

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор

Директор МАУ

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.

4 день

День: Четверг

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>						
433	Какао с молоком	200	3	2,6	24,8	134,15
к/к	Зефир в ассортименте	50	0,4	0,1	39,9	163
<b>Итого за 2-й Завтрак</b>			3,4	2,7	64,7	297,15
<b>Обед</b>						
80	Борщ сибирский со сметаной	250/5	5,97	7,16	13,23	141,3
257	Мясо тушеное (говядина)	100	12,5	15,5	5,8	220
331	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	180	6,6	5,76	37,5	229,2
394	Компот из свежих яблок	200	0,2	0,2	27,9	115
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
<b>Итого за Обед</b>			29,87	29,89	115,68	865,50
<b>Полдник</b>						
к/к	Молоко	200	6,0	8,0	7,0	104,0
467	Булочка домашняя	70	4,62	8,68	39,06	252
<b>Итого за Полдник</b>			10,6	16,7	46,1	356,0
<b>Итого за день</b>			40,89	46,67	201,64	1384,50

Заведующий производством