

СОГЛАСОВАНО

Директор

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ "Центр питания "Здоровое детство"

/ Павлова Н.М. /

2025г.

Двухнедельное диетическое (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.

11 день

День: Пятница

Неделя: 2

| Год<br>изд.сборни<br>ка | № рец. | Прием пищи, наименование блюд                                   | Масса порции | Пищевые вещества (г) |              |               | Энергетическая<br>ценность (ккал) |
|-------------------------|--------|-----------------------------------------------------------------|--------------|----------------------|--------------|---------------|-----------------------------------|
|                         |        |                                                                 |              | Б                    | Ж            | У             |                                   |
| 1                       | 2      | 3                                                               | 4            | 5                    | 6            | 7             | 8                                 |
| <b>Завтрак</b>          |        |                                                                 |              |                      |              |               |                                   |
| 2008                    | 210    | Макароны с сыром                                                | 210/15       | 15,3                 | 17,0         | 42,4          | 354,0                             |
| 2008                    | 430    | Чай с сахаром                                                   | 200          | 0,2                  | 0,1          | 15            | 60                                |
| 2011                    | 338    | Яблоко свежее                                                   | 100          | 0,54                 | 0,54         | 13,17         | 60,84                             |
|                         | к/к    | Батон обогащенный микронутриентами                              | 25           | 2                    | 0,87         | 13,25         | 70                                |
| <b>Итого за Завтрак</b> |        |                                                                 |              | <b>18,04</b>         | <b>18,51</b> | <b>83,85</b>  | <b>544,84</b>                     |
| <b>Обед</b>             |        |                                                                 |              |                      |              |               |                                   |
| 2011                    | 70/2   | Огурец соленный (порционно)                                     | 100          | 0,8                  | 0,1          | 1,7           | 13                                |
| 2008                    | 84     | ПЦи из свежей капусты с картофелем и сметаной                   | 250/5        | 3,08                 | 5,6          | 12,7          | 150,26                            |
| АКП*                    | 336/04 | Бульон куриный со свежей зеленью петрушки                       | 250/10/2     | 5,3                  | 1,4          | 1,4           | 113,4                             |
| АКП*                    | 78,01  | Мясо духовое (свинина) «по-кронштадтски» с картофелем и овощами | 280          | 22,4                 | 22,16        | 86,8          | 522,4                             |
| 2008                    | 436    | Напиток лимонный                                                | 200          | 0,2                  | 0            | 6,4           | 68                                |
| 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>28,43</b>         | <b>28,16</b> | <b>121,10</b> | <b>819,66</b>                     |
| <b>Итого за день</b>    |        |                                                                 |              | <b>46,47</b>         | <b>46,67</b> | <b>204,95</b> | <b>1364,50</b>                    |

Заведующий производством