

СОГЛАСОВАНО

Директор



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ "Центр питания "Здоровое детство"

Павлова Н.М. /

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.

3 день

День: Среда

Неделя: I

№ рецеп.	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	Пряник	40	2.16	5.8	21.3	146.4
2-й Завтрак			2.46	5.8	36.5	208.4
Обед						
71	Овощи порционно (огурец свежий)	60	0.48	0.09	1.5	8.4
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	194
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			28.20	28.61	120.18	843.55
Итого за день			30.66	34.41	156.68	1051.95

Заведующий производством