



СОГЛАСОВАНО

Директор

2024г.



УТВЕРЖДАЮ

Директор Муниципального центра питания "Здоровое детство"

Павлова Н.М.

2024г.

Двухдневное 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.

4 день

День: Четверг
Неделя: I

№ 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						
433	Какао с молоком	200	3	2.6	24.8	134.15
2	Бутерброд с джемом	50	1.5	5.37	27.5	165
Итого за 2-й Завтрак			4.5	7.97	52.3	299.15
Обед						
23	Салат из помидоров и огурцов с растительным маслом	60	0.54	6.06	1.74	63.6
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
Итого за Обед			30.41	35.95	117.42	929.10
Итого за день			34.91	43.92	169.72	1228.25

Заведующий производством