тефтели (1й вариант), соус сметанный	100/20	13,17	17,68	15,33	206,33
323	Каша гречневая рассыпчатая	180	4,36	5,52	45,24	250,2
430	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60
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>			27,96	32,60	129,96	864,30
<b>Итого за день</b>			32,56	36,85	172,32	1095,90