

СОГЛАСОВАНО

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.

5 день

День: Пятница

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 | | | | | | |
| 402 | Компот из сухофруктов | 200 | 0,6 | 0,1 | 31,7 | 131 |
| к/к | Косичка слоенная в инд. упаковке | 60 | 2,4 | 9,18 | 15,48 | 154,8 |
| Итого за 2-й Завтрак | | | 3 | 9,28 | 47,18 | 285,8 |
| Обед | | | | | | |
| 291/73 | Суп-пюре из овощей с гренками | 250/10 | 5,32 | 5,07 | 23,5 | 153,77 |
| 299 | Запеканка картофельная с субпродуктами (печень говяжья) | 280 | 21,46 | 22,16 | 49,93 | 490,56 |
| 431 | Чай с сахаром и лимоном | 200/5 | 0,3 | 0,1 | 15,2 | 62 |
| 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 | | | 31,03 | 28,50 | 115,38 | 842,33 |
| Полдник | | | | | | |
| 1210 | Напиток из плодов шиповника | 200 | 0,4 | 0,2 | 23,8 | 100 |
| 736 | Крендель сахарный | 75 | 6,01 | 7,46 | 45,99 | 274,85 |
| Итого за Полдник | | | 6,4 | 7,7 | 69,8 | 374,9 |
| Итого за день | | | 40,44 | 45,44 | 232,35 | 1502,98 |

Заведующий производством