

СОГЛАСОВАНО

Директор

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ "Центр питания "Здоровое детство"

Павлова Н.М. /

2025г.

Двухнедельное цикличное (вариативное) сбалансированное меню бюджетного питания горячих завтраков и обедов для организации питания обучающихся 12 лет и старше в муниципальных образовательных учреждениях Всеволожского района, стоимостью 161,00 руб.

4 день

День: Четверг

Неделя: 1

| Год изд. сборника       | № рец. | Прием пищи, наименование блюд                                                | Масса порции | Пищевые вещества (г) |              |               | Энергетическая ценность (ккал) |
|-------------------------|--------|------------------------------------------------------------------------------|--------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|
|                         |        |                                                                              |              | Б                    | Ж            | У             |                                |
| 1                       | 2      | 3                                                                            | 4            | 5                    | 6            | 7             | 8                              |
| <b>Завтрак</b>          |        |                                                                              |              |                      |              |               |                                |
| 2008/АКП*               | 184/05 | Каша овсяная (геркулес) «Копорка» с соусом ягодным (свежемороженая клубника) | 250/30       | 10,1                 | 14,6         | 35,1          | 305,5                          |
| 2008                    | 433    | Какао с молоком                                                              | 200          | 3                    | 2,6          | 22,9          | 134,2                          |
|                         | к/к    | Батон обогащенный микронутриентами                                           | 70           | 5,6                  | 2,43         | 37,1          | 196                            |
| <b>Итого за Завтрак</b> |        |                                                                              |              | <b>18,7</b>          | <b>19,63</b> | <b>95,1</b>   | <b>635,7</b>                   |
| <b>Обед</b>             |        |                                                                              |              |                      |              |               |                                |
| 2011                    | 52     | Салат из свёклы отварной с маслом растительным                               | 100          | 4,5                  | 9,2          | 6             | 90,7                           |
| 2008                    | 91     | Рассольник "Ленинградский" со сметаной                                       | 250/5        | 2,8                  | 5,77         | 16,4          | 181,9                          |
| АКП*                    | 336/04 | Бульон куриный со свежей зеленью петрушки                                    | 250/10/2     | 5,3                  | 1,4          | 1,4           | 113,4                          |
| АКП*                    | 180/01 | Плов из булгура со свиной «Корела»                                           | 280          | 22                   | 15,75        | 61,6          | 430,7                          |
| 2007                    | 123    | Компот из свежемороженой ягод (крыжовник)                                    | 200          | 0,2                  | 0,08         | 17,42         | 69,44                          |
| 2008                    | 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                             |
| <b>Итого за Обед</b>    |        |                                                                              |              | <b>31,45</b>         | <b>31,10</b> | <b>114,92</b> | <b>838,74</b>                  |
| <b>Итого за день</b>    |        |                                                                              |              | <b>50,15</b>         | <b>50,73</b> | <b>210,02</b> | <b>1474,44</b>                 |

Заведующий производством